



Estimados padres:

Todo proceso de aprendizaje requiere la adquisición de determinadas habilidades que posibilitan que el alumno/a alcance una buena adaptación social y evolucione progresiva y adecuadamente en su madurez personal. Vuestra colaboración irá creando un clima propicio para que vuestros hijos logren con la adquisición de estas conductas, mayor autonomía, sensación de bienestar y seguridad en ellos mismos a la hora de actuar. En este sentido os proponemos una programación para llevar a cabo desde el hogar ya que consideramos que la familia es la piedra angular de la educación del niño/a.

## ¿QUE ES LA FAMILIA EDUCATIVA?

Es la familia que se plantea la educación como una tarea importante y decisiva, en la que pone grandes dosis de comprensión, paciencia, firmeza, coherencia y confianza en las capacidades de los hijos/as. En la práctica, la familia educativa:

- **Señala objetivos claros y bien definidos:**

“ Quiero que Juan aprenda a comer solo, utilizando la cuchara, el tenedor y el cuchillo, sin tirar la comida y comiéndoselo todo.” Esto es mucho más correcto que decir:” Quiero que Juan coma correctamente”.

- **Propone objetivos adecuados a la edad y capacidad de los hijos/as:**

Hay que evitar errores, tanto por exceso como por defecto. Si se les obliga demasiado pronto a mantener ciertos hábitos, el niño/a se desanima, se angustia y se frustra el aprendizaje. Pero si nunca se ve el momento de exigir ciertas cosas, os niños darán siempre menos de lo que son capaces.

- **Señala los pasos que compone cada hábito que se propone enseñar** y valora positivamente cada paso que logra: por ejemplo: El hábito de lavarse las manos supone los siguientes pasos:1.- subirse las mangas, 2.- abrir el grifo, 3.- mojarse las manos, 4.- cerrar el grifo, 5.- coger el jabón, 6.- enjabonarse, 7.- abrir el grifo, 8.- me enjuago, 9.- cerrar el grifo, 10.- coger la toalla, 11.- secarse las manos, 12.- dejar la toalla.

Ofrece muchos modelos adecuados para que se produzca el aprendizaje por imitación, y para que exista coherencia entre lo que se hace y lo que se dice. Algunos hábitos como el de la puntualidad, el orden, las fórmulas de cortesía etc, se aprenden sobre todo por imitación. Los valores y actitudes de os padres, también se transmiten a través de nuestro ejemplo de actuación, de vida y se aprenden por imitación.

- **Da oportunidades suficientes para practicar aquello que se desea que haga.**

Aunque al principio la realización del hábito no sea “ perfecta”, hay que dejar que practique. Por ejemplo, dejar que use la cuchara, aunque al principio tire algo de comida; que se vista solo aunque tarde más, que se lave solo aunque haya de “ repasar”, dejar que arregle su habitación, que recoja los juguetes, que ponga la mesa etc.

- **Indica los espacios y los tiempos adecuados para realizar una determinada conducta.** Es necesario que desde pequeños los niños tengan un orden y un horario en sus actividades, que les ayudará además a situarse en el espacio y en el tiempo. Si la vida de un niño está organizada, más adelante sabrá organizar su estudio, su trabajo y su voluntad.

- **Estimula la realización de conductas adecuadas.** Para ello elogia cualquier esfuerzo y minimiza los posibles fracasos.



## DESARROLLO DE LOS HÁBITOS EN LAS EDADES DE LOS 2,3,4 Y 5 AÑOS

### 1.- ÁREA DEL VESTIR

| Años       | Desnudarse  | Vestirse  | Aspecto general   | Cuidado de ropa   |
|------------|---|---|---|---|
| 2 – 3 años | <ul style="list-style-type: none"><li>• Sabe sacarse prendas fáciles ( bañador, zapatillas)</li><li>• Colabora al desnudarse</li><li>• Empieza a abrocharse</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Empieza a ponerse alguna cosa muy fácil ( pijama...) aunque a veces al revés</li><li>• Colabora al vestirlo</li><li>• Abrocha cremalleras</li></ul>   |   |   |
| 3 – 4 años | <ul style="list-style-type: none"><li>• Sabe desnudarse, aunque le cuestan algunas prendas</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Se pone habitualmente prendas fáciles,</li><li>• Si se le ayuda a ponerse alguna prenda, él acaba solo</li><li>• Sabe abrochar botones fáciles</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Toma conciencia de su aspecto</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• Sabe cuidar sus prendas exteriores</li><li>• Pone prendas en el colgador</li><li>• Sabe que ha de dejar la ropa sucia en un lugar determinado</li></ul>   |
| 4 – 5 años | <ul style="list-style-type: none"><li>• Si se le desabrocha, se desnuda y lo hace correctamente</li><li>• Le cuestan algunas prendas y aún debemos ayudarle</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Se viste, aunque debemos abrocharle y algunas prendas se las pone al revés</li><li>• Sabe abrochar totalmente las cremalleras (las encaja)</li><li>• Se abrocha las hebillas</li><li>• Abrocha botones fáciles</li><li>• Es bastante autónomo</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Se le ha de poner bien la ropa</li><li>• Empieza a ser sensible a su aspecto</li><li>• Sabe que ha de cambiarse la ropa interior aunque no se vea</li><li>• Sabe sonarse</li></ul>                            | <ul style="list-style-type: none"><li>• Puede empezar a ordenarse su ropa</li><li>• Al sacarse las prendas las pone plegadas</li><li>• Ordena su ropa sucia</li><li>• Guarda la ropa sucia sin decírselo</li><li>• Se interesa por el aspecto del calzado</li></ul> |
| 5 – 6 años | <ul style="list-style-type: none"><li>• El desnudarse deja de ser una actividad a controlar</li><li>• Si tiene algún percance pide ayuda</li></ul>                    | <ul style="list-style-type: none"><li>• Se viste con agilidad</li><li>• No se descuida ninguna prenda</li><li>• No tiene problema con botones o cremalleras</li><li>• No hace historias para que se le vista</li><li>• Se inicia en hacerse los lazos</li></ul>                                 | <ul style="list-style-type: none"><li>• Se gira las prendas y mira que le queden bien puestas</li><li>• Pide ayuda si no sabe arreglarse</li><li>• Tiene cuidado del calzado</li><li>• No es preciso decirle que se cambie su ropa interior</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Sabe ser más cuidadoso de acuerdo con el lugar donde debe ir</li><li>• Puede ayudar a limpiar el calzado</li></ul>  |



## 2.- ÀREA DEL SUEÑO

| Años       | Despertarse   | Dormir   |
|------------|---|--|
| 2 – 3 años |   | <ul style="list-style-type: none"><li>Puede dormir en una cama normal, sin barandillas</li></ul> |
| 3 – 4 años | <ul style="list-style-type: none"><li>Pide ayuda al adulto cuando se despierta</li></ul>  |  |
| 4 – 5 años | <ul style="list-style-type: none"><li>Aún reclama la atención del adulto al despertarse, si bien empieza a organizar alguna actividad</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>Deja de hacer la siesta</li></ul>                          |
| 5 – 6 años | <ul style="list-style-type: none"><li>Sabe prescindir del adulto por poco rato, luego va a la cama de los padres y les cuenta cosas</li></ul>   |  |

## 3.- ÀREA ORDEN HABITACIÓN/RESPONSABILIDADES DOMÉSTICAS

| Años       | Orden en la habitación  |
|------------|---|
| 2 – 3 años | <ul style="list-style-type: none"><li>Puede participar cuando se ordena su habitación</li><li>Puede ordenar y guardar pequeños objetos: zapatillas, pijama...</li></ul>   |
| 3 – 4 años | <ul style="list-style-type: none"><li>Debe ayudar a guardar los juguetes</li><li>Debe disponer de un lugar para sus cosas</li><li>Debe ordenar y guardar las cosas que él utiliza</li></ul>                             |
| 4 – 5 años | <ul style="list-style-type: none"><li>Eventualmente puede cuidar de hermanos más pequeños</li><li>Debe dejar los objetos que usa en su sitio</li></ul>  |
| 5 – 6 años |   |
| Años       | Responsabilidades domésticas  |
| 2 – 3 años | <ul style="list-style-type: none"><li>Puede poner ocasionalmente algunas cosas en la mesa.</li><li>Puede sacar las servilletas o cosas pequeñas.</li><li>Puede ayudar en tareas muy concretas: regar plantas.</li></ul> |
| 3 – 4 años | <ul style="list-style-type: none"><li>Puede disponer sistemáticamente cosas fáciles en la mesa.</li></ul>   |
| 4 – 5 años | <ul style="list-style-type: none"><li>Puede ser el responsable de poner la mesa.</li><li>Puede ser el responsable del cuidado de alguna cosa: flores, animales...control.</li></ul>                                     |
| 5 – 6 años | <ul style="list-style-type: none"><li>Sabe ser responsable de algún animal ( ayuda en la limpieza).</li><li>Puede ser responsable de tareas domésticas simples: polvo, lavabo...</li></ul>                              |

## 4.- ÀREA DE LAS RELACIONES SOCIALES

| Años       | Relaciones sociales   |
|------------|---|
| 2 – 3 años | <ul style="list-style-type: none"><li>Puede quedarse en casa de familiares</li><li>Sabe adaptarse a un “ canguro” que venga mientras los padres están fuera</li></ul>   |
| 3 – 4 años | <ul style="list-style-type: none"><li>Sabe saludar a la gente de la calle</li><li>Puede coger el teléfono pero no siempre se entera del mensaje</li></ul>   |
| 4 – 5 años | <ul style="list-style-type: none"><li>Si va l gente a casa intenta captar su atención</li><li>No se mete, tanto, con la gente de la calle, no habla con desconocidos</li><li>Espontáneamente, a veces se hace el tímido</li></ul>   |
| 5 – 6 años | <ul style="list-style-type: none"><li>Si va al médico sabe contestar y explicarse aunque no con mucha precisión</li><li>Sabe saludar, especialmente a la gente conocida</li><li>Sabe contestar adecuadamente al teléfono</li><li>Si se le marca el número, llama a conocidos por teléfono y les da correctamente el encargo</li><li>Comprende que los servicios públicos están a su disposición, pierde el temor a la policía</li></ul> |

## 5.- ORGANIZACIÓN DE TAREAS Y ACTIVIDADES

| Años       | Organización de tareas y actividades   |
|------------|--|
| 2 – 3 años | <ul style="list-style-type: none"><li>Puede hacer algunas tareas que se le piden si hay control en la ejecución</li></ul>  |
| 3 – 4 años | <ul style="list-style-type: none"><li>Puede empezar a asistir a espectáculos infantiles</li></ul>  |
| 4 – 5 años | <ul style="list-style-type: none"><li>Puede empezar a tener un orden en sus cosas</li><li>Puede asistir a espectáculos infantiles, incluso cine si es adecuado</li></ul> |



|            |   |
|------------|---|
| 5 – 6 años | <ul style="list-style-type: none"><li>• Puede prepararse la bolsa de deportes, es preciso control y recordarle algún elemento si se lo descuida</li><li>• Puede ir sin problemas a casa de los amigos a pasar la tarde, ( normalmente puede empezarse mucho antes, ahora bien, es importante no dejar pasar más tiempo)</li></ul> |
|------------|---|

## 6.- ÁREA DE LA ALIMENTACIÓN

| Años       | Comportamiento en la mesa   | Uso de instrumentos   | Bebida   | Preparación de alimentos  |
|------------|---|---|--|---|
| 2 – 3 años | <ul style="list-style-type: none"><li>• Come solo ayudándolo a que acabe</li><li>• Toma variedad de alimentos</li><li>• Le cuesta comer lo que no le gusta (come pocas cantidades)</li><li>• Necesita el babero porque es poco cuidadoso</li></ul>                    | <ul style="list-style-type: none"><li>• Usa medianamente bien el tenedor</li><li>• Usa medianamente bien la cuchara para manjares pastosos</li><li>• Tiene accidentes con las sopas</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Bebe con el vaso pero se moja</li></ul>                                  |   |
| 3 – 4 años | <ul style="list-style-type: none"><li>• Le cuesta estar sentado todo el rato, necesita ir al WC</li><li>• Mastica más correctamente</li><li>• Come solo y o</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• Usa correctamente el tenedor</li><li>• Usa aceptablemente la cuchara</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Bebe sin mojarse</li><li>• Coge el vaso con una sola mano</li></ul>      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Toma cosas sencillas cuando tiene hambre: pan, galletas, agua...</li></ul>  |
| 4 – 5 años | <ul style="list-style-type: none"><li>• Mastica correctamente</li><li>• No es preciso ayudarle para acabar</li><li>• Se acaba lo que se le pone</li><li>• No hace espectáculos para comer lo que no le gusta</li><li>• Se inicia en el uso de la servilleta</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Usa correctamente la cuchara</li><li>• Se inicia el uso del cuchillo para comidas blandas (tortilla)</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Se sirve agua de una botella que no pese mucho</li></ul>                 | <ul style="list-style-type: none"><li>• Toma la merienda si no la tiene que preparar (galletas)</li></ul>   |
| 5 – 6 años | <ul style="list-style-type: none"><li>• Aún se mancha, aunque poco</li><li>• Normalmente no se levanta de la mesa (hay alguna excepción)</li><li>• Empieza a mezclarse la comida</li><li>• No acostumbra a hacer porquerías en el plato</li></ul>                     | <ul style="list-style-type: none"><li>• Coordina difícilmente el uso del tenedor y del cuchillo</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• Sabe servirse de botellas o jarras pero con algunos accidentes</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Se prepara desayunos o meriendas (debemos ayudarle a cortar el pan)</li><li>• Sabe untar el pan con alimentos pastosos</li><li>• Ayuda al adulto en la preparación de algunas comidas fáciles</li></ul> |

## 7.- ÁREA DE LA HIGIENE CORPORAL

| Años       | Control de la evacuación  | Higiene corporal  |
|------------|---|---|
| 2 – 3 años | <ul style="list-style-type: none"><li>• Controla la caca y lo pide</li><li>• Aprende a controlar el pipi de día, no siempre lo pide</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• Sabe lavarse las manos, se debe controlar</li><li>• Aún le cuesta aceptar que le laven la cabeza</li></ul>  |
| 3 – 4 años | <ul style="list-style-type: none"><li>• Controla el pipi</li><li>• Utiliza el WC</li><li>• Aprende a controlar el pipi de noche</li><li>• Entiende que pueden despertarlo para evitar</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Aún le cuesta que le corten las uñas, especialmente las de los pies</li><li>• Participa activamente cuando le bañan</li><li>• Se lava correctamente las manos, pero</li></ul> |

