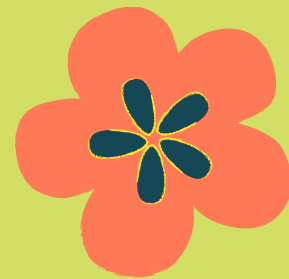


CEIP PABLO NERUDA EOEP FUERTEVENTURA NORTE



ORIENTACIONES PARA LAS FAMILIAS EN EDUCACIÓN INFANTIL

TODAS LAS RECOMENDACIONES AQUÍ RECOGIDAS SON
PARA IR ADQUIRIENDO DE FORMA PROGRESIVA.

EL CONTROL DE ESFÍNTER DEBE ESTAR ANTES DE LA
ESCOLARIZACIÓN.



HÁBITOS DE AUTONOMÍA

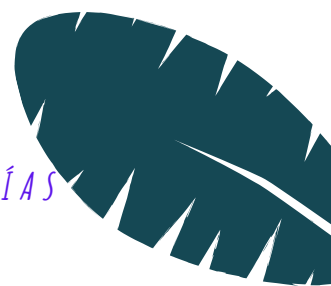
COMIDA:

- MANTENER UN HORARIO "MÁS O MENOS" FIJO EN LAS COMIDAS.
- ACEPTAR LA COMIDA QUE CORRESPONDE A CADA DÍA.
- ABANDONAR EL BIBERÓN.
- ENSEÑARLE PARA QUE TOMÉ UNA POSICIÓN Y POSTURA CORRECTA PARA COMER.
- CONSUMIR FRUTA EN POSTRES Y MERIENDAS.
- POTENCIAR PROGRESIVAMENTE EL USO DE CUBIERTOS: CUCHARA Y TENEDOR
- NO COMER TRITURADO.
- NO COMER CHUCHERÍAS A DESHORAS.
- NO COMER EN EXCESO.
- COMER Y BEBER SOLO/A
- CONTROLAR POSIBLES PROBLEMAS EN TORNO A LA COMIDA: BERRINCHE, LEVANTARSE CONSTANTEMENTE, AUSENTARSE...



SUEÑO:

- DORMIR UN MÍNIMO DE 10 HORAS.
- ACOSTARSE EN SU PROPIA CAMA.
- ADOPTAR UN HORARIO "NORMALIZADO" DURANTE TODOS LOS DÍAS DE LA SEMANA.
- PROCURAR LEVANTARSE UNA HORA ANTES DE IR AL COLEGIO.
- RESPETAR EL DESCANSO DE LOS/AS DEMÁS MIEMBROS DE LA FAMILIA.
- FAVORECER EL SUEÑO CON EJERCICIOS DE RELAJACIÓN Y/O CON UN BUEN BAÑO TEMPLADO.
- HABITUARLES A OJEAR O LEER CUENTOS.



HIGIENE O ASEO CORPORAL:

- REALIZAR DE FORMA AUTÓNOMA EL LAVADO DE MANOS Y DE PIES
- REALIZAR POR SÍ MISMO/A EL LAVADO DEL CUERPO (CON VIGILANCIA)
- LAVARSE LAS MANOS ANTES DE LAS COMIDAS.
- ABRIR Y CERRAR GRIFOS.
- CEPILLARSE LOS DIENTES DESPUÉS DE CADA COMIDA.
- LAVARSE LAS MANOS CADA VEZ QUE SE LAS NOTE SUCIAS.
- SER AUTÓNOMO/A EN EL WATER: SENTARSE, BAJARSE, LIMPIARSE, TIRAR DE LA CADENA, ETC.

VESTIDO/ DESVESTIDO:

- PONER Y QUITARSE ROPAS SIN CIERRES; CON CIERRES. COMENZAR POR UN MUÑECO Y LUEGO EN SU PROPIO CUERPO.
- SUBIR Y BAJAR CREMALLERAS.
- METER BOTONES EN OJALES.
- DESVESTIRSE SOLO/A ANTES DE ACOSTARSE.
- HACER LOS LAZOS DE LOS ZAPATOS, BOTINES. COMENZAR A HACER NUDOS.
- IR DISMINUYENDO DE FORMA PROGRESIVA LA AYUDA QUE SE LE PRESTA.
- COLGAR Y DESCOLGAR SU ABRIGO, SU MOCHILA...

HÁBITOS DE JUEGO Y TRABAJO:

- ESTABLECER UN HORARIO DE JUEGO Y UN HORARIO DE ACTIVIDADES DOMÉSTICAS A DESARROLLAR COMO FORMA DE RESPONSABILIDAD EN LA CASA.
- CONCIENCIARLE DE QUE ES NECESARIA SU APORTACIÓN EN CASA: RECOGER SUS JUGUETES, PONER LA MESA, SACAR LA BASURA, REGAR LAS PLANTAS, RECOGER SU ROPA, ORDENAR EL CUARTO DE BAÑO CUANDO LO UTILIZA...
- ESTABLECER UN HORARIO DE RESPONSABILIDADES ENTRE TODOS/AS LOS MIEMBROS DE LA FAMILIA Y QUE ÉSTE FIGURE EN UN LUGAR VISIBLE PARA TODOS (NEVERA)
- IR A JUGAR SOLO/A CON LOS/AS AMIGOS/AS. ES MUY IMPORTANTE QUE JUEGUE CON OTROS/AS NIÑOS/AS.
- ACUDIR A LAS LLAMADAS DE LOS PADRES CUANDO ESTÉN JUGANDO.
- RESPETAR Y USAR ADECUADAMENTE LOS JUGUETES.
- LIMITAR EL HORARIO DE TELEVISIÓN A UN MÁXIMO DE UNA HORA AL DÍA. SELECCIONAR LOS PROGRAMAS TELEVISIVOS ADECUADOS A SU EDAD.
- APRENDER NORMAS DE CORTESÍA: SALUDAR, PEDIR POR FAVOR, DAR LAS GRACIAS, PEDIR PERMISO, CALLAR CUANDO SE LE PIDA, SABER ESPERAR TURNOS...

CONSEGUIR CONTROL DE ESFÍNTER

- Alabar o premiar al/la niño/a cuando contenga la orina o no moje la cama.
- No recriminar ni castigar al niño/a por el hecho de mojar la cama.
- El/la niño/a puede beber todo el líquido que desee. Enseñar a 'pasar por el water' antes de acostarse.
- Debe seguir un tratamiento para el control progresivo del pipí y caca con anotaciones hechas con una ficha de control.
- Aprender a limpiarse el 'culete' solos/as.