

# LE ROUTINE NELLO STUDIO, UN VALIDO ALLEATO



Le buone abitudini di studio sono cruciali per bambini e ragazzi e vanno di pari passo con le routine di vita, comprendendo regole, orari, gestione dello spazio e del sonno.

I genitori devono aiutare i bambini a stabilire queste routine sin dall'infanzia per favorire una crescita serena e il successo accademico.

Le routine quotidiane in famiglia dovrebbero agevolare la relazione con lo spazio, il tempo e le risorse esauribili (concentrazione, memoria, attenzione), tutti elementi importanti per far sì che bambini e ragazzi possano affrontare anche lo studio con serenità.

**Francesca Pansadoro**

Sito: [www.tutto-aposto.com](http://www.tutto-aposto.com)

Instagram: <https://www.instagram.com/francesca.pansadoro/>

Facebook: <https://www.facebook.com/TUTTOAPOSTOFrancescaPansadoroProfessionalOrganizer/>

Linkedin: <https://www.linkedin.com/in/francescapansadoro/>