



**PREFEITURA DE SOORETAMA  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
EDUCAÇÃO INFANTIL**

## **A IMPORTÂNCIA DA ROTINA FAMILIAR**

Em tempos de isolamento social devido à pandemia do coronavírus (Covid-19), é muito importante adaptar-se às mudanças para superar os momentos difíceis que estamos vivendo. Nesse momento de crise, a *EMPATIA*, o *OTIMISMO* e a *APROXIMAÇÃO FAMILIAR*, são fatores fundamentais que nos ajudam a resistir à pressão imposta no mundo inteiro por uma situação tão adversa.

Com a suspensão das aulas em todas as escolas das redes pública e privada, muitas famílias, de forma inesperada, tiveram suas rotinas modificadas deparando-se com muitos desafios. Construir uma rotina diária que garanta o tempo necessário para as diversas ações que precisam ser realizadas no decorrer do dia, é importante tanto para as crianças, quanto para os pais.

Uma rotina familiar bem estabelecida, além de ajudar a criança a não desenvolver ansiedade, favorece:

- ❖ A definição de diretrizes que devem ser seguidas durante o dia;
- ❖ A comunicação familiar;
- ❖ O desenvolvimento psicológico e emocional;
- ❖ A estruturação do pensamento da criança;
- ❖ O desenvolvimento do senso de responsabilidade;
- ❖ A ordem lógica das atividades a serem cumpridas;
- ❖ A independência infantil.



As crianças devem ter uma rotina que as ajude na organização de seu tempo e as famílias precisam favorecer esse processo. Uma boa sugestão é sentar com elas e construir uma rotina que estabeleça vários momentos do dia. Para isso, é necessário pensar junto a criança, as várias ações que ela realiza durante cada período do dia: manhã, tarde e noite, estabelecendo os horários para cada momento.

### **DICAS PARA REALIZAR AS ATIVIDADES:**

- ❖ Escolha um ambiente tranquilo da casa;
- ❖ Desligue aparelhos eletrônicos e evite o uso do celular;
- ❖ Prepare um ambiente adequado e gostoso;
- ❖ Exponha nesse ambiente as atividades realizadas com os pequenos, assim, você dá uma função social às atividades, valorizando o que eles fazem. É importante lembrar que a criança não faz nada para ficar “feito”, ela sempre dá o seu melhor.
- ❖ Realize as atividades no mesmo horário que as crianças estudam na escola.

# QUADRO DE ROTINA



**ROTINA DA MANHÃ**



**ROTINA DA TARDE**



**ROTINA DA NOITE**



**PALAVRINHAS MÁGICAS**

- ❖ OLÁ
- ❖ OBRIGADO
- ❖ COM LICENÇA
- ❖ POR FAVOR
- ❖ DESCULPE
- ❖ BOM DIA
- ❖ BOA TARDE
- ❖ BOA NOITE