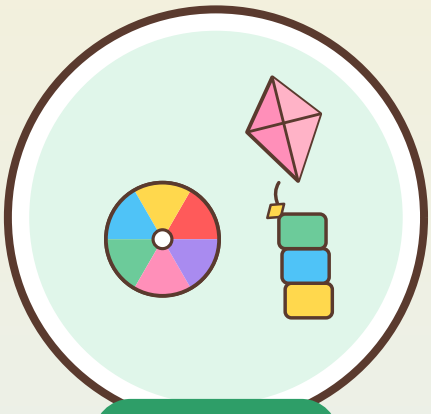
Mundo Infantil – Mix Shop Digital

Mi Rutina Diaria

Cada día aprendo algo nuevo



Mañana



Tarde



Noche









Paneles · tablas · tarjetas · calendario · diploma

Para niños de 3 a 8 años, con un adulto que los acompañe

Guía para las familias

Cómo usar este kit para crecer en autonomía

Cómo empezar

1. Imprimí los paneles de mañana, tarde y noche y colgalos a la altura de los ojos de tu hijo o hija.
2. Elijan juntos qué actividades van primero. No hace falta usar todo el kit de una vez.
3. Cuando una actividad esté lista, pegá un sticker o dibujá una estrellita en el casillero grande.
4. Mirá la tabla semanal el fin de semana y conversen sobre lo que fue saliendo bien.

Nuestro enfoque

- No es un sistema de castigos: un casillero vacío no es un fracaso, es un día para volver a intentar.
- No premiamos solo la obediencia: celebramos el esfuerzo, el intento, pedir ayuda y aprender.
- Cada niño y niña tiene su ritmo. Compará hoy con ayer, nunca con otros chicos.
- Acompañá primero y soltá de a poco: «te ayudo a hacerlo» pasa a «lo hacés vos, yo miro».
- Los stickers y las marcas son para ver el camino recorrido; no hace falta darles regalos ni premios.

Frases que motivan

- «¡Mirá todo lo que ya sabés hacer!»
- «Lo intentaste con ganas, eso es lo que cuenta.»
- «¿Querés que te ayude o probás vos primero?»
- «Hoy no salió, mañana lo volvemos a intentar juntos.»

Qué incluye

Portada · panel de mañana, tarde y noche · tabla semanal de hábitos · tabla de pequeñas responsabilidades · calendario semanal (2 copias) · 36 tarjetas para recortar · hoja de «lo que aprendí» · stickers de ánimo · diploma.

Mi rutina de la mañana



¡Buen día! Voy haciendo cada cosa a mi ritmo

1 Despertarse



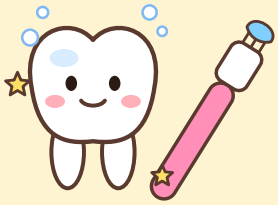
¡Listo!

2 Tender la cama



¡Listo!

3 Cepillarse los dientes



¡Listo!

4 Lavarse la cara



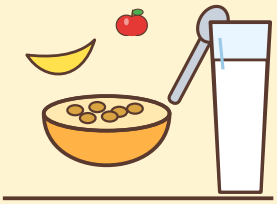
¡Listo!

5 Vestirse



¡Listo!

6 Desayunar



¡Listo!

Mi rutina de la tarde

Tiempo para comer, ayudar, aprender y jugar



1 Almorzar



¡Listo!

2 Ordenar los juguetes



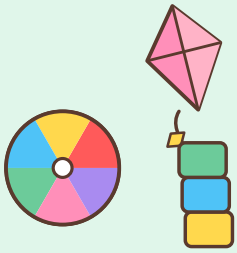
¡Listo!

3 Hacer tareas



¡Listo!

4 Jugar



¡Listo!

5 Bañarse



¡Listo!

6 Mi actividad favorita

Dibujo lo que más me gusta hacer

Mi rutina de la noche

Me preparo para descansar y soñar lindo



1 Preparar la ropa



¡Listo!

2 Cepillarse los dientes



¡Listo!

3 Ponerse el pijama



¡Listo!

4 Leer un cuento



¡Listo!

5 Ir a dormir



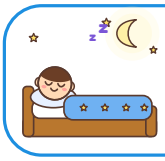
¡Listo!

6 Mi pensamiento lindo

Dibujo algo lindo del día antes de dormir

Mi tabla semanal de hábitos

Pequeños hábitos que me hacen sentir bien

Mi semana	Lun	Mar	Mié	Jue	Vie	Sáb	Dom
 Tomar agua							
 Comer frutas y verduras							
 Lavarme las manos							
 Cepillarme los dientes							
 Jugar al aire libre							
 Decir «por favor» y «gracias»							
 Ordenar mis cosas							
 Dormir mis horas							

Pegá un sticker o dibujá una estrella cada vez que lo hagas. ¡Los casilleros vacíos no pasan nada, mañana es otro día!

Mis pequeñas responsabilidades

Ayudar en casa me hace sentir parte del equipo

Mi semana	Lun	Mar	Mié	Jue	Vie	Sáb	Dom
 Poner la mesa							
 Ropa sucia al cesto							
 Regar las plantas							
 Dar de comer a la mascota							
 Guardar mi mochila							
 Tirar la basura							
 Guardar mis zapatos							
 Ayudar a barrer							
Mi propia: _____							

Ayudar es una forma de cuidar a mi familia. ¡Gracias por tu ayuda! Elegí con tu familia cuáles hacer esta semana.

Mi calendario semanal

Marcá cada tarea con un sticker, un tilde o una carita

Semana del _____ al _____

	Lun	Mar	Mié	Jue	Vie	Sáb	Dom
Mañana							
 Despertarse	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Tender la cama	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Cepillarse los dientes	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Lavarse la cara	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Vestirse	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Desayunar	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Tarde							
 Almorzar	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Ordenar los juguetes	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Hacer tareas	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Jugar	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Bañarse	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Noche							
 Preparar la ropa	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Cepillarse los dientes	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Ponerse el pijama	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Leer un cuento	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Ir a dormir	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Mi calendario semanal

Marcá cada tarea con un sticker, un tilde o una carita · copia 2

Semana del _____ al _____

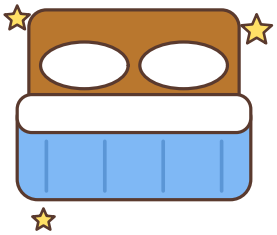
	Lun	Mar	Mié	Jue	Vie	Sáb	Dom
Mañana							
 Despertarse	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Tender la cama	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Cepillarse los dientes	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Lavarse la cara	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Vestirse	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Desayunar	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Tarde							
 Almorzar	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Ordenar los juguetes	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Hacer tareas	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Jugar	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Bañarse	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Noche							
 Preparar la ropa	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Cepillarse los dientes	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Ponerse el pijama	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Leer un cuento	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Ir a dormir	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Mañana



Despertarse

Mañana



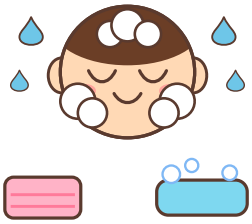
Tender la cama

Mañana



Cepillarse los dientes

Mañana



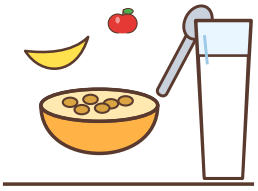
Lavarse la cara

Mañana



Vestirse

Mañana



Desayunar

Tarde



Almorzar

Tarde



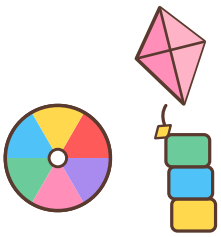
Ordenar los juguetes

Tarde



Hacer tareas

Tarde



Jugar

Tarde



Bañarse

Noche



Preparar la ropa

Noche



Cepillarse los dientes

Noche



Ponerse el pijama

Noche



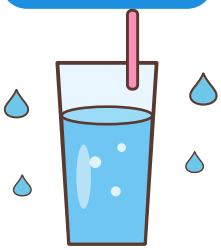
Leer un cuento

Noche



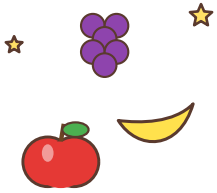
Ir a dormir

Hábito



Tomar agua

Hábito



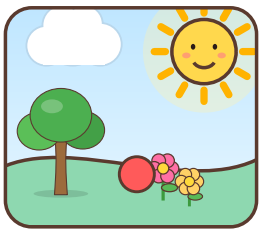
Comer frutas y verduras

Hábito



Lavarme las manos

Hábito



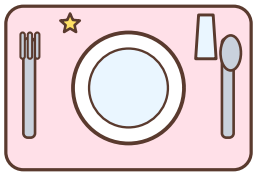
Jugar al aire libre

Hábito



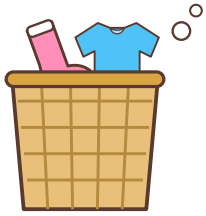
Decir «por favor» y «gracias»

Responsabilidad



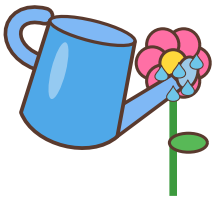
Poner la mesa

Responsabilidad



Ropa sucia al cesto

Responsabilidad



Regar las plantas

Responsabilidad



Dar de comer a la mascota

Responsabilidad



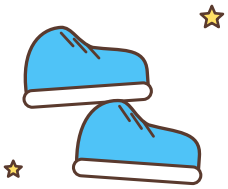
Guardar mi mochila

Responsabilidad



Tirar la basura

Responsabilidad



Guardar mis zapatos

Responsabilidad



Ayudar a barrer

Libre

Dibujo acá

Libre

Dibujo acá

Libre

Dibujo acá

Libre

Dibujo acá

Libre

Dibujo acá

Libre

Dibujo acá

Libre

Dibujo acá

Libre

Dibujo acá

Lo que aprendí esta semana

Un momento para mirar lo que fuimos logrando

Algo nuevo que aprendí a hacer

Algo que me salió cada vez mejor

Algo en lo que pedí ayuda, ¡y está muy bien!

Lo que más me gustó de mi rutina

Dibujo mi momento favorito de la semana

Para charlar en familia

¿De qué te sentís más orgulloso o más orgullosa? ¿Qué te gustaría practicar la semana que viene? ¿En qué te puede ayudar tu familia?



Stickers de ánimo

Recortalos y pegalos en los casilleros. Premian el esfuerzo, no solo el resultado.

 ¡Lo intenté!	 ¡Lo hice solo o sola!	 ¡Pedí ayuda!	 ¡Me esforcé!
 ¡Aprendí algo nuevo!	 ¡Con alegría!	 ¡Ayudé en casa!	 ¡Cada día mejor!
 ¡Buen equipo!	 ¡Seguí intentando!	 ¡Qué orgullo!	 ¡Lo logré!
 ¡Con calma!	 ¡Fui amable!	 ¡Hoy fue lindo!	 ¡Hice mi mejor esfuerzo!
 ¡Qué buen día!	 ¡Gracias!	 Mi sticker	 Mi sticker
 Mi sticker	 Mi sticker	 Mi sticker	 Mi sticker

Mundo Infantil – Mix Shop Digital

DIPLOMA



¡Soy cada día más independiente!

Este diploma es para

_____

por su esfuerzo, sus ganas de aprender y cada pequeño paso que da todos los días para crecer.

_____ _____

Fecha Firma de la familia

