

Haciéndolo divertido

- Acompaña algunas actividades con canciones o juegos.
- A través de cuentos podrás explicarle la importancia de los hábitos.
- Puedes hacer una cartulina marcando con palomitas las cosas que vaya logrando.
- Al lavarse los dientes que haga caras y gestos frente al espejo.

Recuerda...

- ...motivarlo en lugar de presionarlo o castigarlo, está aprendiendo.
- ...que los hábitos se aprenden por repetición, por eso es importante ser constantes al practicarlos.
- ...ser paciente en el tiempo que necesita para adquirir cada hábito.
- ...incluir a toda la familia en el aprendizaje y práctica de estos hábitos.

El uso de este material es sin fines de lucro.

Formando hábitos de higiene en los niños



Creer Juntos



Educación Inicial
FUNDACION Carlos Slim

Fundación
TELMEX®

La importancia de los hábitos de higiene

Tener hábitos de higiene como:

- lavarse las manos antes de comer y después de ir al baño
- cepillarse los dientes después de cada comida
- bañarse frecuentemente
- usar ropa limpia
- cortarse las uñas
- peinarse

Estos nos permiten estar limpios, tener una buena apariencia así como evitar enfermedades.

Formar estos hábitos cuando los niños son pequeños permite que los adquieran fácilmente y sean parte de su rutina diaria.

Tu ejemplo es lo más importante. Si tú practicas estos hábitos, también estarán presentes en la vida de tu hijo.

¿Cómo lo puedes hacer?

- Reconociendo cuando el niño muestre iniciativa.
“Veo que te lavaste las manos para comer”
- Incluyendo los hábitos en su rutina diaria, tomando en cuenta lo que le gusta.
“Después de ver las caricaturas, te bañas”
- Practicando juntos los hábitos que quieras que aprenda.
- Usa accesorios de limpieza que sean atractivos para el niño.