



NUESTROS NIÑOS Y NIÑAS DE 3-6 AÑOS EDUCANDO EN EL HOGAR

Importancia del entorno familiar

Tanto el Profesorado, como desde este Equipo de Orientación, venimos observando **dependencia** en nuestro@s alumn@s en áreas y aspectos que ya se tienen que ir superando:

- **Piden ayuda** en multitud de situaciones.
- **Les cuesta esperar**, quieren que se les haga caso en el momento.
- A la hora de ir al **baño**;
- **Vestirse**, cambiarse de ropa;
- Iniciar una **actividad** de forma **autónoma**;
- Baja **autonomía** de **acción** o de **pensamiento**, o de ambos.



Un conjunto de situaciones que parten de la educación en hábitos y rutinas básicas, que comienzan en el hogar, se amplían en el centro escolar y deben ser remachadas en la vida diaria.

Pero, sobre todo, notamos esa dependencia como falta de autonomía en general.



Y aún más, **notamos la falta de decisión**, no saben qué hacer ellos solos, a causa de dicha dependencia, o la falta de predisposición hacia la actividad, en cualquiera de sus vertientes.

Este punto es mucho más relevante si pensamos que su mundo –que ya es el nuestro– será cambiante, con necesidad de tomar decisiones rápidas y flexibles, para las que conviene irles preparando cuanto antes.

Como hemos comentado en nuestras reuniones con vosotros y vosotras, padres, madres, abuelos y abuelas, desde el colegio podemos enseñar y afianzar hábitos, rutinas, destrezas, capacidades..., pero pensad que estamos 5 horas de 24 diarias: queremos decir que en las restantes horas es necesario reforzar la actividad, generalizar a la vida diaria todos los nuevos aprendizajes

Así que vamos a recordar algunos de los consejos que comentamos a principio de curso

UN POCO DE MEMORIA...

Nos vamos referir a los llamados *Principios de Aprendizaje*, comunes a tod@s l@s niñ@s y culturas:

El primero nos parece especialmente importante :



- **Ejercitación de lo aprendido:** los “alumn@s” no pueden dominar habilidades sin la práctica repetida y el feedback; es decir: lo que van aprendiendo se debe emplear a diario.

Evita hacer por ellos lo que ya saben

- **Ley del Aprendizaje Emocional:** todo lo que enseñemos acompañado de emociones agradables da lugar a aprendizajes duraderos; es decir: todo aprendizaje realizado bajo un estímulo afectivo cálido se recordará y afianzará mucho mejor.

La “letra con cariño entra”, pero evitamos la permisividad y tolerancia máxima.

- **Ley de las Diferencias Individuales:** las personas aprenden de manera diferente, hay que tener en cuenta todas ellas, cada persona es diferente y habrá que exigirle según sus posibilidades, evitando comparaciones.

Cada niño o niña es diferente, incluso entre los hermanos; evita comparar.

- **Ley del Aprendizaje Activo:** la respuesta activa y acción produce un aprendizaje más efectivo que la escucha o lectura pasiva; o lo que es lo mismo: a esta edad, cuanta más actividad mejor, aprendizajes que empleen todos los sentidos.

Deja que use todos sus sentidos, que aprenda de sus errores, que se mueva por sí mismo y que adquiera confianza en lo que hace.

- **Ley de la Experiencia Previa:** el nuevo aprendizaje debe ser afianzado y construido sobre las experiencias del que aprende, del niño; básicamente, empleemos lo que ya conoce, para ampliarlo con nuevas ideas y contenidos.

Usa siempre lo que ya sabe, créale pequeñas dudas que pueda resolver por sí mismo.



¿ SE PUEDE HACER ALGO DESDE LA FAMILIA ?

¡Claro que sí! ¡mucho, muy bonito y muy divertido!

Desde la escuela la promoción de la autonomía y la creación de hábitos se plantea como un aspecto fundamental a trabajar, ya que gracias a este desarrollo autónomo el niño podrá ir forjando progresivamente su propia identidad, así como la valoración que hace de sí mismo, es decir su autoestima.



La consecución de este objetivo dependerá mucho de la educación que reciba el niño, por lo tanto nuestra tarea es enseñarle o ponerle en la mejor predisposición posible para que alcance dicha autonomía y la más adecuada autoestima y confianza en sí mismo.

¿Cómo podemos conseguirlo?

Si pensamos y nos convencemos de que...

- Los padres deben dejar de lado frases tales como: "es aún pequeño", "deja que ya lo hago yo más rápido"...
- Es bueno para ellos.
- Para conseguir un hábito, hay que ser consistentes y pacientes. No se crea un hábito en un día, sino después de un tiempo trabajándolo.
- Hay que animar y reforzar los avances que vayan consiguiendo, por pequeños que éstos sean.
- Hemos de ser modelos para nuestros hijos e hijas.

Muy a tener en cuenta a la hora del fomento de la autonomía, es **evitar hacer caso en el momento**, aprender a esperar un poco, o respetar que otro está hablando, o que estamos ocupados.

También es importante no hacer caso a todos sus deseos y demandas: la mejor tarea como educadores es enseñarle límites, lo que sí y lo que no puede hacer.

A partir de hábitos que convertimos en rutinas: hábito de limpieza y rutina de lavarse antes de comer, o cuando se ensucia; hábito del vestido y rutina de ponerse/quitar el pijama, o rutina de dejar listas las ropas de mañana...

Y hábito nuestro de reconocer que lo han hecho, y que eso es lo que nos gusta de ellos: la independencia al hacerlo.

Con ello conseguiremos que poco a poco vayan creando su identidad basada en su autonomía e independencia, así como en el desarrollo armónico.

Estar con los hijos y ayudarles a madurar es la oportunidad de disfrutar plenamente de ser padres.

Hábitos a desarrollar de 3 a 6 años

(extracto de los consejos expuestos por el **E.O.E.P. de Benavente, Zamora**)

Consideramos dos tipos de hábitos:

- 1. Hábitos relacionados con las necesidades básicas:** todos aquellos relacionados con la alimentación, sueño, vestirse y desnudarse, higiene, control de esfínteres...
- 2. Otro tipo de hábitos:** el orden y la organización, la responsabilidad, la interacción social...estos hábitos pretenden conseguir el desarrollo integral del niño con el fin de conseguir su total autonomía e independencia.

En este documento, nos vamos a centrar en cada uno de los hábitos y concretamente en lo que sería capaz de hacer un niño de una determinada edad respecto al mismo (aunque esto se tome como referencia, no olvidar las diferencias individuales).

❖ **A los tres años:**

- **Alimentación:** Es capaz de comer sólo con cuchara y tenedor, aunque a veces se puede manchar con alimentos de consistencia líquida, es capaz de ponerse (mamá se lo abrochará o atará) y quitarse el babero, es capaz de colaborar a la hora de poner y quitar la mesa...
- **Sueño:** Es capaz de irse a dormir sin protestar, después de llevar a cabo rituales como: contar un cuento, beber agua..., necesita dormir unas 10-11 horas y es frecuente el tener pesadillas y miedo por lo que se le puede dejar una pequeña luz encendida.
- **Vestido:** Se desviste sólo, excepto los calcetines y la camiseta (se hace con ayuda), se viste con ayuda, es capaz de colocarse el abrigo o el babi del colegio metiendo las manos por las mangas primero y luego pasándolo por encima de la cabeza.
- **Higiene:** Es capaz de lavarse y secarse las manos sin ayuda, colabora frotándose cuando está en el baño, es capaz de imitar al adulto y lavarse los dientes.
- **Control de esfínteres:** Controla perfectamente por el día, por la noche puede tener todavía dificultades, no se le da una especial atención, es capaz de ir solo al baño aunque a veces necesita ayuda.
- **Responsabilidades:** Tal vez no tenga una responsabilidad diaria asignada como tal, pero colabora con los papás en la recogida de los juguetes, lleva su ropa sucia a la lavadora, ayuda en la colocación de objetos en los armarios...
- **Autonomía emocional:** Aunque prefiere jugar con alguien, es capaz de estar sólo un ratito, si el adulto pasa de vez en cuando por su cuarto. Cuando se van los papás y se va a quedar otra persona a su cuidado necesita saber cuánto tiempo va estar sin ellos, pregunta de vez en cuando por éstos,... Posteriormente a la vuelta de los padres necesita tiempo en exclusiva para estar con ellos.



❖ **A los cuatro/cinco años:**

- **Alimentación:** Come él sólo y bien, sólo necesita ayuda para cortar la carne..., no se mancha al tomar alimentos líquidos, es capaz de retirar el plato de la mesa, colabora a la hora de poner la mesa y quitarla...
- **Sueño:** Es capaz de cumplir los horarios de sueño, aguanta mejor la oscuridad.
- **Vestido:** Se viste y desviste sólo incluso los zapatos, es capaz de ponerse bufandas y manoplas...
- **Higiene:** Es autónomo en el aseo y le gusta participar activamente en el baño, se lava los dientes, y es capaz de cepillarse el pelo.
- **Control de esfínteres:** Es autónomo, controla perfectamente por el día y también por la noche, aunque esporádicamente puede no controlar por la noche.
- **Responsabilidades:** Se le pueden ir asignado pequeñas tareas diarias, poner la mesa, cuidar de algún animal, mantener recogidos los juguetes de su habitación, hacer algún recado dentro de la casa...
- **Autonomía emocional:** Es capaz de entablar interacción con otros niños, comienzan las primeras amistades, se inicia en el respeto de los turnos de un juego, comparte con los demás, es capaz también de estar más tiempo sólo jugando...

❖ **A los seis años:**

- **Alimentación:** Come sólo, prueba alimentos nuevos...
- **Sueño:** No tiene dificultades para acostarse, no se despierta por la noche.
- **Vestido:** Se viste sólo, es capaz de preparar su ropa, de elegir o tener preferencias.
- **Higiene:** Se baña solo, es totalmente autónomo para el aseo, excepto a la hora de arreglarse el pelo (puede necesitar ayuda)
- **Responsabilidades:** Es capaz de realizar tareas domésticas sencillas (limpiar el polvo, hacer la cama...), le gusta realizar encargos o recados (incluso fuera de la casa), ayudar a los padres en alguna actividad...
- **Autonomía emocional:** Juega en grupos más grandes, asume reglas, intenta ser autónomo y se revela frente a los adultos...



Actuación familiar en cuanto al lenguaje

(consejos del Profesorado de Audición y Lenguaje).

ESTIMULACIÓN DEL LENGUAJE:

El lenguaje es una de las adquisiciones más importantes del niño. A través de él expresa lo que siente, pide lo que necesita...en definitiva, se relaciona. Esta adquisición forma parte de un proceso evolutivo en el que pueden existir variaciones individuales debido a causas madurativas, ambientales, etc.

Una parte importante de esta adquisición se produce por imitación; por ello es fundamental que le ofrezcáis unos modelos correctos de pronunciación y lenguaje.

COMO HABLAR CON NUESTRO HIJO

- Háblale **despacio**, claro y con intensidad normal.
- Háblale **siempre de frente** y a una distancia prudencialmente corta.
- Respeta el **turno de palabra** y no respondas por él.
- **No le hagas repetir** cuando pronuncie algo mal, sólo dale el modelo adecuado. Por ejemplo si dice " e toche ta oto" inmediatamente tú contestarás "sí cariño este coche está roto verdad"
- Utiliza **gestos naturales** para facilitar la comprensión.
- Adecúa el **tamaño y la dificultad** de los mensajes a su nivel.
- **No utilices un lenguaje infantil** ni abusos de los diminutivos
- Utiliza **preguntas abiertas** que le obliguen a contestar con algo más que sí o no.
- **Valora y refuerza positivamente sus producciones**



PREVENCIÓN

- Evita **malos hábitos** como uso de chupetes, biberón, dedo... porque deforman el paladar y pueden acarrear problemas dentarios, de sellado y de articulación entre otros.



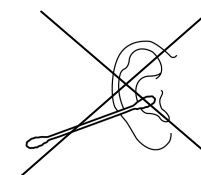
labial



- **Alimentación:** Durante la **masticación** y **deglución** están trabajando todos los órganos que intervienen en la articulación, por lo que es importante evitar el abuso de purés y sopas y emplear una alimentación a base de sólidos.



- Presta especial atención a los frecuentes resfriados y **otitis**, ya que pueden reducir su audición.



- Evita también el uso de **bastoncillos** ya que pueden provocar tapones.

CUENTOS, JUEGOS, CANCIONES...

- De pequeños, **cuéntale cuentos**, mejor que leerse los: cambiando la voz según los personajes, alargando detalles cuando muestre interés... hazle participe del relato terminando las frases, introduciendo cambios, haciéndole protagonista, etc.



- Enséñale canciones, retahílas



- Juega a imitar diferentes sonidos: moto, timbre, onomatopeyas de animales, etc.



- Facilitale juguetes como pomperos, silbatos, matasuegras, molinetes, trompetillas... que potencien el soplo.



EL EQUIPO DE ORIENTACION Y APOYO DEL COLEGIO

Fuentes consultadas:

- página web de los Equipos de Orientación de Zamora, en concreto el E.O.E.P. de Benavente.
- página web de los Equipos de Orientación de La Rioja.
- Adaptación de materiales ya existentes en el E.O.E.P. de La Rioja Baja.

