

## ACTIVIDADES

### COMIDA

- Comer solo/a (excepto cuchillo).
- Transportar líquidos sin que se le caigan.
- Utilizar la servilleta cuando la necesita.
- Permanecer sentado/a durante la comida.

### VESTIDO

- Se desviste solo/a.
- Se abrocha y desabrocha los botones.
- Se viste solo/a (prendas sencillas al principio: pijama, chandal, etc.)
- Se pone y se quita calcetines y zapatos con ayuda para las lazadas.

### TAREAS SENCILLAS

- Recoge sus juguetes.
- Colabora en tareas sencillas (ayuda al poner la mesa, ordena su habitación...) recordándose.
- Usa punzones, sacapuntas y tijeras con supervisión.

## ACTIVIDADES

### DESPLAZAMIENTOS

- Sabe llegar a su calle y portal cuando está cerca.
- Pide cosas en las tiendas yendo acompañado/a.
- Conoce las indicaciones peatonales (pasos de cebra y semáforos)

**Consulta con la tutor/a de tu hijo/a, siempre que lo estimes oportuno**



[orientacion.edurioja.org](http://orientacion.edurioja.org)



## Desarrollo de la autonomía



[orientacion.edurioja.org](http://orientacion.edurioja.org)



## FAVORECER SU AUTONOMÍA

- Alentar la independencia evitando la excesiva sobreprotección, es decir, permitiendo que el niño haga todo lo que puede y debe hacer de acuerdo con su maduración.
- Las habilidades de autonomía (vestirse, lavarse, ir al baño, comer...) se encuentran entre las conductas más importantes que el niño debe adquirir en la edad infantil.
- Permitirle que realice tareas sencillas de la casa, tales como ayudar a poner la mesa, hacer un pequeño recado, etc..siempre teniendo en cuenta sus posibilidades, es decir, no pidiéndoles cosas que no sean capaces de hacer.
- Aceptar al niño tal cual es, cada niño es un ser distinto e irreplicable por lo que evitaremos en todo momento aquellas comparaciones con sus hermanos u otras personas en las que éste salga desfavorecido.
- Si tras la consecución de un logro animamos al niño, le estaremos dando el refuerzo necesario para que siga adelante con sus aprendizajes, y a su vez, alcance mayor seguridad en sí mismo.
- Pedirle un poco más de lo que sabe hacer, pero con flexibilidad. No pasarnos ni de blandos ni de exigentes.



## MEJORAR SU COMPORTAMIENTO

- Las primeras pautas de conducta (orden, respeto a los demás, responsabilidad) las adquiere el niño por imitación en el seno de la familia. Un ambiente familiar sin tensiones entre sus miembros, donde predomine el diálogo, es el más adecuado para lograr unos modelos de conducta apropiados.
- Los castigos deben estar en consonancia con la falta cometida y no con el estado de ánimo de los padres. La mayoría de las veces hacerle ver que no ha obrado bien puede ser suficiente. Evitar castigos humillantes y fuera de tiempo. Los castigos deben producirse inmediatamente a continuación del hecho que lo originó.
- En la educación de los hijos deben estar implicados ambos padres y debe existir entre ellos unanimidad de criterios educativos. Es nefasto que uno haga el papel de "bueno" y otro el de "malo".
- Hay que intentar conocer los criterios educativos escolares, acudiendo a las reuniones y en conversaciones individuales con la tutora, procurando que no existan disonancias entre casa y el colegio. Tenemos que evitar que se creen en los niños modelos educativos irreconciliables.



## ACTIVIDADES

### A PARTIR DE LOS TRES AÑOS PODEMOS INTRODUCIR GRADUALMENTE EN PEQUEÑOS PASOS LAS SIGUIENTES RUTINAS

#### ASEO

- Lavarse las manos con supervisión realizando las siguientes acciones (abrir y cerrar el grifo, enjabonarse, aclararse, secarse)
- Ducharse, necesitando ayuda sólo para la espalda, orejas y cabeza.
- Lavarse los dientes recordándose.
- Limpiarse la nariz cuando lo necesita.
- Ir a baño, utilizar papel higiénico y tirar de la cadena.

