

1. **Hay que intentar seguir siempre el mismo orden en las acciones de los hábitos** Por ejemplo: primero vamos al baño a orinar y a lavarnos las manos, luego almorzamos y recogemos los restos del almuerzo, tirando los residuos a la basura y limpieza de la mesa.
2. **La constancia es difícil pero fundamental.** A veces nuestro ritmo diario hace que nos saltemos algunos pasos y que seamos poco constantes en nuestras rutinas diarias, pero se debe procurar mantener el orden y cumplirlos aunque tengamos que agilizarlos.
3. **Podemos anticiparnos a lo que va a pasar antes de empezar con un hábito o rutina, conocer lo que va a durar, lo que vendrá después.** De esta forma las transiciones costarán menos, pues los niños entenderán estos pasos y se sentirán seguros. También potenciarán su autonomía, ya que si los niños conocen lo que deben hacer a continuación, podrían hacerlo por su propia iniciativa.

