

## Cómo crear reglas:

- ▶ **Identifica entre 3 y 5 reglas** que sean importantes para tu familia.
- ▶ **Anota las normas como “hacer”** (en lugar de “no hacer”).
- ▶ **Elige reglas que apliquen a situaciones** en las que tu hijo necesite recordatorios.
- ▶ **Elige reglas que tu hijo pueda aprender a hacer** (por ejemplo, apropiadas para la edad y habilidades de tu hijo).
- ▶ **Haz una lista de reglas.** Añade una imagen que muestre a tu hijo siguiendo la regla. Haz que tu hijo te ayude a o te vea hacer la lista.

## Cómo enseñar reglas:

- ▶ **Mostrar y explicar** – concéntrate en enseñarle las reglas a tu hijo.
  - Busca un momento en el que tu hijo no esté distraído para mostrarle las reglas y hablar sobre usarlas.
  - Tu introducción a las reglas debería ser para enseñarle a tu hijo de una forma interesante y divertida, pero sin regañarlo por las veces que haya incumplido las reglas.
  - Muéstrale a tu hijo cómo se parece seguir la regla. A lo mejor necesitarás dividirlo en pasos más pequeños.
  - Conversen sobre la regla y haz una demostración. Toma turnos con tu hijo mostrando como se parece seguir la regla y no seguirla. Haz esto para enseñar la regla y divertirse con las demostraciones.
  - Haz una historia con guion sobre las reglas y úsala para repasarlas.
  - Después de aprender las reglas, juega un juego para comprobar que tu hijo pueda recordarlas. Dale un gran abrazo o choca su mano después de que te haya recitado las reglas.
  - Recuerda que tu hijo está aprendiendo las reglas. Le va a tomar tiempo y práctica antes de que las pueda seguir.



- ▶ **La práctica hace la perfección** – repasa y practica las nuevas reglas muchas veces.
  - Repasa la lista de reglas antes de la actividad en la que la regla es necesaria y en distintos momentos del día.
  - Si te sientes creativo, puedes usar una marioneta, peluches, una canción o movimientos para repasar las reglas con tu hijo.
  - Crea escenarios para que tu hijo practique o resuelva problemas, y entienda la importancia de la regla.
- ▶ **¡Lo lograste!** – celebra el esfuerzo y el éxito de tu hijo.
  - Elogia y anima a tu hijo por aprenderse y seguir las reglas.

## Nuestras reglas

Pon una imagen aquí

1. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Pon una imagen aquí

2. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Pon una imagen aquí

3. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Pon una imagen aquí

4. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Pon una imagen aquí

5. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_