

1. ¿CÓMO HE CAMBIADO?

Hábitos y bienestar emocional

Consideramos importante trabajar de forma cooperativa y colaborativa con las familias en el proceso educativo del niño y la niña, lo que repercutirá en su buen desarrollo. Ofrecemos esta información que puede ser útil para transmitir los saberes que se abordarán en esta situación de aprendizaje «**¿Cómo he cambiado?**». Además de conocer las partes más importantes de nuestro cuerpo, hablaremos de cuando eran bebés, de la importancia de una buena alimentación y del cuidado de nuestro cuerpo.

Entre otros contenidos aprenderemos el valor de «**colaborar**», a practicar las habilidades sociales de «**saludar y despedirse**» y a respetar la norma de clase «**me pongo en fila**», con el fin de convertirlos en hábitos.

Además, descubriremos como instrumento «**el tambor**» y se trabajará la emoción de «**la alegría y la tristeza**».



También daremos a conocer unos consejos prácticos para favorecer la asistencia al colegio y unas pautas sobre el control de esfínteres en estas edades.

CONSEJOS PRÁCTICOS PARA FAVORECER LA ASISTENCIA AL COLEGIO

Estos primeros días de asistencia al colegio pueden propiciar en vuestro hijo o hija un cambio importante. Van a estar unas horas fuera del mundo familiar y se tendrán que adaptar a un nuevo horario, a estar y relacionarse con otros niños, niñas y adultos, a compartir juegos, espacios y educadores, pasando de un ambiente que más o menos controlan, en el que son autónomos y se sienten seguros, a otro que desconocen y no dominan. Esto les puede producir, en algunos casos, cierta inseguridad que dará lugar a diferentes reacciones, según la personalidad de cada niño y niña. Por este motivo, hemos de estar muy pendientes de sus reacciones y apoyarlos para que se sientan arropados y puedan superar estos primeros días de asistencia al colegio.



Podéis utilizar las siguientes herramientas para hacerles más llevadera su asistencia a clase:

- **Adaptar las rutinas del descanso y desplazamientos**

Adaptar los horarios de casa, comidas y descanso a los propios del colegio, procurando que duerman una media de diez horas.

Procurar que la asistencia sea lo más rutinaria posible, realizando todos los días los mismos preparativos (desayuno, vestido, coger la mochila...). Hacer siempre el mismo recorrido, mostrándoles los lugares por los que se pasa. Por ejemplo: «Mira, llegamos al final de la calle, pasamos el semáforo en verde y cruzamos a la otra acera; en la esquina hay una farmacia...». Mostrarles el rótulo donde está escrito el nombre de la calle, para que no lo olviden.

- **Asistir con ropa cómoda**

Asegurarse de que acudan al colegio con ropa cómoda y práctica, marcada en un lugar visible. Comentarles que se van a encontrar en el colegio con otros niños y niñas, la profesora o el profesor, y que van a jugar y realizar actividades con nuevos amigos y amigas.



- **Ser puntuales**

- Ser puntuales con la llegada al centro y la recogida. Si nos retrasamos, vuestros hijos o hijas lo pueden pasar mal y pueden sentir inseguridad.
- No alargar la despedida al dejarlos/as en clase. Hacerlo de una manera natural, con un beso y recordándoles que les iremos a recoger al finalizar la jornada. Si la recogida la realizará otra persona, también se lo explicaremos.

- No entretenerse con el docente, son muchos los niños y niñas y no puede dejar de vigilarlos; buscar otros tiempos en los que no esté ocupado. Si tenéis algo que comentar, dádselo por escrito o comentadlo de forma rápida y escueta.
- Los primeros días puede ser que lloren y se disgusten, pero sed pacientes y dadles tiempo para que se adapten al contexto escolar.



- **Transmitir confianza y respeto**

Es importante mantener una buena relación con el colegio. Debemos transmitirles la confianza, el respeto y la valoración que tenemos por sus profesores y profesoras, al igual que valorar las cosas que hacen y aprenden en su día a día, por ejemplo: «Me gusta esa canción que has aprendido en el colegio», «Cada día dibujas mejor», etc.



CONOCIENDO A LOS NIÑOS Y NIÑAS DE TRES AÑOS

CÓMO FAVORECER SU CRECIMIENTO

A los tres años los niños y niñas han evolucionado en todos los aspectos. Cualquier actividad realizada pone en juego sus mecanismos somáticos, así como su evolución física, psicomotriz, comunicativa, cognitiva, afectiva y social.

- **Control somático y psicomotriz:** Ganan destreza, naturalidad y coordinación. Su mayor satisfacción es moverse de un lado para otro y les gusta correr, subir y bajar escaleras, columpiarse, coger la pelota... La motricidad fina va madurando y la gruesa, suavizándose.

Favorece su desarrollo:

- Seguir una rutina general diaria.
- Posibilitar un almuerzo reposado.
- Establecer normas de higiene.

- **Lenguaje:** Es mucho más rico, variado y preciso. Van logrando articular correctamente las palabras, su vocabulario aumenta de forma espectacular y las frases se van haciendo más completas, aunque su capacidad de comprensión es mayor que la de expresión.

Favorece su desarrollo:

- Situaciones que fomentan la comunicación.
- Juegos de lenguaje: cuentos, imágenes, láminas, poemas, adivinanzas...
- Conversaciones libres y dirigidas sobre temas de la vida cotidiana.
- Emisión de mensajes claros y directos por parte del adulto.
- Responder a las preguntas que hacen.

- **Cognitivo:** Se encuentran en una etapa con características propias: egocentrismo (incapaces de ponerse en el lugar del otro), animismo (las cosas tienen vida y actúan de igual manera que ellos), yuxtaposición (mezclan sucesos sin considerar la causa y el efecto), centralización (se fijan solo en un aspecto del objeto) y realismo (todo lo que les sucede es real).

Favorece su desarrollo:

- Vivir experiencias sensoriales: ver, tocar, gustar, oler y oír.
- Manipular e investigar objetos y hacer sus propios descubrimientos.
- Distinguir entre fantasía y realidad.
- Retirar paulatinamente las ayudas.
- Juegos de puzles, encajes, dominós, etc.



- **Autonomía personal:** Son mucho más autónomos: comen sin ayuda, colaboran en el proceso de vestirse, duermen solos, controlan esfínteres de día y comienzan a controlarlos de noche.

Favorece su desarrollo:

- Respetar la rutina siempre que sea posible.
- Tomar responsabilidades según la edad: recoger los juguetes, colaborar en poner y quitar la mesa, etc.
- Trabajar los hábitos de higiene, alimentación, vestido y descanso, dándoles oportunidad de ser cada vez más autónomos.



- **Socialización:** Las relaciones con otros niños y niñas son más abiertas: comparten experiencias, esperan su turno, saben saludar, dan las «gracias», van tolerando la frustración, obedecen y colaboran en tareas de casa sin asumir responsabilidades.

Favorece su desarrollo:

- Practicar habilidades sociales: pedir las cosas por favor, saludar...
- Aprender el nombre de los demás niños y niñas y llamar a cada uno por su nombre.
- Llevarlos al parque para que se relacionen con otros niños y niñas de su edad.



- **Afectividad:** Tienen necesidades afectivas de amor, respeto y confianza mutuos para crecer con seguridad a la vez que desarrollan su independencia y autonomía.

Aprenden de los adultos porque tienden a imitar sus conductas, comportamientos y expresiones; por eso es importante que seáis modelos de conducta emocional.

Favorece su desarrollo:

- Crear un clima cálido y de seguridad afectiva, demostrándoles afecto.
- Establecer normas y límites que deben respetarse.
- Elogiar y valorar sus cualidades positivas y corregirles aquellos aspectos que deban modificar.
- Tener éxitos y darles tiempo suficiente para que se puedan expresar.
- Contarles historias y cuentos con una amplia gama de emociones y sentimientos.

PARA TRATAR EN FAMILIA

EL CONTROL DE ESFÍNTERES

Cuando los niños y niñas ingresan en la segunda etapa de Educación Infantil suelen controlar ya esfínteres, porque se dan como supuestas las condiciones necesarias para ello. Por un lado, fisiológicas, pues los músculos en general están lo suficientemente desarrollados y pueden controlarlos para retener o liberar. Por otro lado, son más conscientes de las sensaciones de su cuerpo y pueden reconocer las señales que indican que necesitan ir al baño, además de que son capaces de expresarlo y avisar.

Pero a veces algunas de estas condiciones falla y se da el caso de niños o niñas que, bien por falta de madurez o de hábitos, aún no tienen el control de esfínteres. Lo primero que debemos hacer es descartar un problema fisiológico consultando al pediatra.



¡A TENER EN CUENTA!

- Estar pendientes de los signos externos, para llevar al niño o la niña al servicio lo antes posible.
- Se les pondrá en el váter al menos tres veces al día, períodos que serán cortos.
- No reñirles cuando se les escape, ni hacer comentarios.
- Plantear actividades asociadas a este hábito, tales como tirar de la cadena, limpieza total del aparato genital o lavado y secado de manos.
- Felicitarles, sobre todo las primeras veces que hacen pis en el váter.

Para motivarlos también se puede usar un juego de recompensa.

Para ello facilitamos la ficha fotocopiable «Hoy he ido solo/a al inodoro», que adjuntamos en la página siguiente, para que el niño o la niña coloree un conejo Tobi cada vez que lo consiga. Cuando haya coloreado todos los conejos, recibirá la recompensa pactada.

HOY HE IDO SOLO/A AL INODORO

