

ESCOLA DE PAIS

ESTABELECENDO ROTINAS COM CRIANÇAS

SEMPRE

EDUCAÇÃO DISRUPTIVA

VAMOS COMEÇAR PELO COMEÇO?

COMO PLANEJAR E ESTRUTURAR UMA ROTINA COM CRIANÇAS

- Listar as prioridades da rotina da família
- Adquirir repertório e insights para organizar a rotina da criança de forma leve e prática para a realidade da família
- Criar uma forma própria de registro desta rotina, apresentando para a criança os elementos básicos
- Implementar a rotina, junto com toda a família, avaliando e reorganizando o que for necessário
- Mudar o mindset com relação à rotina, entendendo-a como algo flexível;
- Dar autonomia para a criança, dentro de suas capacidades, libertando-se aos poucos da necessidade de controle e apego
- Criar repertório para solucionar problemas típicos da idade das crianças, dentro da rotina da casa, como birras e negações à colaboração;

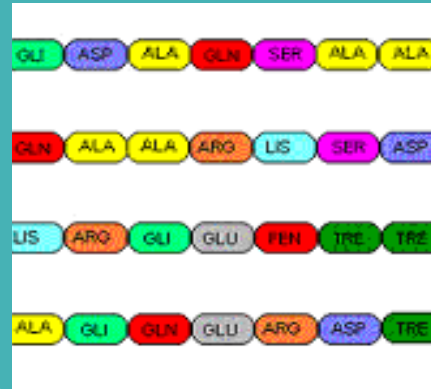
QUANDO FALAMOS DE ROTINA, O QUE VEM À SUA MENTE?

- Liste as três primeiras coisas que vem à sua mente

ROTINA



CAMINHO USADO NORMALMENTE;
ITINERÁRIO HABITUAL, ROTINEIRO



(INFO) EM UM CÓDIGO, CONJUNTO
DE INSTRUÇÕES CAPAZ DE
EXECUTAR UMA TAREFA.



(FIG) HÁBITO DE FAZER ALGO
SEMPRE DO MESMO MODO,
MECANICAMENTE

POR QUE ESTABELECEER ROTINAS COM CRIANÇAS?

- Traz segurança física e emocional
- Ajuda na previsão dos acontecimentos
- Traz autonomia
- Libera o tempo
- Deixa o cérebro liberado para “decisões mais importantes” (das crianças e nossas!!!)
- Ajuda a definir os limites: o que pode ser negociado ou não

ROTINA X ROTEIRO

- FLEXIBILIDADE!!!
 - Vamos pensar em um roteiro, um script?
 - Um fluxograma?
-
- Desenhe um fluxo do momento do acordar ao momento do dormir da casa, sem se preocupar com horários, apenas deixe vir à mente o que acontece e inclua o que pensa como ideal

**PRONTO, AÍ ESTÁ A ROTINA DA
CASA E DELA VOCÊ TIRA A DA
CRIANÇA.**



FALTOU UM ELEMENTO ESSENCIAL: A CRIANÇA

A gente tende a ser mais colaborativo quando:

- Tem previsão dos acontecimentos
- Entende o sentido

**Como inserir e apresentar esta rotina para a
criança?**

visual



auditivo



cinestésico



vendo

estímulos visuais

ouvindo

estímulos auditivos

fazendo

sensações

CRIANÇAS BEM PEQUENAS: 1-2 ANOS

- Você pensa a rotina e apresenta para ela
- Que tal contar uma história?
- Vale ter um cartaz, plaquinhas, álbum com as figuras para você ir sempre mostrando o que vamos fazer agora
- Deixe a criança manipular o cartaz/placas/álbum
- Lembre de deixar tempo livre, ocioso, sobrando!

CRIANÇAS MAIORES: 3-5 ANOS

- Conversem sobre a rotina
- Façam uma assembleia da família: cada um vai dizer 3 coisas que vão acontecer/fazer todos os dias (lembrem das tmi!)
- Discutam o que cada um trouxer, façam os combinados, montem o roteiro, o fluxo da casa
- Lembrem de deixar tempo livre, ocioso, sobrando!
- Depois, criem juntos o cartaz/placas/álbum etc.
 - Revistas, imagens da internet, desenhos
 - Ao lado de cada um, o nome da tarefa
 - Vale montar quadros fixos para a semana ou todos os dias um novo quadro



- Nesse caso, qualquer caminho serve - afirmou o gato.
- ... Contanto que eu chegue a algum lugar - completou Alice, para se explicar melhor.
- Ah, mas com certeza você vai chegar, desde que caminhe bastante.”

“-Gatinho de Cheshire (...) Poderia me dizer, por favor, que caminho devo tomar para ir embora daqui?

- Isso depende muito de para onde quer ir - respondeu o Gato.

- Para mim, acho que tanto faz... - disse a menina.



O QUE É IMPORTANTE PARA VOCÊ?

- Isto determina as regras/limites
- Isto determina a rotina
- (liste as 3 tmi do dia para a casa funcionar)
- (liste as 3 tmi para sua criança realizar no dia)

COMO TRAZER AUTONOMIA PARA A CRIANÇA

- Uma rotina, por si só, já traz autonomia, pois traz previsão de acontecimentos;
- Mas podemos pensar em mais coisas:
 - Todos os dias, antes de dormir, lembre para a criança as 3 coisas principais do dia seguinte e pergunte o que mais ela quer fazer amanhã;
 - Deixe visível para a criança as imagens da rotina e, sobretudo nas primeiras semanas, “leia” com ela as atividades
 - Monte um espaço que sua criança possa dominar bem e usar sem precisar de ajuda: pode ser no próprio quarto, pode ser na sala ou onde vocês estão passando a maior parte do dia. Coloque vários materiais à mão, deixe os brinquedos perto, brinquedos diferentes, deixe outros objetos da casa que possam servir de brinquedos/distração
 - DEIXE QUE ELA FAÇA SOZINHA O QUE É CAPAZ DE FAZER!

COMO TRAZER AUTONOMIA PARA A CRIANÇA

- Conhecendo a minha criança...
 - Faça uma lista de coisas que sua criança já sabe fazer
 - Faça uma lista de coisas que sua criança consegue fazer com pouca ajuda
 - Faça uma lista de coisas que sua criança é capaz de fazer com bastante ajuda
 - Faça uma lista de coisas que sua criança faz sem mandar

E QUAL MEU PAPEL NISSO TUDO?

- Aprendendo a abrir mão do Medo, Apego, Reconhecimento, Culpa e Controle:
 - Você não precisa fazer tudo com sua criança
 - Desde bebê eles podem ficar sozinhos por um tempo, desde que em ambiente seguro
 - Seu filho não precisa de você o tempo todo!!!! Ele merece ter 2 coisas: intensidade e intimidade!

E QUAL MEU PAPEL NISSO TUDO?

- Ajude seu filho a se concentrar!
 - Tempo de concentração por idade (varia muito; atenção em que? Faça o exercício com você e reflita qual seu próprio tempo de concentração)
 - Em média, na minha experiência, 2 a 3 minutos por ano de vida (ex. 2 anos: 4-6min etc) como foco máximo
 - Proponha jogos de concentração e vá “treinando” esta habilidade

AGORA, OS NOSSOS MAIORES DESAFIOS:

- Telas
- Birras
- Limites e regras
- Os “nós” do nosso dia: comer, dormir, tomar banho, escovar dentes (mais algum?)

TAREFA DA PATRÍCIA:

- Conhecendo a minha criança...
 - Faça uma lista de coisas que sua criança já sabe fazer
 - Faça uma lista de coisas que sua criança consegue fazer com pouca ajuda
 - Faça uma lista de coisas que sua criança é capaz de fazer com bastante ajuda
 - Faça uma lista de coisas que sua criança faz sem mandar

TAREFA DA PATRÍCIA!

1. Montar a “apresentação da rotina” com a criança

- Cartaz?
- Fluxo?
- Quadro?
- Mapa mental?
- Sol?
- Crie o seu!

2. Observe a criança fazendo as atividades da rotina dela e brincando, o que traz mais:

- Concentração?
- Engajamento?
- Prazer/satisfação?
- Alegria?



Fonte:

<https://www.fumira.jp/>

01/04/2020

SEMPRE
EDUCAÇÃO
DISRUPTIVA



“Cardápio” de brincadeiras da Helena

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Manha	  	 	  	 	  
Tarde	 	 	   	  	 
Noite					

(Faça um quadro escrito para você ou um fluxograma, é essencial que nós, pais, sigamos o roteiro. Criança aprende pelo exemplo!)

Imagem retirada da internet



QUADRO DE REGRAS, TAREFAS E DEVERES DO



	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo	PRÊMIO
 GUARDAR OS BRINQUEDOS								SIM NÃO
 ESCOVAR OS DENTES								SIM NÃO
 FAZER AS TAREFAS								SIM NÃO
 HORA DA COMIDA								SIM NÃO
 TOMAR BANHO								SIM NÃO
 SAIR DA MESA SÓ QUANDO TERMINAR A REFEIÇÃO								SIM NÃO
 NÃO BRIGAR								SIM NÃO
 NÃO GRITAR E NEM CHORAR SEM MOTIVO								SIM NÃO
 LAVAR AS MÃOS								SIM NÃO
 SER EDUCADO E OBEDIENTE								SIM NÃO

(A partir dos 4 anos já dá pra pensar na semana e pedir para ir marcando, mas é preciso diariamente lembrar o que será feito)

AVALIE SUA SEMANA

- Como foi implantar a rotina? Quais as dificuldades? Facilidades?
- Como posso melhorar o que foi difícil/ruim?
- Como eu percebi minha criança ao longo da semana?
- Como eu me percebi ao longo da semana?
- Tudo isto está me trazendo mais culpa, mais leveza, mais praticidade ou mais enrijecimento?