

جدول المهام

الفئة العمرية: ٣-٥

الهدف:

تعويد الطفل على الروتين اليومي

الخطوات:

١. قومي بتعليقها في غرفة نوم طفلك
٢. اشرحي له جدول المهام وقومي بمتابعته معه بشكل دائم حتى يبدأ بالاعتقاد على هذا الروتين.

المساء

	أرتب ألعابي	
	ألبس ملابس النوم	
	استخدم دورة المياه	
	اغسل يدي بالماء والصابون	
	أنظف أسناني	
	أذهب إلى فراشي	

الصباح

	استخدم دورات المياه	
	اغسل يدي بالماء والصابون	
	أرتدي ملابسني	
	أتناول فطوري	
	أنظف أسناني	
	أجهز للروضة	

المساء

	أرتب ألعابي	
	ألبس ملابس النوم	
	استخدم دورة المياه	
	اغسل يدي بالماء والصابون	
	أنظف أسناني	
	أذهب إلى فراشي	

الصباح

	استخدم دورات المياه	
	اغسل يدي بالماء والصابون	
	أرتدي ملابسني	
	أتناول فطوري	
	أنظف أسناني	
	أجهز للروضة	