



LISTA DE ACTIVIDADES PARA LA HORA DE DORMIR



The
Children's
Reading
Foundation

¡Preparados para ir a dormir!



Por Hacer



1

2

3

4

5



¡Listo!

1

2

3

4

5

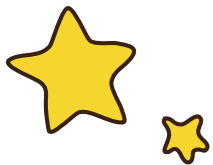
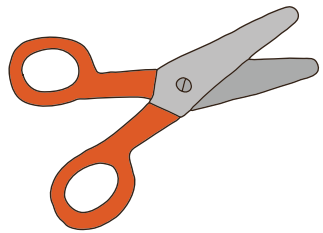


¡Preparados para Ir a Dormir!



Elijan cinco de las nueve tarjetas de Actividades para la Hora de Dormir para incluir en su rutina cuando llegue el momento de ir a dormir.

Si su niño puede cortar por sí mismo, permítale que practique con las tijeras recortando las tarjetas de la rutina. Si no está listo para usar las tijeras, usted puede tomar su mano y cortar las tarjetas juntos. Coloque las cinco tarjetas en la fila superior de la tabla de la hora de dormir. Luego, revísela con su niño. A medida que complete cada tarea con su ayuda, mueva cada tarjeta a la sección "¡Listo!". Utilice estas tarjetas cada noche para crear una rutina y ayudar a su niño a prepararse para ir a dormir.



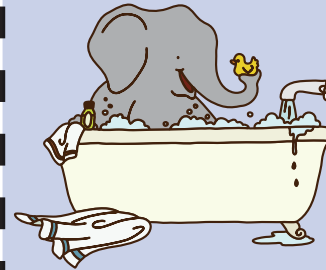
Lavarse los dientes



Cenar



Bañarse



Guardar los juguetes



Ir al baño



Leer un libro juntos



Hablar acerca de su día



Tomar su cobija



Ponerse la ropa de dormir

