

CONSCIOUS DISCIPLINE -
FAMILIES + SCHOOL = SUCCESS!

Brain Smart Start

1. Unite - chant or move together
2. Connect – I ❤️ You Rituals
3. Disengage Stress - BREATHE

4. Commitment – To keep Safe

The Skill of ASSERTIVENESS:

- 1) Tells what **TO DO**
- 2) Tone = Voice of **NO DOUBT**
- 3) **PAINTS** a **CLEAR PICTURE**

“Touch my arm gently to get my attention”
 (NAME. VERB. PAINT.)

MY BEDTIME ROUTINE



PICTURES =
 CLEAR=
 SMOOTH ROUTINES=



CONSCIOUS DISCIPLINE -
FAMILIES + SCHOOL = SUCCESS!

Brain Smart Start

1. Unite - chant or move together
2. Connect – I ❤️ You Rituals
3. Disengage Stress - BREATHE

4. Commitment – To keep Safe

The Skill of ASSERTIVENESS:

- 1) Tells what **TO DO**
- 2) Tone = Voice of **NO DOUBT**
- 3) **PAINTS** a **CLEAR PICTURE**

“Touch my arm gently to get my attention”
 (NAME. VERB. PAINT.)

MY BEDTIME ROUTINE



PICTURES =
 CLEAR=
 SMOOTH ROUTINES=



DISCIPLINA CONSCIENTE -

FAMILIAS + ESCUELA = ¡ÉXITO!

Comienzo inteligente del cerebro

1. Unite - Canta o muévete juntos
2. Conéctate – **I ♥ You Rituals**
3. Desconectar el estrés - Respirar

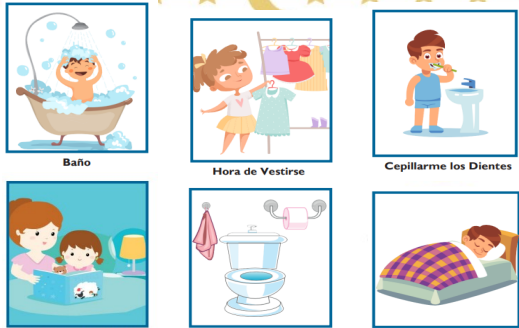
4. Compromiso - Mantener segura

La habilidad de la asertividad:

- 1) Dice lo que HACER
- 2) Tono = Voz de SIN DUDA
- 3) PINTA UNA IMAGEN CLARA

“Toca mi brazo suavemente para llamar mi atención”
(NOMBRE. VERBO. PINTAR.)

Mi rutina para dormir



Baño Hora de Vestirse Cepillarme los Dientes

Lectura en la Noche Baño Hora de Dormir

FOTOS =
BORRAR=
RUTINAS SUAVES=



DISCIPLINA CONSCIENTE -

FAMILIAS + ESCUELA = ¡ÉXITO!

Comienzo inteligente del cerebro

1. Unite - Canta o muévete juntos
2. Conéctate – **I ♥ You Rituals**
3. Desconectar el estrés - Respirar

4. Compromiso - Mantener segura

La habilidad de la asertividad:

- 1) Dice lo que HACER
- 2) Tono = Voz de SIN DUDA
- 3) PINTA UNA IMAGEN CLARA

“Toca mi brazo suavemente para llamar mi atención”
(NOMBRE. VERBO. PINTAR.)

Mi rutina para dormir



Baño Hora de Vestirse Cepillarme los Dientes

Lectura en la Noche Baño Hora de Dormir

FOTOS =
BORRAR=
RUTINAS SUAVES=

