

CARACTERÍSTICAS GENERALES DE LOS NIÑOS/AS DE 3 AÑOS:

- Comprenden casi todo lo que oyen en la casa.
- Todavía tienen dificultades para expresarse como para pronunciar muchas palabras.
- El número de palabras que utilizan en la comunicación va aumentando.
- Son muy imaginativos y viven la fantasía como nunca. Le dan vida a muchas cosas (una silla, una mesa....)
- Se creen el centro del mundo
- La escuela les saca de su mundo.
- No hacen las cosas con intención. Aún no distinguen claramente entre lo que está bien y lo que está mal.

ALGUNAS ORIENTACIONES

AUTONOMÍA:

- Deben aprender a lavarse y secarse la cara y las manos, ayudar cuando se baña,

cepillarse los dientes, ayudar cuando se viste y desviste.

- Habrán adquirido el control de pipí y caca.
- Deben aprender a comer sólo, utilizar la cuchara y el tenedor, a beber en vaso, sorber con pajita, utilizar la servilleta, ayudar a poner y quitar la mesa.
- Recogen sus juguetes, ordenan su habitación, etc..
- Deben dormir solos en su habitación, no con sus padres.
- Aprenderán a sonarse la nariz cuando sea necesario.
- Mediante el juego adquieren mayor coordinación motora y van a mejorar su capacidad de relación con otros niños.

ALIMENTACIÓN:

- Procurar que sea lo más variada y natural posible. Cada día tomarán leche o derivados lácteos (3-4 raciones), 2 ó 3 piezas de fruta, cereales, carne /pescado, legumbres, verdura, etc.
- Debemos evitar las grasas saturadas (embutidos, mantecas, etc.) y los alimentos azucarados (chucherías, bollería...)
- El desayuno debe ser completo: vitaminas, hidratos de carbono, proteínas, sales minerales, grasas insaturadas. Incluiremos en el desayuno leche,

cereales, fruta, queso o jamón cocido, distribuyéndolos entre lo que toman en casa y lo que llevan para el recreo.

- Los niños deben levantarse con el tiempo suficiente para lavarse, vestirse, desayunar tranquilamente y salir hacia el colegio con la energía suficiente para emprender su jornada escolar.
- Acostándolos temprano conseguiremos cubrir mejor el objetivo anterior.
- Necesitan desarrollar al máximo sus posibilidades motoras: caminar, jugar, montar en triciclo, etc. Evitar el sedentarismo.

LENGUAJE:

- A partir de los 18 meses de edad debemos evitar que tome la leche en biberón y utilice el chupete, ya que esto deforma el paladar, los dientes y produce caries.
- No deben tomar los alimentos triturados, ya que así se desarrolla la musculatura de la boca y mandíbula, y mejora su lenguaje.
- Hablares con ellos: busquemos momentos relajantes, tranquilos, sin prisas, aprovechando el juego, mirando libros en común, cuentos, películas, ...
- Tomaremos el tiempo necesario para atender a nuestros hijos, enseñándoles a escuchar, escuchándoles.

-Comentemos sus capacidades y posibilidades y no siempre sus limitaciones.

-Las palabras “mal dichas” a las que siempre reímos la gracia y que además le volvemos a repetir, pueden fijar un lenguaje infantil.

-Evitaremos un vocabulario complejo. Ellos no saben preguntar sobre su significado.

DESARROLLO EMOCIONAL:

-La conducta de los niños se rige por dos principios:

- o Necesitan sentirse queridos, ser importantes, que les presten atención.

- o Actúan para satisfacer esas necesidades. Nosotros les decimos cómo hacerlo.

-Desde pequeños debemos dar las mismas normas, establecer los mismos límites (padres, abuelos, tíos). Somos responsables de no volverlo loco con mensajes contradictorios.

-La oposición, rebeldía, lloros, enfados, forman parte del proceso de formación personal, social y emocional.

-La aceptación y cumplimiento de las normas aumenta la tolerancia a la frustración, objetivo fundamental para el

desarrollo de la personalidad de nuestros hijos.

EL PIPÍ

-Habituar a su hijo/a desde la más tierna edad a estar seco, cambiándolo a menudo, así cuando se encuentre mojado, se sentirá incomodo.

-Colóquelo sobre el orinal regularmente, por ejemplo, después de cada comida.

-Quítele poco a poco sus pañales sustituyéndolos por calzoncillo o braguitas para que perciban antes la humedad.

-Felicitarlo cada vez que ha logrado mantenerse seco hasta que otra vez se pone en el orinal.

-Observar posibles gestos o posturas que nos indican que esta pidiendo el pipí a su manera.

-Si se niega a ponerse en el orinal, es inútil forzarlo, dejarlo durante algún tiempo y después intentarlo prudentemente (1 ó 2 veces al día) a horas regulares y por algunos minutos.

-Existe la posibilidad de recaídas, no debemos desanimarnos. Es cuestión de PACIENCIA.

EQUIPO DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA DE

JUNTA DE ANDALUCÍA
Consejería de Educación

**PROGRAMA DE ACOGIDA
EDUCACIÓN INFANTIL 3 AÑOS**