

### Para dormir

- Adopte un horario regular y razonable todos los días para dormir y regule el tiempo de descanso.
- Despiértele con tiempo suficiente para realizar con tranquilidad el aseo y desayuno.
- Hábitúele a hojear o leer cuentos antes de irse a la cama.

### Para el aseo e higiene

- Retírele los pañales o gasas durante el día y llévelo al inodoro, cumpliendo al principio un horario determinado o cuando tenga ganas.
- No le obligue a estar sentado más de 5 o 10 minutos en el inodoro sin hacer nada.
- Aproveche los meses de verano para iniciar el aprendizaje autónomo de este acto.
- Si no lo pide, no hay que levantarlo a media noche para hacer "pipí".
- Enséñele que los utensilios de uso personal (cepillo, cubiertos,..) no deben ser compartidos.
- Foméntele los hábitos higiénicos: lavarse, peinarse, cepillarse los dientes,..
- Insístale en que adquiera rutinas tales como: lavarse las manos antes de comer, después de ir al aseo o de jugar con la tierra,.. o lavarse los dientes después de las comidas

### Para que aprenda a vestirse

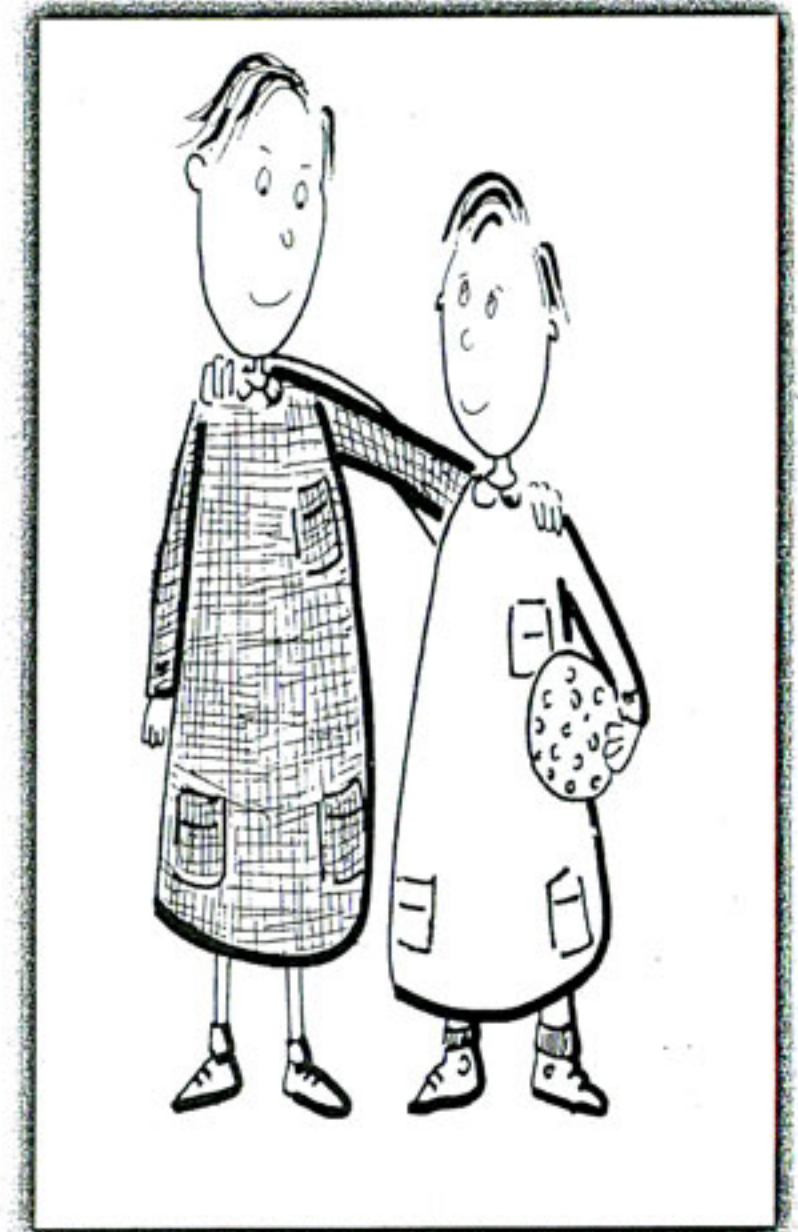
- Enséñele a vestirse y desvestirse por sí mismo y a realizar los lazos de los zapatos,

disminuyendo progresivamente la ayuda. Antes de hacerlo en el propio cuerpo se puede hacer con un muñeco.

- Enséñele a abrochar botones.
- Reconózcale con gestos que muestren afectividad cuando se vista o desvista sólo.
- Insístale para que recoja la ropa y la coloque en el lugar adecuado.



## Educación Infantil



## Orientaciones para las familias

## **Desarrollo Motor**

### **¿Qué puede hacer?**

- Ponga a su alcance objetos para que pueda manipularlos.
- Facilítele varias actividades: el gateo, subir y bajar escaleras, vestirse y desvestirse, jugar a la pelota, saltar, ensartar, bailar, hacer figuras de plastilina, recortar, colorear, dibujar, romper papeles, abrir y cerrar puertas y cajones, ayudar en la limpieza de casa,...
- Alterne tiempos de descanso y actividad, valorando los avances que se vayan produciendo.

## **Desarrollo del Lenguaje**

### **¿Qué puede hacer?**

- Evite que utilice el biberón y el chupete para no deformar el paladar y los dientes. Desde que pueda debe tomar los alimentos masticando.
- Haga que se exprese aunque aún no se le entienda bien. Repita correctamente la palabra cuando no la pronuncie bien sin ridiculizarlo ni compararlo con otro. No le imite cuando hable mal.
- Descríble las cosas que vayan observando juntos. Construya frases, cuénteles y léales

cuentos, cánteles canciones, juegue con trabalenguas,...

- Háblele correctamente, despacio y con claridad, con frases cortas y comprensibles.
- Valore positivamente sus avances.

## **Desarrollo Cognitivo**

### **¿Qué puede hacer?**

- Dedique tiempo a jugar con él o ella seleccionando juguetes que desarrollen la imaginación, la memoria y la inteligencia (piezas de construcción, guiñoles, puzzles,...).
- Facilite el aprendizaje de conceptos espaciales (arriba, abajo, delante, detrás), de lugar (cerca, lejos,..), de tiempo (antes, después),...
- Responda a sus preguntas con explicaciones comprensibles.
- Proporciónale pautas y rutinas claras y organizadas.

## **Desarrollo Afectivo-Social**

### **¿Qué puede hacer?**

- Cree un buen clima familiar manifestando afecto y provocando experiencias positivas.

- Conozca y seleccione los programas de TV y dedique tiempo a verlos con ellos para facilitar la valoración de lo que observan.
- Mantenga firmeza y coherencia en el cumplimiento de las normas, que deberán ser razonadas, claras y para todos. Es muy adecuado que conserve el equilibrio entre la excesiva rigidez y la permisividad.
- Favorezca la comunicación y el diálogo. Eso ayudará a su hijo/a a alejar sus temores y a descargar tensiones.
- Valore positivamente las virtudes y acepte sus defectos sin compararles.
- Dele responsabilidades adecuadas.
- Facilítele el contacto y juego con otros niños y niñas (parques, deportes,...).
- Procure que pueda expresarse mediante el juego, el dibujo, la dramatización,...

## **Desarrollo de la Autonomía**

### **¿Qué puede hacer?**

#### **En las Comidas**

- Mantenga un horario fijo para las comidas.
- Haga que la comida que corresponda cada día sea aceptada.
- Foméntele una autonomía progresiva en el uso de los cubiertos.
- Ejemplifíquele con una posición y comportamiento adecuado en la mesa.