



Gobierno
de La Rioja

Educación
Cultura y deporte
www.larioja.org



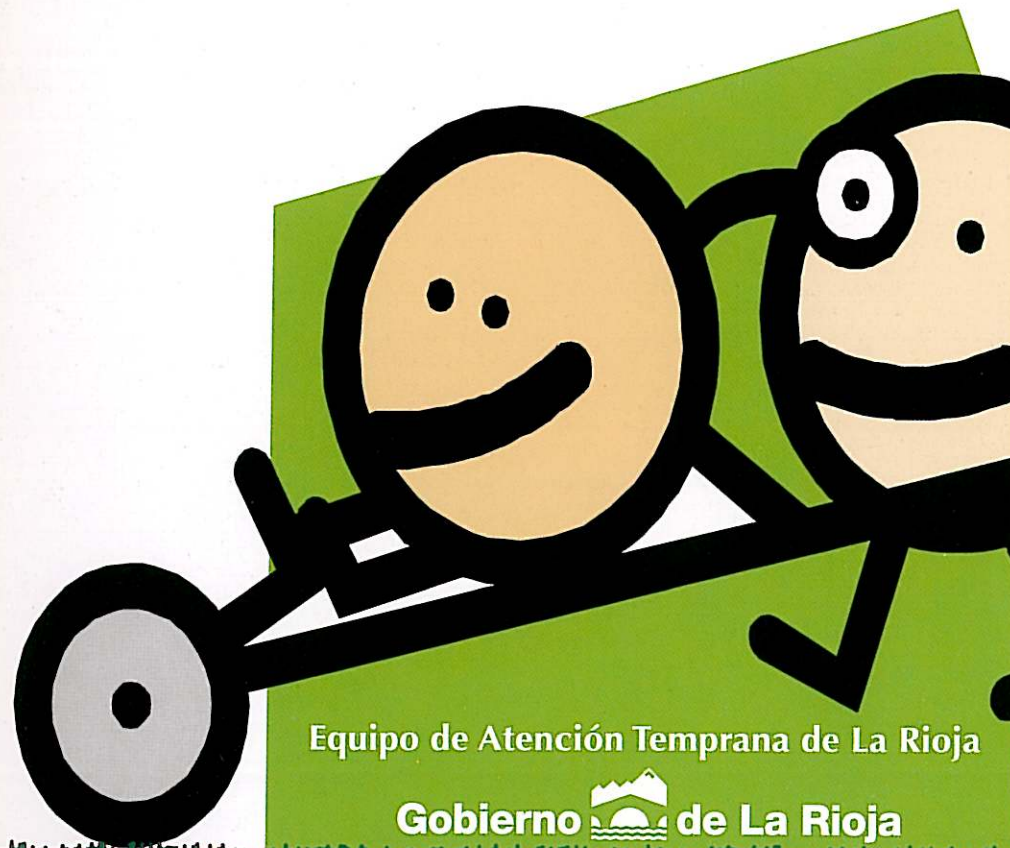
Guía de Atención Temprana

El niño y la niña de tres a seis años.

Guía de Atención Temprana

El niño y la niña
de tres a seis años.

Guía para padres y educadores

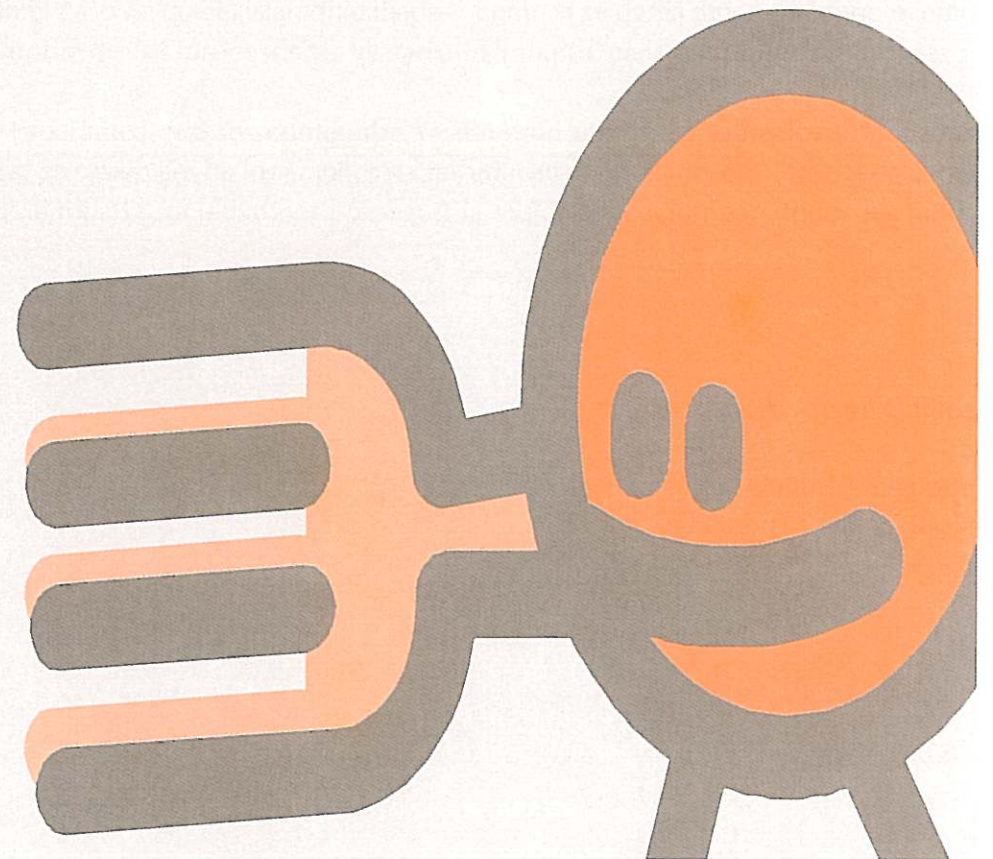


Equipo de Atención Temprana de La Rioja

Gobierno  de La Rioja

El niño y la niña de tres a seis años.

(Guía para padres y educadores)



Edita: Gobierno de La Rioja
Consejería de Educación, Cultura y Deporte

Autores: Marian Garrido Eguizábal
Ana Rodríguez Ruiz
Reyes Rodríguez Ruiz
Anselmo Sánchez Rodríguez

ISBN: 84-8125-283-2

Depósito Legal: LR-388-2006

Fotomecánica e Impresión: Base5

La Consejería de Educación, Cultura y Deporte del Gobierno de La Rioja se honra en presentar y difundir esta Guía de Atención Temprana (El niño y la niña de 3 a 6 años) entre profesores, padres y otros profesionales de los ámbitos sociales o sanitarios con el objetivo de contribuir a una mejor atención de nuestra infancia.

Esta guía es fruto de una dilatada experiencia en el campo de la atención a los niños de 0 a 6 años por parte de los profesionales que integran El Equipo de Atención Temprana de La Rioja.

Dedicada a los niños de 3 a 6 años, aporta una información completa sobre el desarrollo evolutivo de los niños de estas edades, además de contar con un amplio abanico de consejos y orientaciones que servirán a los diferentes sectores que trabajan con los niños y niñas de esta edad como guía para estimular su desarrollo, tanto en el caso de que existan dificultades, como si se desea tener un conocimiento más amplio de los procesos de desarrollo infantil para estimular su progreso.

Esperamos que sus contenidos resulten de utilidad a todos los implicados -familias, profesionales de los ámbitos social, educativo, sanitario, etc.- en este esfuerzo común de toda la sociedad por conseguir la mejor educación para todos los niños riojanos.

Luis A. Alegre Galilea

Consejero de Educación, Cultura y Deporte
del Gobierno de La Rioja

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	8
CAPÍTULO I DESARROLLO MOTOR Y PERCEPTIVO	9
INTRODUCCIÓN	10
EL NIÑO DE 3 A 4 AÑOS	13
Esquema Corporal y Percepción de sí mismo	13
Conductas Neuroperceptivas motoras y Percepción del entorno	15
Aspectos Motrices	17
EL NIÑO DE 4 A 5 AÑOS	19
Esquema Corporal y Percepción de sí mismo	19
Conductas Neuroperceptivas motoras y Percepción del entorno	21
Aspectos Motrices	22
EL NIÑO DE 5 A 6 AÑOS	24
Esquema Corporal y Percepción de sí mismo	25
Conductas Neuroperceptivas motoras y Percepción del entorno	27
Aspectos Motrices	28
PAUTAS FAVORECEDORAS DEL DESARROLLO	30
Actividades para fortalecer la musculatura de brazos y piernas y mejorar el tono	30
Actividades para conseguir una correcta tensión y relajación muscular ...	31
Actividades para adquirir un creciente control y coordinación en la motricidad gruesa o locomoción	31
Actividades para Mejorar el equilibrio estático y dinámico y conseguir un mayor ajuste postural	32
Actividades para mejorar la precisión y la destreza manipulativa	33
Actividades para mejorar el control y la Coordinación Visomanual	34
Actividades para potenciar los grafismos de forma adecuada	35
Actividades de Ritmo	35
Actividades para el control de la Respiración	36
SÍNTOMAS DE ALARMA	37

CAPÍTULO II DESARROLLO COGNITIVO	39
INTRODUCCIÓN	40
EL NIÑO DE 3 A 4 AÑOS	42
Características del pensamiento	42
Desarrollo evolutivo	43
Autopercepción y reconocimiento	43
Percepción – razonamiento	43
Atención – memoria	44
El juego	44
EL NIÑO DE 4 A 5 AÑOS	45
Características generales	45
Desarrollo evolutivo	46
Desarrollo perceptual-razonamiento	46
Atención – memoria	46
El juego	47
EL NIÑO DE 5 A 6 AÑOS	48
Características generales	48
Desarrollo evolutivo	49
Desarrollo perceptual-razonamiento	49
Atención – memoria	49
El juego	50
PAUTAS EDUCATIVAS	51
Actividades favorecedoras del desarrollo cognitivo.....	51
Razonamiento	51
Atención	55
Memoria	55
SÍNTOMAS DE ALARMA	56
CAPÍTULO III COMUNICACIÓN Y LENGUAJE	61
EL NIÑO DE 3 A 4 AÑOS	62
Introducción.....	62
¿Cómo habla un niño de esta edad?	63
Desarrollo fonético	64

EL NIÑO DE 4 A 5 AÑOS	65
Introducción.....	65
¿Cómo habla un niño de esta edad?	65
Organización fonética:	66
Organización semántica :	66
Organización morfosintáctica.....	67
EL NIÑO DE 5 A 6 AÑOS	67
Introducción.....	67
¿Cómo habla un niño de esta edad?	68
Desarrollo fonético	69
RECOMENDACIONES GENERALES PARA ESTIMULAR Y FAVORECER EL DESARROLLO DE LA COMUNICACIÓN Y DEL LENGUAJE INFANTIL.....	70
ACTIVIDADES FAVORECEDORAS DEL DESARROLLO DEL LENGUAJE	71
Ejercicios con la lengua:	72
Ejercicios con los labios:	73
Ejercicios de soplo:	73
Ejercicios de audición:	73
SÍNTOMAS DE ALARMA	75
Dificultades en el aparato fonador externo que pueden influir en el desarrollo del lenguaje	77
CAPÍTULO IV DESARROLLO SOCIAL	79
INTRODUCCIÓN	80
EL NIÑO DE 3 A 4 AÑOS	82
Características generales	82
Desarrollo emocional y creación de vínculos	82
Conformación del conocimiento y la conducta social	83
EL NIÑO DE 4 A 5 AÑOS	83
Características generales	83
Desarrollo emocional y creación de vínculos	84
Conformación del conocimiento y la conducta social	84

EL NIÑO DE 5 A 6 AÑOS	84
Características generales	84
Desarrollo emocional y creación de vínculos	85
Conformación del conocimiento y la conducta social	86
PAUTAS EDUCATIVAS GENERALES	86
Actividades favorecedoras del desarrollo social.....	87
Desarrollo emocional y creación de vínculos	87
Conformación del conocimiento y la conducta social	88
SÍNTOMAS DE ALARMA	91
CAPÍTULO V DESARROLLO PERSONAL	93
Necesidades básicas para el correcto desarrollo: el proceso de adqui- sición de autonomía personal	94
Hábitos: alimentación, higiene, vestido y descanso	95
DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA PERSONAL DE LOS 3 A 4 AÑOS	101
Adquisiciones propias de esta edad	101
DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA PERSONAL DE LOS 4 A 5 AÑOS	105
Adquisiciones propias de esta edad	105
DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA PERSONAL DE LOS 5 A 6 AÑOS	111
Adquisiciones propias de esta edad.....	111
ALGUNAS RECOMENDACIONES PARA AYUDAR A DESARROLLAR EL PROCESO DE AUTONOMÍA PERSONAL DE NUESTROS HIJOS EN EL PERÍODO EDUCATIVO DE TRES- SEIS AÑOS	116
SÍNTOMAS DE ALARMA	122
PARA SABER MÁS	125
Pirámide de alimentos	126
Tabla de Pesos, Tallas y Vacunaciones	127
El cuidado oftalmológico	128
Las Rabiets	129
Cómo actuar ante las Parasomnias	131
Educamos Jugando	133
“El Período de Adaptación a la Escuela Infantil.”	135
BIBLIOGRAFÍA	137

INTRODUCCIÓN

Tras varios años de trabajo multiprofesional en el campo de la Educación Infantil, observamos que a menudo necesitábamos realizar documentos informativos y psicopedagógicos básicos sobre el desarrollo del niño del tramo de edad entre los tres y los seis años.

Con la intención de paliar esta situación, comenzamos a desarrollar de forma clara y concisa el proceso evolutivo de los niños y las niñas de esta etapa, proponiendo pautas adecuadas de actuación para favorecer su evolución, y algunos síntomas que pueden ponernos en alerta sobre la necesidad de buscar ayuda especializada.

Actualmente, la sociedad en general vive fundamentalmente de prisa, y el tiempo dedicado a los niños es con frecuencia demasiado escaso. Por todo ello, nos interesaba recalcar el importante papel de la familia y los educadores en estas edades y centrarnos en el avance de las diferentes áreas de desarrollo, insistiendo en el proceso que el niño y la niña experimentan de forma secuenciada e imparable. Incluimos además un capítulo dedicado al aprendizaje de los hábitos que les permitirá ir adquiriendo su autonomía personal.

La pretensión es únicamente ayudar a las personas más cercanas al niño, a crear entornos estimuladores que favorezcan su desarrollo armónico y natural. Ayudarles también en la observación de aquellos síntomas que pueden estar anticipando la aparición de un pequeño desfase evolutivo, animándoles a acudir a los especialistas lo antes posible y poner los medios adecuados para su solución.

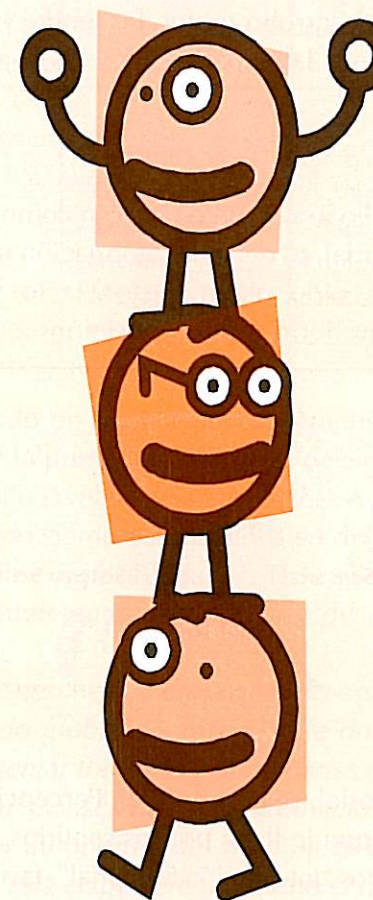
Nos gustaría resaltar que no se trata de un documento de carácter evaluador, sino de una guía orientadora y preventiva que se puede consultar por partes, sin necesidad de mayor esfuerzo, gracias a su formato y organización.

En esta misma línea de trabajo, nuestra intención es la de continuar después con una segunda guía, que aborde el desarrollo de los tres primeros años de la vida de nuestros hijos.

Esperamos dar respuesta a nuestros objetivos y contribuir así a favorecer la educación de los niños y niñas de estas edades. La ilusión y el empeño puestos en ello, lo merecen.

CAPÍTULO I

DESARROLLO MOTOR Y PERCEPTIVO



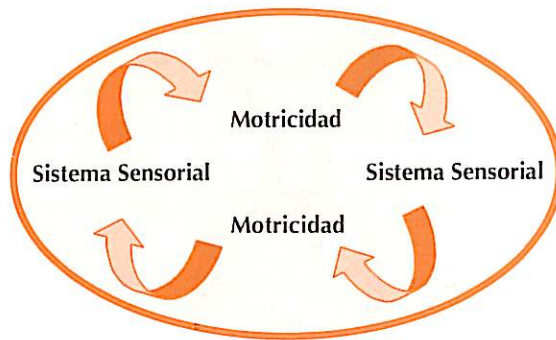
INTRODUCCIÓN

El desarrollo motor es aquél que permite al niño y a la niña¹ entrar en relación con los objetos y personas que le rodean, a partir del movimiento, la experimentación, la manipulación y el conocimiento del propio cuerpo, ajustándose en su desarrollo a las leyes Céfalocaudal (desde la cabeza hacia abajo) y Próximo-Distal (desde el centro corporal hacia los extremos).

Pero, hablar de desarrollo motor no es hablar únicamente de movimiento, sino de todo un sistema sensorial y perceptivo que al ir madurando, nos permite definir tanto nuestras respuestas motrices como nuestra adaptación al entorno, nuestra autonomía, y sin ninguna duda, incluso configurar parte de lo que después será nuestra personalidad. Como consecuencia de ello podemos comprender que un niño que tiene dificultades en su desarrollo motor, las tendrá en su desarrollo global, al no poder, por ejemplo, acceder a las experiencias y los objetos de forma espontánea.

Veamos este proceso:

En la base del desarrollo motor, pero también como consecuencia del mismo, se encuentra el **Sistema Sensorial**, es decir, la información que el niño recibe de todos sus sentidos conocidos (vista, oído, olfato, gusto y tacto) y también de los sistemas "Vestibular" (sentido del equilibrio y de la posición corporal) y "Propioceptivo" (sentido del movimiento).



Junto al Sistema sensorial, se desarrolla la **Percepción**, es decir, la capacidad de absorber la información que le llega por los sentidos, clasificarla y responder a ella a través de lo que llamamos "Integración Sensorial", favoreciendo así una respuesta motriz adaptada al medio en el que se encuentra, y contribuyendo a la elaboración de la propia imagen, imprescindible para su desarrollo integral. Ejemplo:

¹ A partir de ahora y por economía de términos, se usará la forma masculina y plural para referirnos a ambos sexos

MOVIMIENTO	SENSACIÓN	PERCEPCIÓN	INTEGRACIÓN SENSORIAL	CONDUCTA MOTRIZ Y ADAPTATIVA
Estoy gateando por la sala.	Veo una silla	- Está delante de mi - Es pequeña (bajita) - Es roja... - Me gustaría sentarme en ella. - Necesito incorporarme	- Estoy de rodillas y necesitaré levantarme (Sistema vestibular) - Puedo acercarme a ver cómo lo hago (Sistema Propioceptivo) - Todavía no me sujeto muy bien de pie. (S. Vestibular)	* Me apoyo en el borde y me levanto * Intento sentarme: 1. Llamo a mamá para que me ayude ó 2. Me siento sin dificultad
Estoy jugando en el parque	Oigo una música	- Es rápida - Gritan al cantar - Reconozco la canción - Me gusta bailar	- Puedo dar vueltas sin caerme (S.Vestibular) - Muevo mi cuerpo sin dificultad (S. Propioceptivo)	* Muevo mi cuerpo siguiendo el ritmo. * Salto y doy vueltas * Canto la canción.

Así pues, y teniendo en cuenta que la inmensa mayoría de las funciones motoras se desarrollan en la primera infancia, es de singular importancia dar a este aspecto de nuestro desarrollo la relevancia que tiene, evitando situaciones prolongadas de sedentarismo y poniendo siempre a los niños en disposición de poderse mover y experimentar en función de sus posibilidades. Todo ello favorecerá no solo su salud física, sino también la intelectual, adaptativa y de interacción con el entorno.

No olvidemos que a esta etapa en la que nos estamos moviendo (3 a 6 años), se le considera un periodo global de aprendizaje donde el adulto, según Vayer, ayudará al niño a experimentar todas las posibilidades motrices de su propio cuerpo en tres etapas: Exploración; Consciencia y Coordinación. A través de ellas, el adulto irá favoreciendo la mayor autonomía del niño hasta conseguir su independencia segmentaria. A lo largo de esta etapa veremos cómo el niño cada vez necesita menos la intervención del adulto.

Conviene por último tener presente que cuando el desarrollo motor no puede ser un proceso ordenado de consecuciones, se pueden producir

perturbaciones en el desarrollo global de los niños que requerirán, en todo caso, la intervención de especialistas en la materia, a fin de mejorar dicho proceso.

De todo ello hablaremos en este capítulo, estableciendo edad por edad, los avances que realizan los niños desde los 3 a los 6 años en el área del desarrollo motor, en las siguientes vertientes:

Esquema corporal o Percepción de sí mismo;

- **Tono:** Energía, Vigor y fuerza muscular
- **Capacidad de relajación o tensión:** Capacidad para rebajar o perder la tensión muscular.
- **Actitud:** Postura del cuerpo humano, especialmente cuando es determinado por los movimientos del ánimo.
- **Respiración:** Acción y efecto de respirar. Fundamental a la hora de realizar cualquier actividad física y necesaria para mantener la atención.

Conductas Neuropereceptivas motoras o Percepción del entorno;

- **Lateralidad:** Preferencia espontánea en el uso de los órganos situados al lado derecho o izquierdo del cuerpo como brazos, manos, piernas, ojos y oídos.
- **Espacio:** Reconocimiento del entorno y de la posición de las personas y los objetos respecto a uno mismo o de objetos y personas entre sí.
- **Tiempo:** Capacidad para ordenar la secuencia de los sucesos, estableciendo un pasado, un presente y un futuro.
- **Estructuración espacio-temporal:** Capacidad de relacionar y organizar las nociones de espacio y tiempo.

Aspectos puramente motrices

- **Locomoción:** Capacidad para trasladarse de un lado a otro a través de: saltos, giros y desplazamientos...
- **Manipulación:** Capacidad para operar con las manos realizando: lanzamientos, recepciones y manipulaciones...

EL NIÑO DE 3 A 4 AÑOS

INTRODUCCIÓN

A medida que se van acercando los tres años de edad, el que era un bebé dependiente, se va convirtiendo en un niño o una niña con mayor autonomía de movimientos. Se siente seguro y cree que puede hacerlo todo. Todavía no es muy consciente del peligro y por eso aparece en ocasiones como temerario y atolondrado.

Por otro lado, el hecho de que le guste tocar y experimentar con todo lo que le llama la atención, favorece un desarrollo muy interesante de la manipulación y propicia incipientes destrezas de motricidad fina que le acercarán con el tiempo a una mayor coordinación viso-manual, a los grafismos..., etc.

Estamos al final del periodo de inteligencia sensoriomotriz que se traduce en un comportamiento motor global y en una tendencia irreprimible a explorarlo y conocerlo todo pero en la que se va consiguiendo cierto dominio de las conductas motrices de base.

Esquema Corporal y Percepción de sí mismo:

En cuanto al Tono Muscular:

- El niño, se siente seguro sobre sus pies y sabe que tiene control sobre la marcha.
- Controla la postura del tronco y es capaz de mantener la sedestación durante largos períodos de tiempo.
- Adquiere fuerza en brazos y manos y le gusta demostrarlo.
- Mejora sus manipulaciones, adoptando ciertas destrezas que anteriormente no tenía. Domina la pinza de índice con pulgar y es capaz de manejar objetos más pequeños con cierta soltura.

Desarrollo Perceptivo

Se siente autónomo en desplazamientos y comienza a darse cuenta de sus posibilidades manipulativas

Capacidad de Relajación y Tensión muscular:

- Es capaz de parar una actividad motriz suave a una orden y reiniciarla cuando se le pide.
- Comienza a jugar con situaciones de equilibrio estático, con un mayor ajuste postural.
- El dibujo espontáneo muestra una mayor capacidad de inhibición y de limitación del movimiento
- Puede relajar determinados músculos de brazos y piernas y descansar o relajar su actividad por unos segundos y a una orden.

Desarrollo Perceptivo

Comienza a percibir sus posibilidades de actuación voluntaria, aunque a veces se muestra demasiado temerario. Percibe así sus propias limitaciones y puede adaptar su postura o su actividad.

Actitud:

- Está muy dispuesto para la actividad motora gruesa y en este sentido, evoluciona rápidamente.
- Puede mantener la sedestación de forma adecuada y entretenerse con juegos sedentarios durante más tiempo, pero prefiere la acción.
- Le gustan los juegos manipulativos como demostración de su mayor precisión y destreza manipulativa, aunque todavía acompaña a ésta con la acción global. Baja y sube de la silla, se sienta y se tumba en el suelo.

Desarrollo Perceptivo

Integra las posibilidades motrices de las principales partes del cuerpo: Cabeza (ojos, nariz, boca, lengua, orejas, pelo); Tronco (tripa y culo); Extremidades (manos, pies, brazos, piernas.)

Respiración:

- El niño comienza a ser más consciente de su propia respiración y puede realizar ejercicios de control de los grupos musculares del estómago.
- Se inicia en el control del soplo respiratorio.
- Todavía no puede ejercer un control total de la respiración al no tener integrado su esquema corporal.
- Pero puede comprobar cómo la tripa se infla o se desinfla y empezar a controlar dicho movimiento. Poco a poco lo va relacionando con la entrada y salida del aire al respirar, si se le explica.
- Es importante que el niño aprenda a controlar su respiración por la influencia que esto tiene, no sólo a la hora de hacer ejercicio sino sobre todo porque es fundamental para el mantenimiento de la atención, la liberación del estrés, la relajación..., etc.

Desarrollo Perceptivo

- El niño puede interpretar los conceptos de "entrar" y "salir" aire por la nariz o por la boca (inspirar y espirar).
- También el estado de relajación una vez se ha descansado y controlado el ritmo respiratorio.

Conductas Neuroperceptivas motoras y Percepción del entorno:

Lateralidad:

- Hasta los tres años aproximadamente, la lateralidad del niño no tiene una diferenciación clara y generalmente pueden utilizar ambas manos o pies sin ofrecer una tendencia lateral clara.
- Alrededor de los tres años, comienza una fase de definición o de alternancia principalmente por contraste de rendimientos, es decir, el niño de forma espontánea, utiliza una mano más que la otra, porque se siente más cómodo y seguro.
- Neurológicamente no existe todavía una lateralidad definida de ojo o de pie, aunque puede haber ya una tendencia lateral de ambos.

Desarrollo Perceptivo

- El niño interpreta el concepto de "este lado" o "ese lado" y responde más bien, por imitación.

Espacio:

- El niño de tres años conoce el espacio únicamente a través de su propio movimiento. El resto del espacio no existe.
- Se sirve de su propio cuerpo para conocer las relaciones espaciales: Todo está por ejemplo, cerca o lejos; delante o detrás... de él.
- Puede discriminar la extensión de diferentes líneas: larga o corta
- Puede agacharse y levantarse sin ayuda, se mete debajo de algo y camina por encima de un banco... etc.

Desarrollo Perceptivo

Descubre la noción de profundidad, reconociendo los conceptos de arriba y abajo; encima y debajo; alto y bajo.

Tiempo:

- Todavía no relaciona de una forma clara su actividad con el tiempo y por tanto su comprensión de este concepto es muy precaria.
- Únicamente se podría hablar de cierta capacidad, todavía poco desarrollada, de seguir ritmos sencillos (lentos-rápidos). Esta habilidad puede mejorar con la experiencia.

Desarrollo Perceptivo

En estos momentos únicamente reconoce el momento actual o el inmediatamente anterior y posterior, pero los conceptos de tiempo y la capacidad para establecer secuencias temporales, todavía tardarán un tiempo en llegar.

Estructuración Espacio-temporal:

- El desarrollo de la espacio-temporalidad se corresponde con el de la imagen del cuerpo y las representaciones mentales, por lo que de momento, el niño utiliza el movimiento, la experimentación y sobre todo la observación de las consecuencias de sus movimientos en el espacio, como base de dicha estructuración.

Aspectos motrices

Locomoción:

- Está cerca de conseguir el dominio completo de la posición erguida.
- Mejora su coordinación en general, aunque todavía le cuesta cambiar y dirigirse hacia una dirección con seguridad cuando se le pide.
- Aumenta su fuerza muscular y ya pedalea en un triciclo.
- Mayor ajuste postural que le permite avanzar en su equilibrio estático y dinámico, siendo capaz de saltar con los dos pies juntos desde una altura de hasta 30 cms.
- Sube peldaños sin ayuda y alternando los pies. Le cuesta más bajar y suele hacerlo sin alternancia.
- Su carrera es más suave y todavía le cuesta un poco aumentar y disminuir la velocidad.
- Da vueltas sobre sí mismo todavía bastante abiertas.
- Comienza a dominar las frenadas bruscas.

Desarrollo Perceptivo

Aunque se tropieza y cae con facilidad porque quiere hacer cosas para las que todavía no está preparado como: correr más deprisa; caminar más lejos o trepar más alto de lo que sus piernas le permiten, no cabe duda: va conociendo sus posibilidades de locomoción y adecuándose a ellas...

Manipulación:

- Mejora la coordinación ojo-mano y la habilidad visual lo que favorece la adquisición de nuevas manipulaciones.
- Puede ensartar cuatro cuentas de un collar.
- Puede rasgar papel.
- Es capaz de realizar encajables de formas simples y muy definidas.
- Suelta y abrocha botones en prendas blandas.
- Puede doblar un papel a lo largo y a lo ancho, pero no en diagonal.
- Aumenta su fuerza muscular en brazos, manos y dedos y es capaz de moldear con barro o plastelina, formas básicas (bolas grandes, bolitas pequeñas, churros).

Desarrollo Perceptivo

- Comienza a dominar los objetos a través de las primeras experimentaciones y manipulaciones.
- Siente curiosidad aunque de momento, tiende a abandonar la actividad enseguida.

Representación gráfica:

- Todavía no ha desarrollado completamente el movimiento segmentado de brazo, antebrazo, mano y dedos, por lo que, de momento, sus garabatos y trazos son grandes, y le resulta difícil ajustarse al espacio de un dibujo establecido.
- Necesita pinturas gruesas porque otros materiales son demasiado finos para sus posibilidades de presión y precisión.
- A medida que va aumentando su coordinación óculo-manual, puede ir ajustando el trazo y hacer líneas horizontales, verticales.

Desarrollo Perceptivo

El niño reconoce o intuye que hay una forma de expresarse a través de las imágenes. Sin embargo de momento, expresa únicamente sensaciones o estados de ánimo a través de sus garabatos de colores.



EL NIÑO DE 4 A 5 AÑOS

INTRODUCCIÓN

Poco a poco, el dominio y control de sus movimientos va consolidándose y el desarrollo de su percepción le permite adquirir cada vez más conciencia de su entorno, aprendiendo a moverse por el espacio y a controlarlo también con mayor seguridad. Se muestra un poco menos temerario y comienza a medir un poco mejor sus riesgos. Localiza y va estructurando las partes de su cuerpo y conoce sus posibilidades motrices.

El niño entra en la etapa preoperacional o intuitiva que dura aproximadamente hasta los siete años de edad, en la que, además de acercarse a un incipiente esquema corporal, tiene lugar la afirmación de la lateralidad y una discriminación corporal segmentaria.

Atendiendo a la edad que nos ocupa (cuatro a cinco años), y en el ámbito de la lateralidad, el niño va mostrando su tendencia lateral, aunque, en algunos casos, todavía no hay mucha seguridad en este terreno y el niño puede usar ambas manos. Más o menos a esta edad, en el Colegio se comenzará el aprendizaje de la lectura, la escritura y el cálculo, por lo que conviene no descuidar este aspecto, favoreciendo así el correcto aprendizaje de estas técnicas instrumentales, al asegurarnos de que no existen problemas en la percepción visual ni auditiva; dificultades por lateralidad cruzada; dificultades en la direccionalidad de sus trazos; lateralidad contrariada..., etc.

La motricidad fina de manos también ha mejorado de forma significativa y ahora el niño muestra mayor habilidad, fuerza y destreza que le permite jugar y expresarse de forma más autónoma, descubriendo nuevas posibilidades en el relleno de imágenes con pinturas, el modelado, el picado, la construcción..., etc.

Esquema Corporal y Percepción de sí mismo:

En cuanto al Tono Muscular:

- Mayor independencia y control de la musculatura en las piernas.
- Sus articulaciones en general parecen más móviles y le responden mejor.
- Cada vez hay más control postural del tronco y es capaz de adaptarse a la situación en la que esté, por más tiempo.
- Puede flexionar el tronco en ángulo recto, ojos abiertos, pies juntos y manos a la espalda.

- Adquiere fuerza y destreza en brazos y manos y le gusta demostrarlo: Coge el balón con ambas manos y lo suelta a una orden...
- Puede aprender a coger el lapicero de forma adecuada, utilizando la pinza digital.

Desarrollo Perceptivo

- *Se siente autónomo en marcha y comienza a asegurar y afinar sus producciones manipulativas.*
- *Descubre qué técnica manipulativa ha de utilizar para cada ocasión, en función de lo que desee hacer.*

Capacidad de Relajación y Tensión muscular:

- Es capaz de parar una actividad motriz más rápida a una orden y reiniciarla cuando se le pide.
- Le gusta realizar pruebas motrices no demasiado difíciles y salir airoso: correr y parar; subir y saltar; lanzar y recoger.
- Puede mantener el equilibrio estático sobre una pierna durante varios segundos.
- Sabe sujetarse de "puntillas"

Desarrollo Perceptivo

Va siendo menos temerario y se da más cuenta de sus propias limitaciones. Cada vez adapta mejor su postura a su actividad y posibilidades.

Actitud:

- Sigue disfrutando con la actividad motora y cada vez se plantea proezas más "atléticas", mostrándose encantado de poder realizarlas.
- Mantiene la sedestación de forma adecuada y se entretiene con juegos sedentarios durante más tiempo, aunque sigue prefiriendo la acción.
- Busca todas las estrategias necesarias para coger objetos que le permitan su manipulación y le atraen los juegos manipulativos (lápices, construcciones...) como demostración de su mayor precisión y destreza manipulativa.

Desarrollo Perceptivo

Comienza a darse cuenta de las posibilidades comunicativas a través del gesto y la movilidad de las principales partes del cuerpo: Cabeza (cara, barbilla, frente, cuello, ojos, nariz y boca); Tronco (hombros); Extremidades (brazos, manos, dedos, pulgar, meñique, piernas, rodillas y pies), y le encanta demostrarlo.

Respiración:

- El niño cada vez es más consciente de su propia respiración y puede realizar ejercicios de control de los grupos musculares del estómago.
- Todavía no puede ejercer un control total de la respiración al no tener integrado su esquema corporal.
- Como en la edad anterior, es importante que el niño aprenda a controlar su respiración por la influencia que esto tiene, no solo a la hora de hacer ejercicio sino sobre todo porque es fundamental para el mantenimiento de la atención, la liberación del estrés, la relajación..., etc.

Desarrollo Perceptivo

Comienza a identificar sus estados de descanso o de agitación en función de cómo es su respiración

Conductas Neuroperceptivas motoras y Percepción del entorno:

Lateralidad:

- Alrededor de los cuatro años, todavía actúa en muchas ocasiones con ambas manos pero buscando la mayor comodidad de una u otra mano. Compara rendimientos y comienza a definirse.
- Neurológicamente sigue sin existir una lateralidad definida de ojo o de pie, pero conviene estar atentos por si pudiera aparecer una lateralidad cruzada: es decir, tendencias laterales diferentes para manos y ojos: Mano diestra y ojo zurdo, por ejemplo.

Desarrollo Perceptivo

- *Comienza a interpretar las diferencias en habilidad y destreza si utiliza una u otra mano o uno y otro pie.*
- *Salvo que exista una situación de ambidestramiento, el niño va delimitando su tendencia lateral natural.*

Espacio:

- Siempre en relación a su propio cuerpo, el niño establece relaciones espaciales con los objetos y es capaz de orientarse y orientar los objetos en diferentes posiciones: dentro-fuera; cerca-lejos; arriba-abajo; delante-detrás; encima-debajo; primero-último; en el borde; a un lado; centro y en la esquina.
- Si se le enseña, puede comenzar a introducir matices en la extensión o el volumen de las cosas: más larga o corta que; más grande o pequeña que...

Desarrollo Perceptivo

- Todos estos conceptos, son incorporados, interpretados y utilizados tanto en su discurso como en su actividad habitual y en el juego.
- El niño comienza a orientarse en espacios sencillos, siempre en relación a su propio cuerpo

Tiempo:

- Comienza a tener cierta idea de tiempo y, aunque todavía no es capaz de ordenar de forma temporal los acontecimientos que le han pasado o los que ocurren en una historia, sí es capaz de diferenciar: día y noche; antes y después, siempre en tiempos presentes o recién vividos por él.
- No adquiere conciencia real del paso del tiempo hasta más adelante.

Estructuración espacio-temporal:

- De momento sigue sin existir una estructuración espacio-temporal, aunque las últimas adquisiciones le van poniendo sobre la pista de que existe una relación causa-efecto, que tiene que ver con el momento y el lugar. Todavía muy impreciso.

Desarrollo Perceptivo

La sensación de que si corre más, llega antes, no le pasa desapercibida, sin embargo todavía no lo hace de manera consciente. Es más un aprendizaje o quizá, una intuición.

Aspectos motrices

Locomoción:

- Puede mantener el equilibrio sobre una sola pierna durante varios segundos.
- Mejora su coordinación y puede dirigirse hacia la dirección que se le indique con más seguridad.
- Pedalea en un triciclo e incluso en bici de dos ruedas con auxiliares.
- Ya baja escaleras con alternancia de pies.
- Corre con facilidad y puede alternar ritmos regulares a su paso.
- Puede realizar un salto a lo largo de la carrera si lo necesita o se le pide.
- Da vueltas sobre sí mismo más cerradas.
- Domina las frenadas bruscas.
- Ya no se tropieza y le gusta realizar pruebas motrices que no sean muy difíciles: saltar desde cierta altura (una silla); subirse a la mesa y bailar...

Desarrollo Perceptivo

- Se siente mucho más dueño de sus movimientos y actúa con mayor seguridad.
- Al tener también una percepción del entorno más amplia, mide sus movimientos y los ajusta con naturalidad al momento o al lugar.
- De momento no anticipa bien los impulsos y por eso, todavía comete errores en este aspecto.

Manipulación:

- La coordinación ojo-mano va mejorando de forma significativa y le encanta hacer cosas que le exijan dicha coordinación.
- Puede lanzar pelotas con ambas manos y recogerlas.
- Puede hacer bolitas de papel o plastelina, cada vez más pequeñas.
- Enhebra o cose con ganchos y agujeros cada vez más finos.
- Puede doblar un papel en diagonal.
- Puede construir un puente con tres piezas.
- Es capaz de "picar" con un punzón dentro y fuera de una silueta.
- Es capaz de atornillar objetos con rosca.

Desarrollo Perceptivo

- Se da cuenta no solamente de sus posibilidades manipulativas, sino también de las características básicas de los objetos y de lo que se puede hacer con ellos en el área manipulativa.
- Todavía no domina del todo los objetos que están a su alcance, pero va adquiriendo conciencia de la ayuda que necesita en cuanto a su manipulación, y la pide.

Representación gráfica:

- Puede rellenar espacios con pinturas, y aunque todavía puede salirse un poco de los límites, cada vez ajusta más el trazo.
- Todavía necesita realizar trazos grandes, pero ya es capaz de dibujar por ejemplo, una cruz e incluso de aislar un círculo.
- Puede copiar dibujos de figuras simples: algo que parece una casa; un cuadrado; un árbol
- Es capaz de dibujar figuras humanas con palitos, a medida que va conociendo su propio cuerpo.
- Sabe seguir una línea al picar y lo hace en la dirección correcta.
- Reproduce la direccionalidad correcta en trazos simples y con modelo.

Desarrollo Perceptivo

- A través de su paulatino dominio de las posibilidades que le da el lápiz o las pinturas, se le abre todo un mundo de posibilidades de expresión que hasta ahora desconocía.

- Le encanta probar y curiosear las posibilidades con los colores, las formas, la combinación de estas a la hora de hacer un dibujo simple...

EL NIÑO DE 5 A 6 AÑOS

INTRODUCCIÓN

Nos encontramos ya ante un niño en pleno periodo preoperacional de su desarrollo en el que accede a un espacio en el que predominan las nociones de orientación, situación, tamaño y dirección, y mucho más seguro de sus posibilidades motrices que hasta ahora.

El niño de cinco años, adquiere ya un control motor bastante generalizado y demuestra que puede controlar bastante bien el gesto. Aumenta su seguridad en la carrera y el salto, y mejora su capacidad de seguir un ritmo.

Cada vez necesita menos ayuda para sus actividades de coordinación viso manual y de motricidad fina, siendo cada vez más capaz de adecuar la fuerza y la precisión a sus manualidades. La actividad gráfica todavía requerirá de mucho empeño y trabajo, hasta que consiga realizarla de una forma rápida, segura y espontánea, aunque ya es capaz de dibujar formas simples, copiar algunas más complejas, dibujar la figura humana con todas las partes fundamentales y alguna más si se le recuerda..., etc.

Su tendencia lateral va consolidándose y si no es así, conviene que vaya adquiriendo el hábito de usar una mano u otra de cara al aprendizaje de la escritura y a la seguridad en los grafismos, direccionalidad de la escritura..., etc.

La estructuración espacial es otro proceso cuya planificación es imprescindible a esta edad, a fin de que el niño consiga un conocimiento claro y concreto del espacio externo, del interno y por fin del esquema corporal. Puede empezar a orientarse. Paralelamente a la construcción del espacio, el niño va comprendiendo y estructurando el tiempo, aunque de forma más abstracta ya que no se puede manipular visualmente.

Esquema Corporal y Percepción de sí mismo:

En cuanto al Tono Muscular:

- La musculatura de las piernas le permite ya saltar pequeñas barreras, saltar alternando los pies, saltar sobre un solo pie, correr casi como un adulto...
- Camina o juega en una piscina con el agua hasta la cintura.
- Puede andar de puntillas con los ojos abiertos y los brazos a lo largo del cuerpo.
- Puede ejercer aumento o disminución del tono muscular en partes aisladas de su cuerpo, y no como hasta ahora que se movía por "bloques corporales"
- Aumenta su fuerza y destreza en brazos y manos y es capaz de conducir un patinete dirigiendo con las manos y empujándolo con un pie.
- Puede trepar escaleras de mano o de un tobogán de hasta unos dos metros.
- Usa un sacapuntas.

Desarrollo Perceptivo

Ajusta su tono muscular a cada ocasión, de manera natural, sin tener que pensar en el movimiento o la fuerza que ejerce.

Capacidad de Relajación y Tensión muscular:

- Puede caminar sobre un banco, manteniendo sus grupos musculares en equilibrio hacia delante o hacia atrás.
- Se columpia solo.
- Puede golpear una pelota con la raqueta o con un palo.
- Puede patinar hacia delante.
- Monta en bicicleta de dos ruedas y pedalea sin necesidad de ruedas auxiliares.
- Hace botar una pelota y la controla.
- Puede mantener el equilibrio sobre una pierna con los ojos cerrados durante unos diez segundos.
- Separa completamente las actividades de tronco, hombros y brazos, y sus respuestas adquieren cierta armonía.

Desarrollo Perceptivo

Puede adecuar sus movimientos a un ritmo con cierta armonía, combinando bastante bien la tensión y la relajación muscular.

Actitud:

- Sigue disfrutando con la actividad motora y comienza a sentirse el mejor en casi todo, buscando siempre la competición con sus compañeros.
- Se siente seguro e intenta compartir siempre sus nuevas adquisiciones para demostrar de lo que es capaz.
- Se enfrenta a las nuevas posibilidades con verdadero interés y puede dedicar mucho tiempo a conseguir un nuevo reto.
- Su motivación y su energía no tienen límite en este tramo de edad.

Desarrollo Perceptivo

Se reconoce casi en su totalidad y va integrando las partes del esquema corporal que le faltaban. En la cabeza: las pestañas, las cejas y la nuca; en el tronco, diferencia: el pecho, la cintura, la cadera, la axila, el pene y la vulva; respecto a las extremidades: codos, muñeca, índice, corazón, anular, uñas, muslo y tobillo

Respiración:

- Para lograr el control respiratorio en esta edad, el niño es capaz de realizar ejercicios de inspiración y espiración tanto bucales como nasales.
- Puede retener la inspiración y la espiración en diferentes estados de reposo y de esfuerzo.
- Tiende a afianzar la respiración nasal e intenta controlar su frecuencia si se le indica.
- Una vez más, recordar que es importante que el niño aprenda a controlar su respiración por la influencia que esto tiene, no solo a la hora de hacer ejercicio sino, sobre todo, porque es fundamental para el mantenimiento de la atención, la liberación del estrés, la relajación..., etc.

Desarrollo Perceptivo

*- Generalmente a esta edad, la respiración es un proceso automático, que el niño puede controlar y adecuar a las necesidades del momento.
- Al cantar; al nadar; al correr; ante una situación de estrés..., etc. el niño controlará rítmicamente su respiración sin grandes problemas, siempre que se le haya enseñado a hacerlo.*

Conductas Neuroperceptivas motoras y Percepción del entorno:

Lateralidad:

- Entre los cinco y seis años de edad, el niño ya sabe con qué mano es más hábil y su definición lateral de manos está casi conseguida.
- Neurológicamente sigue sin existir una lateralidad definida de ojo o de pie, y deberemos seguir atentos por si pudiera aparecer una lateralidad cruzada.

Espacio:

- Todavía en relación a su propio cuerpo, pero ampliando su conocimiento de las relaciones espaciales, el niño es capaz de orientarse y orientar los objetos en diferentes posiciones: junto-separado; más lejos que; alrededor; en medio de; a través de; entre; a la derecha; en fila; ni primero ni último; segundo; tercero (orden en el espacio).
- Le encanta comprobar y utilizar los matices en la extensión o el volumen de las cosas: Más larga o corta que; más grande o pequeña que; más ancho que; más estrecho que; más alto que...
- Es perfectamente capaz de asignar una forma a su espacio y realizar encajables o puzzles atendiendo únicamente a estas características.

Desarrollo Perceptivo

*- Puede anticiparse a situaciones de realización de puzzles o de construcciones, descubriendo la pieza que le falta y en que lugar ha de ponerla.
- Aparecen los giros, que implican un análisis de las partes más relevantes de un objeto, para poder identificarlo aunque haya modificado su situación en el espacio.*

Tiempo:

- A esta edad, el niño va siendo capaz de vivenciar: los días de la semana; las horas; la secuencia de actividades que ha de realizar para llegar a sus objetivos (primero cojo la cuchara, después cojo azúcar, la echo en la leche, le doy vueltas, ... y me la tomo)
- Es capaz por tanto de realizar secuencias gráficas y ordenarlas.
- Es capaz de reconocer conceptos como: mañana-tarde-noche; ayer- hoy- mañana; siempre-nunca; y hasta podría aprender los meses del año si se le enseñan.

Desarrollo Perceptivo

- A partir de los puntos de referencia temporal que se le enseñan, el niño desarrolla una capacidad de observación que relacionará con el paso del tiempo.
- El cambio de las flores; el paso del día; la caída de las hojas; la luz y la oscuridad y las actividades que hace en cada momento, serán factores determinantes en la comprensión, asimilación y aprendizaje del paso del tiempo.

Estructuración Espacio-temporal:

- Alrededor de los cinco-seis años, comienza a observarse un proceso de abstracción, que permite al niño expresar verbal o gráficamente los conceptos espacio-temporales que acaba de vivir. Este proceso, garantiza realmente que el niño ha ido asimilando las nociones de espacio y tiempo que se le han ido transmitiendo, y ya se puede empezar a hablar de cierta estructuración espaciotemporal en su conocimiento del entorno y de su propia actividad.
- Esta maduración global del espacio y el tiempo implicarán también, la posibilidad de adquirir un dominio del ritmo, importante a la hora de prepararse para otros aprendizajes como la lectura, la escritura, el cálculo, la expresión corporal, la coordinación de sus movimientos..., etc.

Desarrollo Perceptivo

- Interioriza los conceptos de velocidad (lenta-rápida), duración (larga-corta), intensidad (fuerte-suave) e intervalo (silencio largo-silencio corto).
- Reafirma las nociones de antes y después que le preparan para la adquisición de nuevos aprendizajes.

Aspectos motrices

Locomoción:

- Brinca y salta sin dificultad.
- Puede andar por la barra de equilibrio incluso con algo de pendiente.
- Se puede quedar en equilibrio sobre un solo pie.
- Conserva el equilibrio de puntillas durante varios segundos.
- Es un buen momento para empezar a aprender danza y ritmo.
- Puede saltar una cuerda que esté a una altura de unos 60 cms.
- Patina.
- Monta en bicicleta y pedalea sin necesidad de ruedas complementarias.
- Se sujeta colgado de una barra durante unos 10".

Desarrollo Perceptivo

- Se siente capaz de iniciar grandes aventuras atléticas.*
- Se ve como un adulto a la hora de abordar cualquier empresa que suponga movimiento.*

Manipulación:

- Recorta y pica con mayor dominio.
- Es capaz de pegar dos papeles en línea recta.
- Puede coger objetos pequeños e introducirlos en una botella de boca estrecha uno por uno.
- Tiene más precisión y dominio de las herramientas de pintura y pinta sin salirse en figuras complejas.
- Puede hacer nudos sencillos.
- Modela la plastelina o el barro con una finalidad.
- Utiliza las tijeras siguiendo una línea
- Puede doblar un papel en diagonal a imitación.

Desarrollo Perceptivo

- Aumenta su seguridad y su autoestima, al darse cuenta de sus avances y posibilidades de acción fina.*
- El segmento más alejado del eje central de su cuerpo comienza a mostrar sus posibilidades y ésto le llena de satisfacción.*
- Cada vez quiere demostrar con más fuerza sus adquisiciones.*

Representación gráfica:

- La actividad gráfica va adquiriendo precisión y ya puede reproducir letras y palabras con cierta soltura, siguiendo bien la direccionalidad de los grafismos. (Para más información véase Apartado: Para saber más: "El cuidado Oftalmológico")
- Maneja el lápiz con más seguridad y precisión y es capaz de realizaciones más complejas.
- Puede dibujar una figura reconocible como una persona.

Desarrollo Perceptivo

- Comienza a darse cuenta de sus posibilidades representativas y comunicativas y cada vez las utiliza con más interés.*

PAUTAS FAVORECEDORAS DEL DESARROLLO

Teniendo en cuenta todo lo visto hasta ahora, nos proponemos establecer una serie de actividades que sirvan de pauta a padres y educadores, que pueden potenciar un desarrollo motor y perceptivo armónico y adecuado a la edad que nos ocupa.

Con un poco de imaginación y siempre en un entorno lúdico, las actividades que se proponen se podrán ampliar, modificar o mejorar, y van encaminadas fundamentalmente a la consecución de los siguientes Objetivos Generales:

- Fortalecer la musculatura de brazos y piernas y mejorar el tono muscular.
- Conseguir una correcta tensión y relajación muscular.
- Adquirir un creciente control y coordinación en la motricidad gruesa o locomoción.
- Mejorar el equilibrio estático y dinámico y conseguir un mayor ajuste postural.
- Mejorar la precisión y la destreza manipulativa.
- Mejorar el control y la coordinación visomanual.
- Trabajar los grafismos.
- Desarrollo del ritmo.
- Control de la respiración.

Actividades para fortalecer la musculatura de brazos y piernas y mejorar el tono:

- Levantarse y agacharse: Jugamos a “Enanos y Gigantes”; “Castillos y Chabolas”...
- Andar “a gatas” apoyándose primero con una mano y la pierna del lado contrario ¡Mira lo que hago! Luego al revés. ¡Soy equilibrista!
- Unos leñadores quieren arrancar los árboles: Apoyados en los dos pies y los brazos arriba... somos árboles y nos mueve el viento. Nos empujan hacia un lado (nos sujetamos sobre un solo pie); hacia el otro lado...
- Lanzamientos con manos y pies (jugar a la “Pelota”; a los “Globos”. Con pelotas grandes o más pequeñas; a meterla en una cesta; a chutarla; a correr con ella en las manos sin soltarla; tirarla hacia arriba; botarla; empujarla por el suelo; soplar globos hasta un lugar determinado; lanzarlos hacia arriba y andar sin que se nos caigan...)
- Empujar objetos “pesados”: una pelota grande; ordenar las sillas.
- Caminamos levantando mucho las piernas o casi sin moverlas.
- Hacemos carreras de obstáculos.

Actividades para conseguir una correcta tensión y relajación muscular:

- Para relajar las manos, haremos bolas de papel (periódico; celofán de colores; papel pinocho...); una vez hechas, cogerlas con las dos manos y apretarlas con toda nuestra fuerza y después... soltar las manos. Notaremos cómo se relajan. Después el compañero pasa un dedo por las palmas de nuestras manos. A continuación, nosotros hacemos lo mismo con él.
- Para relajar los brazos, jugaremos a “la muñeca helada”: Los niños corren por la sala y el que se la queda, pilla a uno. Este se quedará quieto con los brazos pegados al cuerpo y nadie podrá separárselos, porque él hará fuerza para ello. De repente dirá “tengo frío” y entonces el compañero le dará masajes en los brazos para calentárselos y que así pueda despegarlos del tronco despacito. Pero si alguien lo quiere hacer a la fuerza, la muñeca otra vez se quedará pegada...
- Para los hombros: Delante de un espejo, hacer ejercicios de subir y bajar los hombros, primero uno, después otro, los dos a la vez..., etc.
- Para la espalda, jugar a que éramos panaderos y teníamos que amasar el pan. Un niño se tumbará y los otros le frotarán la espalda; le estirarán los brazos despacito; las piernas; le darán la vuelta... Unas veces lo harán con toda la mano, otras con los dedos...
- Piernas y pies: Poner un palo redondo en el suelo y sentados en una silla con los pies descalzos, hacer rodar el palo de atrás hacia delante unas cuantas veces.
- Un compañero te da masajes en las piernas con las dos manos. En los pies, haciendo pequeños giros. Desde arriba hacia abajo hasta llegar a los pies...

Actividades para adquirir un creciente control y coordinación en la motricidad gruesa o locomoción:

- Arrastrarse por el suelo, como si fueran gusanitos de seda.
- Gatear apoyando rodillas y manos como si fueran gatos, perros, caballos...
- Desplazarse sobre el vientre como si fueran serpientes, cocodrilos...; como si fueran carritos y que otro niño le arrastre...
- Trepár y deslizarse por un banco sueco, subir trepando como si fueran bomberos, o montañeros... y después deslizarse hacia abajo como por un tobogán.
- Girar sobre sí mismos tendidos boca arriba y con los brazos extendidos, como si fueran troncos que nadan por el río. Los brazos serán las ramas así que no se pueden doblar porque se romperían. Otros compañeros le pueden arrastrar de un lado a otro de la clase.... Algunas veces pueden ser troncos retorcidos y adoptar formas diferentes...

- Caminar despacio con las piernas rectas y cambiar de dirección cada vez que suene una palmada, o un sonido, como si fueran robots. Un niño puede ser el dueño y el otro, el robot. Después cambiarán de papel...
- Caminar despacio o deprisa, pararse o continuar la marcha según las indicaciones que otro le dé, como si fueran coches y se encontraran con un STOP, o un semáforo...; O como si fuéramos cargados con paquetes y tuviéramos que ir más despacio...
- Caminar en distintas posiciones sin perder el equilibrio.
- Correr una distancia determinada adoptando una buena postura, o por ejemplo con los brazos pegados al cuerpo; o sin doblar las rodillas; con los brazos estirados hacia delante...
- Saltar de diferentes formas: Como si jugáramos a "saltar un río"; "saltar como un canguro"; "¿cómo salta un pajarito?"...
- Si ya tenemos cuatro o cinco años, podemos pedalear: Vamos a hacer "carreras de triciclo", andando con los pies en el suelo primero, para pasar después al pedaleo, venciendo la presión de los pedales.

Actividades para Mejorar el equilibrio estático y dinámico y conseguir un mayor ajuste postural:

- Jugar a mantener diferentes tipos de equilibrio estático o dinámico: Ahora somos "Personajes de circo": equilibristas que andan por una cuerda finita en el suelo; saltadores por encima de una cuerda; payasos que se sujetan con una pierna sin caerse; enanos que andan con pasitos muy cortos, muy despacito; bailarinas que bailan de punteras...
- Sortear diferentes tipos de obstáculos: Jugar a las "Carreras" pero unas veces andando sin pisar los sacos del suelo; otras saltando con los dos pies juntos de aro en aro; gateando y pasando por debajo de otros compañeros; de puntillas siguiendo una línea; rastreando por el suelo sin chocar con las sillas...
- Sentados en una silla mantener el equilibrio levantando los pies y las manos. "Como si fuéramos estatuas"; ahora con los brazos sobre la cabeza; un brazo arriba y otro abajo...
- Caminar sobre líneas rectas o curvas pintadas en el suelo un pie por delante del otro; a grandes zancadas; a saltitos; de prisa; despacio...
- Quedarse de pie con los brazos pegados al cuerpo primero; en distintas posiciones después... durante al menos 10 segundos.
- Caminar de puntillas sobre líneas pintadas en el suelo, "somos estupendos bailarines"; "somos pollitos y seguimos a mamá".
- Mantener el equilibrio de puntillas sin moverse durante unos 6 segundos.

- Ahora caminamos sobre los talones, como si fuéramos patitos ó pingüinos.... Nos quedamos quietos sobre los talones, sin caernos... unos 6 segundos ...
- Caminamos a la "pata coja" y nos quedamos quietos con una pierna levantada "como si fuéramos flamencos en el estanque".
- Nos tumbaremos sobre un banco sueco y nos estaremos quietitos "como si estuviéramos dormidos".

Una vez que los niños logran controlar los movimientos corporales gruesos y más básicos, ya están preparados para iniciar el aprendizaje de habilidades manipulativas más finas.

Debemos tener en cuenta además que al principio de la Educación Infantil se debe estimular la actividad sobre ambas partes del cuerpo y sobre las dos manos, de manera que el niño o la niña tenga suficientes datos para elaborar su propia síntesis y efectuar la elección de la mano preferente.

Actividades para mejorar la precisión y la destreza manipulativa:

- Dibujar circunferencias en el aire con ambos brazos a la vez; luego con uno solo. Primero en una dirección, después en otras: "como si fuéramos molinos de viento"
- Hacemos girar las muñecas en todas las direcciones, levantando, doblando o estirando los brazos: "como si fuéramos bailarinas árabes"; "como si fuéramos flores que se mueven al viento o con la brisa"; "como las olas en el mar".
- Hacemos ejercicios con los dedos: Golpeamos con los dedos de una mano en la palma de la otra "como si fueran gotas de lluvia" Primero de uno en uno, después de dos en dos... y así sucesivamente hasta golpear con todos los dedos. Podemos golpear en la mano, o en cualquier otra parte del cuerpo e ir reconociéndolas: "ahora las gotas nos caen en.... ¡la cara!... o en el pelo, en la pierna...."
- Vamos de visita: cada dedo se acerca a ver a sus amiguitos los otros dedos y se saludan: Hola soy Índice, ¿cómo te llamas? Me llamo Pulgar, y este de aquí es Corazón, ¿quieres que te presente a Anular y a Meñique?
- Podemos hacer el mismo ejercicio pero con el Índice mojado en un color y que al saludar a sus amigos los vaya pintando...
- Jugaremos a ver qué pueden ser nuestras manos: una pinza: que coge cositas pequeñas o muy finas y las sujeta o las cambia de sitio, puede hacer un ensartable y meter el cordón por el agujero de una bolita..., etc.
- También pueden ser una pala: que arrastra los objetos, recoge las pelotas que me tiran, intento botarlas; puedo lavarme la cara recogiendo agua, coger objetos o juguetes grandes..., etc.

- Combinar movimientos de una mano con los de la otra: “tocamos el tambor con una mano y el piano con la otra”.
- Actividades que potencien la presión: hacer hoyitos en la plastilina para rellenarlo con bolitas; picar un dibujo sobre una alfombra; moldear figuras sencillas y exponerlas...

Actividades para mejorar el control y la Coordinación Visomanual:

- Seguiremos con la vista a personas que se mueven por diferentes espacios o movimientos que se hacen en el aire. Sentados y sin movernos, seguir a los compañeros cuando bailan; mirar los movimientos en la pared de la luz de una linterna; mirar a diferentes puntos de la sala...
- Repasaremos con el dedo índice diferentes contornos: un cuento; las propias manos; un coche de juguete; una muñeca; el cuerpo de un amigo; fotografías de objetos; dibujos en relieve..., etc., sin alejarse de los bordes.
- Poniéndose a cierta distancia, pedir al niño que nos lance una pelota, de diferentes tamaños con ambas manos. Unas veces levantando los brazos por encima de la cabeza; otras con los brazos abajo; con los brazos a la altura de los codos...
- Cuando los niños tengan ya cuatro años, tirarán la pelota intentando que dé un bote en el suelo y recogiéndola. Podemos movernos por el espacio de la sala o clase.
- Ahora tiraremos la pelota a un compañero dando un bote en el suelo antes de recogerla.
- Trataremos de coger la pelota después de un bote en el suelo, con ambas manos.
- Y más difícil todavía: lanzaremos la pelota al compañero, mientras andamos por la clase. Nosotros también intentaremos recogerla con ambas manos cuando nos la lancen mientras paseamos. (Niños de cinco a seis años).
- Lanzaremos la pelota a un lugar determinado como los jugadores de baloncesto.
- Haremos collares de colores, ensartando piezas de diferentes formas en un cordel, grueso al principio de la etapa, y cada vez un poco más delgado.
- Ensartaremos piezas en pivotes.
- Haremos construcciones, torres, puentes, trenes con piezas encajables o no, intentando que no se caigan o se destruyan.
- Realizaremos puzzles o juegos donde determinadas piezas hayan de encajar unas con otras o cada una en su hueco correspondiente.

Actividades para potenciar los grafismos de forma adecuada:

- Comenzaremos desarrollando la movilidad en los hombros, luego en los codos, luego en la muñeca y por último en los dedos (puedes repasar los ejercicios ya explicados en este sentido). Debemos tener en cuenta que si no permitimos que el niño madure de una forma adecuada y comenzamos demasiado pronto a pintar o dibujar en espacios pequeños, seguramente habrá dificultades.
- Una vez que el niño comienza a dominar su mano y puede hacer muchas cosas con sus dedos, comenzaremos pintando en un plano amplio (pizarra o papel grande) en donde el niño esté de pie.
- Primero pintaremos con los dedos y hacia diferentes direcciones; luego con un pincel grueso y varios colores, y posteriormente con pincel más fino.
- Cuando ya haya un buen manejo en esta posición entonces se puede empezar a pintar en el plano horizontal (suelo o mesa), acostado boca abajo o sentado para que apoye los codos, pero igualmente en un plano amplio, cuando el niño ya se maneje bien entonces se puede empezar a poner límites: folio; papel pautado; cuadriculado...
- Actividades que potencien la coordinación visomanual a través de actividades de la expresión gráfica como: colorear personajes conocidos; picar formas sencillas; pintar con pintura de dedos y exponer; seguir trazos y líneas simples con diferentes colores;...

Actividades de Ritmo:

- Realizar movimientos con el cuerpo mientras escuchamos un sonido y modificando la velocidad según sea el sonido. Comenzaremos siguiendo el sonido de un pandero o de las palmas, diferenciando solo entre ritmo lento y ritmo rápido.
- Aprenderemos también a controlar nuestros movimientos, si cuando nos estamos moviendo por toda la sala, suena una palmada y debemos quedarnos quietos tal y como estemos. O si cuando está sonando la música, de repente se para y nosotros también.
- Elegir un movimiento para cada sonido que escuchemos y después movernos según el instrumento que suene.
- Con los niños más mayorcitos podremos comenzar a transcribir los sonidos y su duración a través de: Líneas largas para sonidos continuados; líneas cortas para sonidos más cortos; puntos para golpes secos..., etc.
- Y también enseñarles a seguir ritmos “escritos” con las palmas, el movimiento, los instrumentos..., etc.

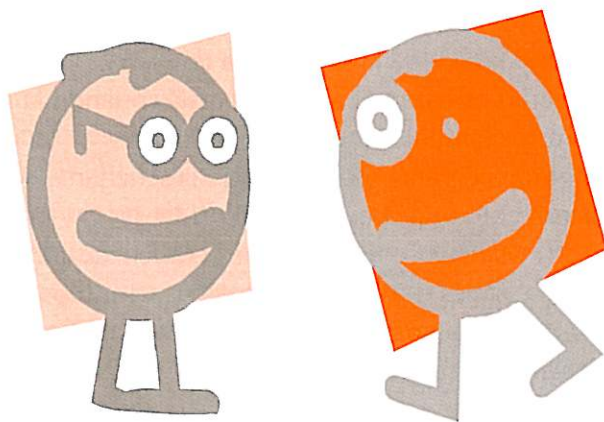
- Ejemplo: • _____ Aplaudimos mucho rato
 - _____ Aplaudimos tres o cuatro veces
 - _ Damos una sola palmada
- Recordar una serie de melodías seguidas y repetirlas en el mismo orden, bailando, tocando palmas, tocando instrumentos..., etc.
 - Bailar siguiendo la música, con todo el cuerpo; sólo con los brazos; sólo con la cabeza; con los pies..., etc.

Actividades para el control de la Respiración:

El control de la respiración no solamente es importante de cara a la realización de actividades físicas, sino también sobre procesos psicológicos tan importantes como el control de la atención y el control de las emociones por ejemplo, o sobre el lenguaje oral, etc., por lo que su educación en las edades infantiles se convierte en una actividad de suma importancia.

- Realizar actividades de canto: Enseñar diferentes canciones, enseñándoles a tomar aire antes de empezar e ir soltándolo poco a poco.
- Tumbados en el suelo, comprobar cómo sube y baja la tripa al entrar el aire.
- Enseñarles a respirar hondo cuando están enfadados, para ayudarles a relajarse.
- Respirar haciendo ruido / Respirar en silencio.
- Respirar por la nariz / Respirar por la boca.

Para lograr el control respiratorio utilizaremos diversos ejercicios de inspiración y espiración tanto bucales como nasales, así como la retención de la inspiración y la espiración, tendiendo a desarrollar la amplitud y capacidad respiratoria y controlar su frecuencia. Se trata de lograr que el niño o la niña lleguen a un control consciente de su respiración para convertirlo de nuevo en un proceso automático.

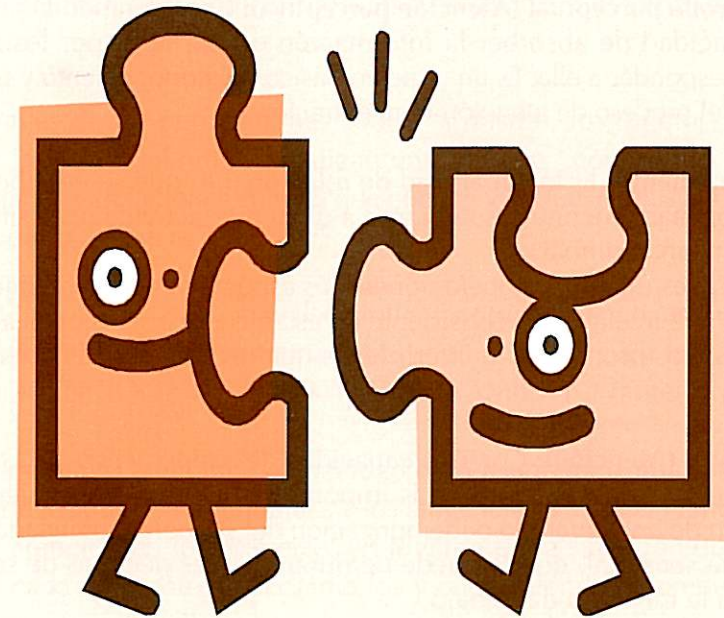


SÍNTOMAS DE ALARMA

Conocidas las características de los niños y niñas de tres a seis años, estableceremos algunos de los síntomas que nos pondrán en alerta de un mal desarrollo perceptivo y/o motor, y la necesidad de consultarlo con un especialista.

- Cualquier tipo de deformación no detectada previamente.
- No anda o lo hace de forma muy patosa y descoordinada.
- No quiere andar, se queja de excesivo cansancio.
- Temblor continuado y acusado.
- Movimientos dubitativos o poco seguros.
- No mide las distancias y suele chocarse con objetos o personas.
- Da respuestas exageradas a movilizaciones muy sencillas.
- Manifiesta gran ansiedad ante cualquier situación que requiere equilibrio.
- Está todo el día tumbado.
- No le gustan los juegos de movimiento ni columpiarse, subir o bajar de un tobogán o escaleras con apoyo.
- Se cae con excesiva frecuencia.
- Es muy irritable y le asustan en exceso los ruidos o las luces fuertes.
- Tiene una respiración fatigosa o ruidosa ante cualquier ejercicio.
- Se acerca mucho a los objetos para mirarlos.
- Estrabismo no detectado previamente.
- Tiene dificultades para seguir un objeto visualmente.
- No responde a objetos sonoros, ni reacciona a ruidos conocidos.
- No sigue un ritmo sencillo.
- No realiza la pinza digital (índice-pulgar)
- No puede encajar piezas sencillas o lo hace con mucha dificultad.
- No puede rasgar papel.
- No progresa en sus garabatos o apenas se nota el trazo.
- Tiene dificultades para coordinar ojo y mano y no consigue ajustar la pintura al dibujo; no puede seguir la línea de picado, es incapaz de repasar trazos sencillos..., etc.

DESARROLLO COGNITIVO



INTRODUCCIÓN

Entendemos el desarrollo cognitivo como el conjunto de capacidades que hacen que el niño sea capaz, a través de la experiencia, de elaborar una serie de esquemas mentales que le ayudan a organizar lo que va conociendo y le permiten descubrir y establecer relaciones espaciales, temporales, causales y motivacionales para actuar sobre el entorno de una forma cada vez más compleja, a través de inferencias que va incorporando a las nuevas informaciones.

A continuación veremos la evolución en el desarrollo cognitivo a lo largo de la etapa Infantil 3-6 años, secuenciado por edades en 3- 4 y 5 años.

Dicha progresión la separamos en los procesos cognitivos más significativos de esta etapa.

Desarrollo perceptual (Atención perceptiva): Considerando la percepción como la capacidad de absorber la información que le llega por los sentidos, clasificarla y responder a ella. Es un aspecto básico del conocimiento y parte muy implicada en el proceso de atención-concentración.

Razonamiento: Es la capacidad de relacionar lo que se percibe a través de los sentidos, para encontrar soluciones a diferentes actividades o situaciones que se le plantean al niño/a.

Razonar es una de las operaciones más específicamente inteligentes. Es una operación de inteligencia consistente en establecer conclusiones a partir de una serie de datos propuestos e inferir leyes que regulan series de fenómenos observables.

Memoria (Atención): Como la capacidad de retener y evocar. Otra de las operaciones cognitivas generales más importantes es el mantenimiento de la representación de un contenido o memorización del símbolo, codificado primero en la memoria sensorial, donde puede perdurar algunas décimas de segundo y finalmente en la memoria de trabajo

Como vemos, todos los procesos implicados en el desarrollo cognitivo están íntimamente relacionados y resulta difícil separarlos, ya que la evolución del niño es una evolución global.

Así mismo incluiremos un apartado dedicado al **Juego**, considerando la gran influencia que tiene en el desarrollo integral del niño y concretamente, en el caso que nos ocupa, teniendo en cuenta que es una actividad que estimula el desarrollo de las capacidades de pensamiento y la creatividad infantil.

El juego es casi la actividad principal del niño en esta etapa y es a través de la actividad lúdica cuando el niño explora y conoce su entorno y al mismo tiempo se descubre a sí mismo. En la observación del desarrollo del juego del niño, vemos cómo va modificando su experiencia y va descubriendo, comprendiendo, estructurando y dominando progresivamente su propia actividad y el entorno que le rodea.

DESARROLLO COGNITIVO DE LA ETAPA INFANTIL 3 – 6 AÑOS

La Etapa Infantil 3-6 años, corresponde a un periodo de gran importancia en el desarrollo cognitivo del niño. A lo largo de estos años el niño pasa de procesos cognitivos que se basan fundamentalmente en una visión del mundo egocéntrica (es incapaz de entender el punto de vista del otro), a salir de sí mismo, y recibir estímulos del entorno, reflexionando sobre ellos de una forma no sólo experimental sino, poco a poco, con un mayor trabajo mental y de representación y reflexión, relacionando su propia experiencia con el entorno y siendo capaz de comprender, diferenciar, comparar y modificar su visión con lo que el entorno le está ofreciendo y exigiendo.

A través de las percepciones sobre sí mismo, los objetos, el espacio y el tiempo, en la mente del niño se realizan una serie de conexiones neuronales que le hacen establecer relaciones entre lo que conoce y lo nuevo, ajustando sus respuestas en función de lo que se le presenta.

A lo largo de estos años se desarrollan aptitudes cognitivas muy significativas para el aprendizaje propio de este momento evolutivo y para aprendizajes posteriores, como son: ATENCIÓN; MEMORIA Y RAZONAMIENTO (anteriormente citadas).

- Aumenta su atención o capacidad de seleccionar estímulos, diferenciando entre los que son importantes y los tangenciales o secundarios y focalizando su atención en los primeros, en función de la situación que esté viviendo en cada momento, procesándolos y consiguiendo mantener una actividad continua sobre ellos.
- Desarrolla su capacidad para retener y evocar información previamente aprendida o lo que es lo mismo, aumenta su aptitud memorística.
- Aumenta su capacidad de razonamiento, a pesar de que en esta etapa el pensamiento es fundamentalmente intuitivo y preoperacional, el niño va modificando sus esquemas de acción, llegando al final de la etapa a la capacidad de inferir soluciones ante distintas situaciones y problemas que se le presentan, siendo cada vez más imaginativo, inventa medios para resolver problemas mediante representación y combinación mental.

Algunos de los aspectos que favorecen este proceso de reflexión son: la representación mental, el pensamiento intuitivo, el inicio del pensamiento preoperacional y la capacidad de simbolización.

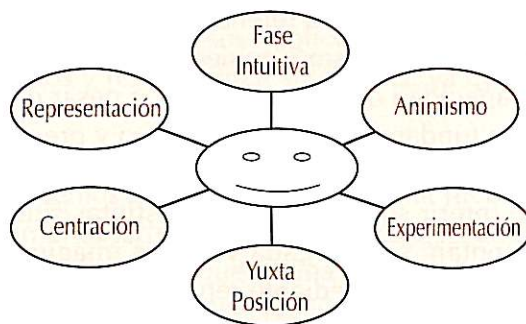
EL NIÑO DE 3 A 4 AÑOS

Características del pensamiento

En este apartado presentamos la forma en que el niño de tres años se enfrenta a las cosas y a través de qué mecanismos las interioriza y en función de estos, elabora sus respuestas. Conociendo estos mecanismos entenderemos muchas de las reflexiones de los niños de esta edad, y las representaciones o explicaciones que hacen de los fenómenos del entorno. La mayor dificultad propia del pensamiento en los niños hasta los 6-7 años es la de no diferenciar con claridad el propio yo del mundo exterior.

Estos mecanismos se mantienen prácticamente hasta el final de la Etapa Infantil, donde se perciben algunos cambios que se indicarán en su momento.

- El niño necesita experimentar sobre los instrumentos y/o materiales para conocer sus características y aprender su funcionalidad. *Experimentación.*
- Dan vida a objetos inanimados. *Animismo.*
- Se fijan en un solo aspecto de las cosas, desentendiéndose de los otros. *Centración.*
- Las cosas ocurren por que sí, sin llegar a entender una consecuencia lógica. *Yuxtaposición.*
- Inician la representación de la realidad en su mente.
- Fase intuitiva del pensamiento- intermedia entre la fase sensomotora (conocimiento a través de los sentidos) y la preoperacional.
- Su pensamiento sigue una sola dirección, no puede dar marcha atrás a los acontecimientos. *Irreversibilidad.*
- Ensayo-error, continúan utilizando estrategias de ensayo-error, aunque éstas van disminuyendo a medida que la representación mental aumenta.



A continuación haremos una secuenciación cronológica de los avances del niño en su desarrollo cognitivo a lo largo de la etapa.

DESARROLLO EVOLUTIVO

El niño a esta edad va desarrollando la capacidad de:

Autopercepción y Reconocimiento

- Recordar su nombre completo, la edad, que también indica con los dedos, y el sexo.
- Reconocer a las personas de su entorno e identificarlas por su nombre: familiares, compañeros, profesoras...
- Señalar las principales partes del cuerpo en sí mismo y en el otro (partes de la cara y extremidades).
- Diferenciar entre niño-niña en las imágenes y decir sus características.
- Dibujar la figura humana con cabeza y extremidades (renacuajo).

Percepción y Razonamiento

- Asociar objetos reales a imágenes que representan ese mismo objeto, en un cuento o lámina de dibujos.
- Realizar series de dos elementos referidos a objetos (Ej. Coche – moto; coche-moto...) o a conceptos muy básicos (Ej. Grande – Pequeño; grande -pequeño)
- Construir torres de 8-10 bloques, coordinando sus movimientos para conseguir que no se caiga.
- Discriminar colores básicos, inicialmente no los identificará por el nombre, pero será capaz de agruparlos y diferenciarlos, al final de este año será capaz de reconocerlos y nombrarlos.
- Discriminar formas (redondo, cuadrado, triángulo), agrupándolas o mediante encajables y montándolos.
- Discriminar tamaños (grande, pequeño) identificándolos cuando se lo pedimos.
- Construir un puente con tres piezas por imitación, teniendo el modelo presente.
- Hacer rompecabezas de "al menos" 2 piezas (de 2 a 6), con apoyo visual.
- Emparejar formas geométricas simples.
- Agrupar objetos por un atributo: forma, tamaño, color, haciendo clasificaciones.

CONCEPTOS BASICOS

Redondo
Cuadrado
Triángulo
Rojo
Verde
Amarillo
Azul
Otros
Muchos
Pocos
Dentro
Fuera
Grande
Pequeño
Arriba
Abajo
A un lado
A otro
Delante
Detrás
Cerca
Lejos

Atención – Memoria

- Repetir secuencias de “al menos” 2 dígitos consecutivos, que se le acaban de nombrar, Ej.: 2-4... repite 2-4 ó Juan - Pedro... repite.
- Responder a una orden 2 veces consecutivas, sin necesidad de recordárselas por separado.
- Repetir canciones con gestos y pequeñas retahílas.
- Prestar atención a las instrucciones cortas estando en grupo.
- Concentrar la atención en su tarea, aunque estas tareas deben de ser cortas y variadas.
- Atender y comprender un relato corto dirigido al grupo y de responder a preguntas referidas a lo que se le ha contado, describiendo al menos dos acciones y recordando sus personajes.

El juego

El juego simbólico

Entre los 2 y los 6 años el juego tiene una función primordial en la asimilación de lo real al yo. El juego simbólico regido por la representación mental, consiste en la capacidad de imaginar, donde predomina la fantasía y se establece una unión con el mundo real a través de la actividad psicomotora.

El juego simbólico auxilia a los niños estimulando la disminución de las actividades centradas en sí mismo, permitiendo una socialización creciente.

Características del juego

- El juego pasa de ser fundamentalmente motórico a introducir elementos de simbolización (jugar a “como si... por ejemplo: le doy de comer a la muñeca; soy la mamá,...”).
- El juego es una proyección de sí mismo.
- En el juego imita acciones reales que le rodean.
- El juego se refiere a acciones relativas a su propio cuerpo, desprovistas de su finalidad real.

-Dirige sus juegos hacia otras personas, o muñecas que actúan como agentes pasivos, pero que poco a poco van dándoles un papel más activo atribuyéndoles sentimientos, emociones y expresiones verbales.

- Disfruta manipulando distintos materiales: Agua, Arena....

EL NIÑO DE 4 A 5 AÑOS

Características generales

En este nivel del desarrollo despierta la curiosidad infantil y las ganas de conocer todo lo que le rodea y buscar su por qué, iniciando el razonamiento causa-efecto. Constantemente hace preguntas referidas a gran cantidad de temas. Muchas veces pone a prueba la paciencia de los adultos con sus permanentes interrogatorios. Debe recordarse al respecto, que las respuestas veraces y adecuadas ayudan a desarrollar la inteligencia del niño y a conocer mejor el mundo, sirviendo de base a aprendizajes posteriores. El niño se encuentra en plena etapa preoperacional: comienza a utilizar dibujos, palabras gestos y ciertas representaciones mentales para pensar sobre las cosas y las acciones. Funciona más la habilidad de reconocer que la de recordar. Se apoya sobre todo en las apariencias, no profundiza lógicamente.

Entiende las relaciones causa-efecto, pero todavía confunde realidad y fantasía. El niño es capaz de escuchar el punto de vista del otro, aunque no es capaz de ponerse en su lugar.

En este momento todavía tienen dificultades para comprender la relación parte-todo.

Su forma de razonar va de lo particular a lo específico sin tener en cuenta lo general; por lo tanto no utiliza la inducción (pasar de lo particular a lo general) ni la deducción (ir de lo general a lo particular y específico). Pensamiento transductivo. Poco a poco va desarrollando la capacidad para planificar su acción, de tal manera que organiza sus acciones para cumplir las metas que se ha propuesto previamente.

En general a esta edad hay un gran avance en aspectos puramente cognitivos, ya que el autoconocimiento más general que se hace al principio de la etapa, ya está prácticamente adquirido. Vemos así cómo el niño va avanzando en sus esquemas de conocimiento a partir de la interiorización de su propio yo y de sus posibilidades de acción.

DESARROLLO EVOLUTIVO

El niño a esta edad va desarrollando la capacidad de:

Desarrollo Perceptual-Razonamiento

- Hacer rompecabezas de 4 piezas (al menos) construyendo un todo de imágenes sencillas y referidas a la figura humana u objetos conocidos.

CONCEPTOS BASICOS

Círculo
Rectángulo
Rombo
Colores secundarios
Más
Menos
Más...que
Menos...que
Mediano
Ancho
Estrecho
Duro
Blando
Abierto
Cerrado
Estaciones del Año

- Copiar un cuadrado, e iniciar la copia del triángulo, aunque sus ángulos todavía no están bien definidos.
- Identificar objetos sencillos por el tacto, diferenciando texturas (suave, blando, áspero...).
- Clasificar objetos por dos atributos color y forma cuando se lo pides, aunque inicialmente necesita modelo.
- Asociar imágenes que tienen alguna característica en común (las grandes, las largas...).
- Realizar agrupaciones por categorías (lo que sirve para vestir en invierno, lo que está en la cocina...).
- Discriminar distintas cualidades de tamaño.
- Nombrar las posiciones primera, última y la del medio.
- Clasificar por tamaño de mayor a menor, generalmente a través de encajables o mediante una actividad con apoyo.
- Identificar el "más largo" de los dos palos, si es más duro o blando...
- Explicar una acción de un dibujo. No sólo enumera, si no que cuenta algo sobre lo que hacen los personajes y/o sucede en la acción.

- Dibujar la figura de un hombre de forma mas completa que a los 3 años (cabeza, cara, tronco, 4 extremidades).
- Encontrar elementos ocultos en fondos sencillos, que están escondidos o camuflados.
- Juntar símbolos iguales manteniendo el modelo en su presencia.
- Construir una barrera con 5 cubos, siguiendo un modelo.

Atención – Memoria

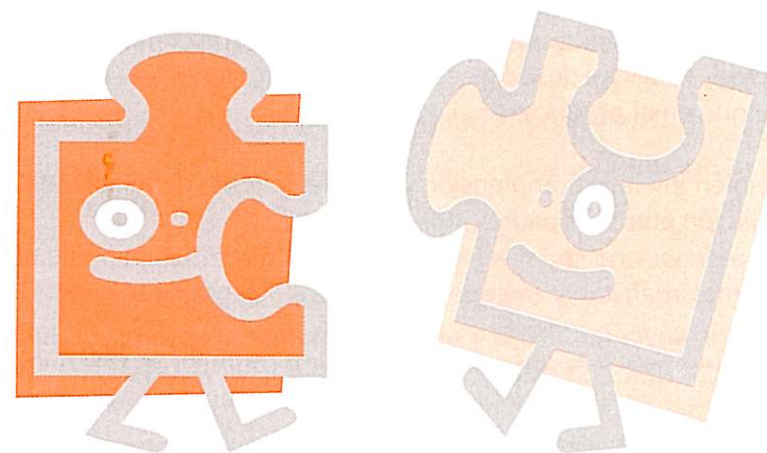
- Seguir órdenes verbales que implican dos acciones seguidas, sin recordárselo.
- Recordar objetos familiares y de uso común y sabe donde están cada uno de ellos.
- Recordar 4 objetos que ha visto en una ilustración y repetirlos cuando se lo pides.

- Recordar diferencias entre dos escenas casi iguales.
- Decir lo que falta cuando se quita un objeto de un grupo de tres que le hemos enseñado previamente.
- Repetir literalmente frases de hasta seis elementos, que le acabamos de decir.
- Escoger el numero de objetos que se le piden (1-4), nombrándoselo sólo una vez.
- Repetir canciones y aprende poesías de al menos 5 versos.

El juego

Características del juego

- Al igual que en etapas anteriores, presenta gran actividad, pero ahora con frecuencia busca producir una obra, realizar una creación: construcción, dibujo...
- El nivel de atención y mantenimiento de ésta en una tarea va creciendo y se observa con frecuencia un gran interés por terminar lo que ha empezado; a menudo cuesta cambiarle de actividad y no le importa dejar otras actividades para terminar lo que ha iniciado.
- Le agradan los juegos de competencia que exigen atención, concentración, razonamiento, para ganar puntos, pero todavía tiene que estar dirigido por el adulto. Los niños a esta edad no consiguen organizarse entre ellos, en un juego colaborativo.
- El juego simbólico avanza, convirtiéndose en un juego elaborado y más planificado, aparecen los juegos de "papá" y "mamá" intercambiando papeles con otros niños, cocinitas, les gusta disfrazarse para hacer "como...si..."; "como si...una caja fuera un camión...).



EL NIÑO DE 5 A 6 AÑOS

Características generales

La representación va teniendo más consistencia, ésta está siempre basada en los esquemas de acción de edades anteriores, es decir en el conocimiento a través de la experiencia que ha tenido anteriormente. La representación empieza a ser social, las personas que le rodean empiezan a ser fuente de conocimiento y le enriquecen.

Su pensamiento más que lógico es intuitivo, aún está centrado en su propio punto de vista, pero empieza a tener en cuenta algún aspecto parcial del objeto de conocimiento y escucha con atención el punto de vista del otro, aunque todavía no lo incorpora del todo al suyo para relacionarlo, apareciendo así un nuevo proceso de pensamiento es decir la *Descentración* frente a la *Centración* de los 3 años.

Empieza a buscar otras soluciones ante sus errores, planteándose nuevas y diferentes soluciones.

Aumenta la capacidad de pensamiento divergente o posibilidad de pensar en diferentes soluciones a una misma situación.

Recuerda lo que pasó y anticipa lo que está por venir, es capaz de representarse el pasado y el futuro, se extiende en el tiempo.

Aumenta la percepción temporal, empieza a diferenciar entre las actividades que se hacen por la mañana y por la noche.

Su inteligencia aún no es lógica, pero empieza a utilizar formas (lógicas) en su pensamiento:

Aparece la planificación en la tarea, siendo capaz de mantener una pauta que responde a reglas (lógicas) de secuenciación. Empieza a tener más interés en la realización de la tarea, que en el producto final.

También inicia la comprensión y establecimiento de relaciones de vínculo, por ejemplo relación entre sus padres, tíos, abuelos...

Son mas realistas y menos espontáneos y fantásticos que a los 3 y 4 años.

Grandes avances en cuanto a conocimiento e interés por aprender.

Le gusta coleccionar, catalogar, relacionar...

DESARROLLO EVOLUTIVO

El niño a esta edad va desarrollando la capacidad de:

Desarrollo perceptual- razonamiento

CONCEPTOS BASICOS

Rombo
Ovalo
Claro
Oscuro
Tantos como
Cada
Casi
Varios
Pesado
Ligero
Dulce
Salado
Meses del año
Rápido
Lento
Siempre
Nunca

- Hacer rompecabezas de al menos 4-6 piezas (completo), sin apoyo visual, construyendo un todo.
- Copiar un triangulo con precisión en sus vértices.
- Contar cubos (de 10 a 20), sin necesidad de seguir el modelo del adulto.
- Saber cuántos cubos hay, no solo los cuenta sino que es capaz de hacer recuento y enumeración agrupando el número que le pedimos (dame tres - cinco...), es decir hace grupos numéricos.
- Discriminar mañana y tarde, estaciones del año y las actividades a realizar en cada momento.
- Ordenar objetos en secuencia de, grande-pequeño, alto-bajo, corto y largo... utilizando cada vez menos las estrategias de ensayo-error.
- Señalar mitades y objetos completos.
- Reconocer algunos ordinales: primero, segundo, tercero...
- Completar analogías opuestas, comprendiendo el concepto de contrario ante los conceptos básicos que ha aprendido.
- Responder a preguntas lógicas sencillas de hechos vividos y/o sobre relatos cortos.
- Completar un relato, poniéndole el final en el que emplea los elementos principales del relato y algunos detalles.
- Completar un laberinto simple, sin salirse de las calles, anticipando el camino a seguir y haciendo una visión global del laberinto.
- Nombrar la parte que falta en un dibujo de cierta complejidad.
- Reconocer errores en dibujos absurdos.
- Hacer construcciones, con cierta similitud al objeto real.

Atención – Memoria

- Identificar actividades pasadas y futuras y las relata con secuencia temporal.
- Decir el mes y el día de su cumpleaños.
- Nombrar los días de la semana en orden y sabe cuál viene antes y después.
- Repetir un cuento o relato corto que le hemos contado, contando algún detalle.

- Relatar una experiencia vivida con anterioridad con secuenciación temporal adecuada (lo que pasó primero, lo que pasó después...).
- Recuerda encargos de un día para otro.

El juego

Características del juego

- En general el juego está más elaborado que hasta el momento, en él se observan los avances a nivel de planificación y capacidad de secuenciación.
- Todavía el juego motor está muy presente en su actividad.
- Se empieza a interesar por los Juegos de reglas, siendo capaz de planificar la acción y respetando las normas del juego, que implican el abandono del egocentrismo:
 - los juegos de reglas arbitrarias en los cuales él se impone la regla y se subordina a ella.
 - los de reglas espontáneas (rápidos, inventados por el grupo de niños y olvidados enseguida) y
 - los verdaderos juegos reglados.
- A través del juego estimula su creatividad, y desarrolla capacidades que le permiten experimentar emociones placenteras como la alegría de crear (mientras realiza su creación) y la alegría del éxito (al terminar lo que se proponía).
- El juego simbólico ya no es sólo una mera representación de la realidad que vive o del entorno, sino que empieza a desarrollar la creatividad combinando situaciones y elementos de diferentes situaciones vividas.
- Puede empezar un juego un día y continuarlo al día siguiente, ideando nuevas posibilidades y/o ampliándolo en el tiempo.
- La actividad lúdica es fundamentalmente socializadora, busca amigos para jugar y disfruta con ellos o contrapone ideas y/o alternativas de juego. Ellos mismos empiezan a poner sus normas de juego.
- En los juegos aparecen verdaderos diálogos entre los componentes del grupo, tanto para planificar el juego como, una vez iniciado, para dar forma a éste.
- Desempeñan diferentes papeles en el grupo de juego, apareciendo ya la figura de "líder".

PAUTAS EDUCATIVAS

- Proporcionar materiales y juegos que permitan la experimentación y sobre los que pueda investigar buscando su mecanismo y diferentes posibilidades de uso, estimulando la creatividad del niño y valorando sus creaciones.
- Dar información al niño sobre los objetos, los espacios en los que se mueve de manera que los reconozca y aprenda su funcionalidad, sus atributos y propiedades.
- Partir de sus intereses, observando cómo pasa el tiempo y lo que más le gusta hacer, para poco a poco ir introduciendo actividades que queremos potenciar.
- Estimular al niño a reconocer diferentes sensaciones, texturas, temperaturas.
- Estimular la comprensión de pequeños relatos contados y /o situaciones vividas mediante preguntas al respecto de éstas.
- Potenciar la posibilidad de imitar acciones cotidianas, siguiendo su secuencia tanto en tiempo real como a través del juego simbólico.
- Aprovechar acciones cotidianas para favorecer su desarrollo cognitivo por ejemplo clasificar cubiertos, recoger juguetes cada pieza en su sitio, pares de zapatos, calcetines juntando los que sean iguales, repartir algo entre los miembros de la familia...
- Proporcionar al niño juegos de encajables, puzzles, piezas para clasificar, para hacer series.
- Potenciar la consecución de órdenes, por ejemplo mediante encargos, recados, ampliando la orden (2 acciones) y el tiempo entre la indicación y la realización.
- Conocer los conceptos que se están trabajando en el aula y reforzar con información o mensajes en los que se introducen estos conceptos.

Actividades favorecedoras del desarrollo cognitivo.

RAZONAMIENTO

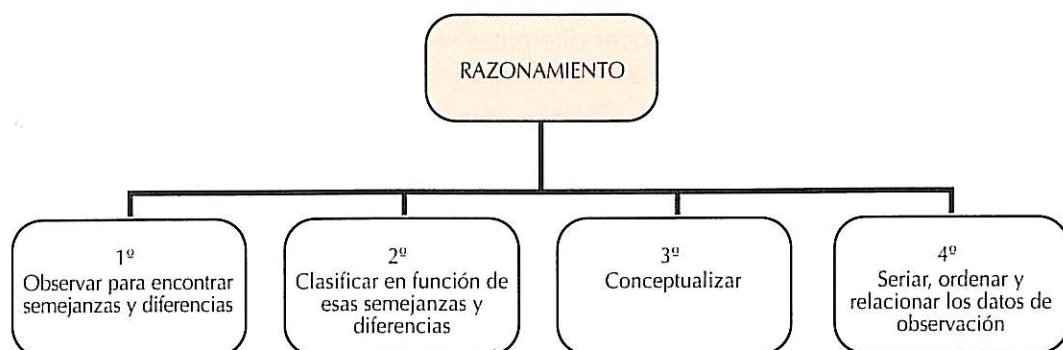
- En los ejercicios favorecedores de la Discriminación Perceptiva y el Razonamiento, en esta etapa, se usan como variables más básicas las

siguientes: El Tamaño, La forma, El color, El número o Cantidad y la Posición en el espacio y Orientación temporal.

- Estas actividades son favorecedoras también de la interiorización de los conceptos básicos que se trabajan en Educación Infantil, ya que fundamentalmente se basan en ellos, en función de los que va aprendiendo según la edad del niño.

Las actividades que podemos proponer para desarrollar los procesos de Razonamiento propios de esta etapa son:

Pasos para que se de un buen razonamiento



Observar – Comparar

- Encontrar semejanzas y diferencias entre los objetos, como paso previo a la clasificación.
- Asociar objetos por una variable: el mismo tamaño, la misma forma, el mismo color.
- Comparar tamaños, colores o formas diferentes entre sí (largo-corto; pequeño-grande-colores; más...que; tan...como).
- Encontrar semejanzas y diferencias en personas del entorno: rubios, morenos, altos, bajos, gordos, flacos...
- Encontrar elementos iguales o semejantes entre dos dibujos aparentemente distintos: ejemplo, en una lámina con una manzana como modelo... buscamos todas las que haya iguales que las del modelo.
- Encontrar diferencias entre dos dibujos aparentemente iguales: al contrario buscamos las que sean distintas ante dibujos que representan una situación aparentemente igual, buscar las diferencias (errores).
- Unir símbolos iguales (letras, números...).

- Discriminar, unir o separar símbolos por alguna característica común.
- Buscar el símbolo diferente a los demás...,entre un grupo de símbolos aparentemente iguales.

Clasificar

Es una de las operaciones lógicas más importantes, que se adquiere una vez que se interioriza la comparación de semejanzas y diferencias.

- Agrupar juguetes u objetos por sus características: coches con coches; muñecos con muñecos.
- Agrupar teniendo en cuenta una, dos o tres características por separado o combinadas: color, forma, tamaño, Ejemplo: agrupar y nombrar elementos del mismo color o tamaño / Separar todos los elementos rojos o gordos ...eligiendo entre muchos de diferentes colores y tamaños o espesores....
- Decir la categoría o clase adecuada al mostrarle algún elemento de los que la integran: perro-animal; manzana-alimento o para comer;....
- Enumerar elementos cuando le nombramos una categoría Ejemplo: dime todos los medios de transporte que conozcas; o todos los muebles, o utensilios para el colegio...
- Separar los elementos entre varios que tienen la misma categoría: largos, rojos, ligeros...y su contrario...
- Agrupar por más de una categoría: círculos-grandes; triángulos-pequeños... círculos - grandes-rojos... aumentando poco a poco el número de variables.
- Clasificar de forma progresiva los elementos: de grande a pequeño; de más elementos a menos....

Relacionar

Encontrar principios de relación entre dibujos, objetos, personas o situaciones:

- Buscar objetos, piezas semejantes en su forma, color, tamaño, posición en el espacio.
- Unir objetos por categoría Ejemplo: le presentamos al niño varios objetos o un dibujo y le pedimos que nos indique los que:
 - sirven para lo mismo;
 - están hechos del mismo material;
 - propios de una situación determinada (ciudad, campo, cocina, colegio...);

- Unir objetos o dibujos que tienen alguna relación Ej.: el lapicero-con el estuche; la casa del perro-con el perro...
- Buscar el objeto o dibujo que no tiene relación con los que están a su lado.

Seriar

Es una operación más compleja que la clasificación y consiste en observar y encontrar la regla que rige entre un conjunto de cosas relacionadas entre sí y que se suceden unas a otras de forma continuada.

Inicialmente es aconsejable hacer las series con objetos reales y posteriormente realizarlas con diferentes elementos y materiales, dibujarlas, con gomets, con piezas que combinen distintas características (piezas de construcción).

- Realizar series de objetos diferentes: pelota-aro, pelota-aro, pelota - aro....
Le pedimos al niño que haga una fila alternando los objetos que le indicamos.
- Hacer series de gomets por sus características: color, forma, tamaño (rojo-verde; rojo-verde.../ redondo-cuadrado; redondo-cuadrado---/ grande-pequeño-mediano; grande-pequeño-mediano....
- Realizar series combinando dos o más elementos diferentes de forma, color: Por ejemplo: círculo rojo- cuadrado verde; círculo rojo-cuadrado verde.... / o tamaño, forma: cuadrado grande-triángulo pequeño-cuadrado grande-triángulo pequeño----/ y más adelante combinando forma, color y tamaño: redondo amarillo pequeño- cuadrado azul grande; redondo amarillo pequeño-cuadrado azul grande....
- Series con símbolos (números, letras...).
- Ante una serie hecha , podemos pedirle al niño que intercale los elementos que faltan.

Ordenar

Manteniendo una secuencia:

- Ordenar según el tamaño de grande a pequeño por ejemplo o viceversa.
- Ordenar en función de su posición (primero, segundo, tercero...).
- Ordenar viñetas con imágenes que representan una historia corta (orden temporal). El número de viñetas y amplitud de la historieta irá variando en función de la edad del niño.

ATENCIÓN

En primer lugar para que la atención sea adecuada es necesario que el niño cumpla las **normas básicas atencionales**:

- Dirigir la mirada hacia el objeto o persona de atención.
- Atender de forma activa, focalizando la atención en la actividad que se realiza, manteniendo durante el tiempo necesario para dar por finalizada la actividad.

Algunos aspectos que favorecen el mantenimiento de la atención son:

- Iniciar y terminar siempre lo que se empieza. La magnitud de la tarea de mantenimiento de la atención variará en función de la edad del niño y es el adulto quien marcará la duración.
- Verbalizar lo que se está haciendo, al principio oralmente diciéndolo en alto y poco a poco mentalmente, acostumbrando al niño a que se haga y se conteste a estas preguntas... ¿Qué tengo que hacer?... ¿Qué necesito para hacerlo?... ¿Cómo lo voy a hacer?.
- Tener expectativas de éxito. Motivar y reforzar hacia la tarea, intentando acabar con éxito, de lo contrario, si siempre se acaba sin éxito la expectativa de mantenimiento de la atención disminuye.

Todas las actividades señaladas anteriormente potencian el centraje y mantenimiento de la Atención; además proponemos:

- Juegos de imitación, de canciones, de gestos, de actividades que se dan cotidianamente...
- Buscar errores en un dibujo.
- Buscar dibujos escondidos en un fondo.
- Terminar un dibujo, completando las partes que le faltan.
- Encontrar los pequeños detalles que faltan en un dibujo....
- Completar un todo con partes de éste: puzzles, rompecabezas...

MEMORIA

De la misma manera que indicamos en el apartado de atención y dado que el desarrollo cognitivo es global, todas las actividades mencionadas favorecen también la memoria, pero indicamos a continuación algunas específicamente memorísticas:

Operaciones o procesos mnésicos básicos:

- Reconocer objetos habituales del entorno en el que se mueve.
- Recordar nombres diferentes de objetos o personas: Los compañeros de la clase, el nombre de los familiares; los juguetes que hay en la clase.
- Recordar cosas que se han visto y asociarlas cuando se ve algo parecido (relacionar).
- Repetir modelos, aumentando progresivamente la distancia entre la presentación del modelo y momento de repetirlo. Ejemplo: cuando le presentamos objetos o dibujos, pedirle que los mire unos segundos antes de taparlos y después animarle a que los nombre. Tanto los objetos que le enseñamos como el tiempo de exposición irá aumentando o disminuyendo progresivamente.
- Recordar experiencias vividas y evocarlas con secuencia de tiempo y progresión.
- Recordar encargos de un día para otro.
- Recordar canciones, retahílas, versos, cuentos...

SÍNTOMAS DE ALARMA

En este apartado tratamos de hacer una relación de pautas de alarma que a grandes rasgos serían indicativas de posibles alteraciones en el desarrollo, si bien éstas pueden estar referidas al desarrollo general o al desarrollo en algún aspecto muy concreto de la evolución del niño. En cualquier caso, las pautas que se indican no son decisorias, sino orientativas, por lo que la determinación de la posible alteración sería propia del trabajo de un especialista.

Dificultades de autopercepción y reconocimiento: el niño tiene dificultades para reconocerse por su nombre, no se identifica o señala cuando lo nombramos, no responde socialmente cuando le llamamos y parece ausente (ver desarrollo social).

DESARROLLO PERCEPTUAL - RAZONAMIENTO

Dificultades perceptivas: El niño no es capaz de interpretar los estímulos sensoriales (visual, auditivo, táctil, olfativo) y tiene dificultades para discriminar e identificar estos estímulos, aunque no se observa ninguna alteración en los órganos sensoriales. Tiene dificultades para absorber la información que le llega por los sentidos, codificarla y responder a ella.

Ejemplo:

- El niño/a no es capaz de identificar objetos en una lámina que representa una situación conocida (3 años).
- Dificultad para agrupar colores y/o formas o copiar trazos o figuras muy sencillas (redondo, cuadrados) (4 años).
- Dificultad para agrupar símbolos, con modelo (5 años).

Dificultades para comprender: Se observa una respuesta retardada ante las instrucciones que se le dan, "siempre adecuadas a su edad". Durante toda la etapa necesita mediación o ayuda para ejecutar lo que se le pide, es decir, necesita apoyo para comprender las órdenes o instrucciones, por medio de gestos que acompañan a la instrucción verbal o bien necesita un modelo inicial para realizar la acción.

Ejemplos:

- Dificultad en la comprensión de órdenes de acción con objetos Ej.: "coge el cuento" o "dame el cuento, y la muñeca" (3 años).
- Dificultad en la interiorización de conceptos como: los colores básicos y tamaños (4 años).
- Dificultad en la comprensión de instrucciones de dos acciones Ej.: coge el libro y déjalo en la mesa (4 años) o encargos muy cortos (5 años).

Dificultades para realizar actividades de comparación y asociación: Conoce e identifica objetos y personas aisladas, pero no establece relaciones de igualdad, semejanza o diferencia entre ellas.

En la realización de estas actividades no se observa estrategias de establecimiento de relaciones como la estrategia de ensayo-error o el barrido perceptivo global de una imagen, objeto o situación para interpretarla.

Ejemplos:

- No es capaz de asociar imágenes a objetos, sabe identificar cada cosa por separado, pero no es capaz de establecer una relación entre ellos (3 años). Ejemplo, no es capaz de unir la cuchara real con el dibujo de la cuchara.
- Dificultades para realizar asociaciones siguiendo un criterio de funcionalidad o de categoría (identifica imágenes y/o objetos pero no los relaciona por categoría o atributo) (4 años).
- No completa un todo, o dificultades para construir un puzzle de dos – cuatro piezas (5 años).

Dificultades para clasificar: Reconoce los objetos por separado y sabe sus características, pero no es capaz de encontrar la variable esencial que los une para establecer una clase que los una.

Ejemplos:

- No reparte los juguetes, diferenciando por ejemplo piezas de construcción y encajables de un puzzle (3 años).
- No clasifica piezas por su forma (4 años).
- No clasifica por tamaño de mayor a menor (5 años).

Dificultades para establecer una secuencia: Realiza acciones aisladas sobre los objetos, pero no se observa una secuencia de acciones con sentido completo. Al final de la etapa no tiene sentido de temporalidad.

Ejemplos:

- Inicia juegos pero no se observan acciones consecutivas referidas a éste.
- No realiza una serie y no sabe cuál va antes y después siguiendo un modelo (4 años).
- No diferencia entre lo que se hace por la mañana y por la noche (5 años).

ATENCIÓN

Dificultades en el centraje y mantenimiento de la atención:

- Pasa intermitentemente de un juego a otro sin realizar un juego concreto sobre ningún juguete o sin un objetivo concreto.
- El niño no discrimina entre los estímulos esenciales y los menos importantes, dirigiendo su atención a todos ellos de forma indiscriminada.
- No mira los materiales o juguetes sobre los que está actuando.
- Empieza pero no termina ninguna actividad.

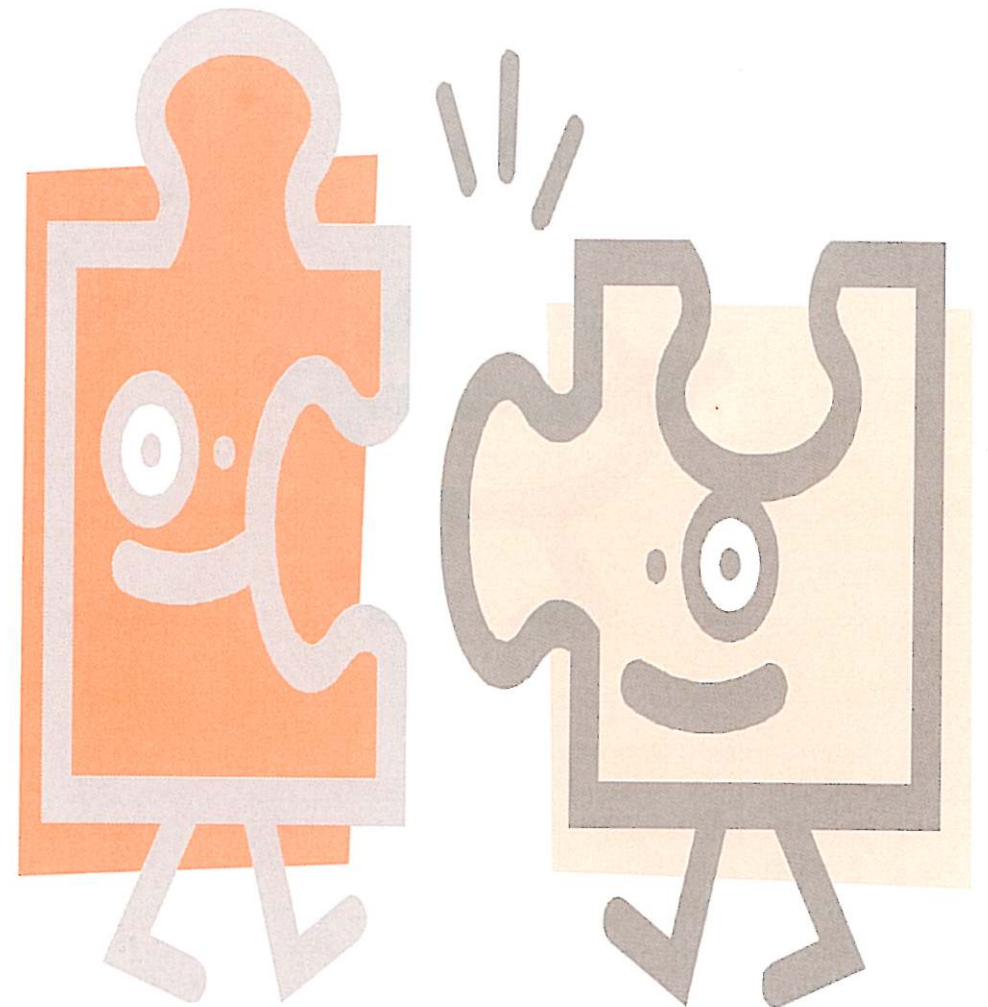
MEMORIA

Dificultades para recordar lo que se le pide que haga en una determinada actividad.

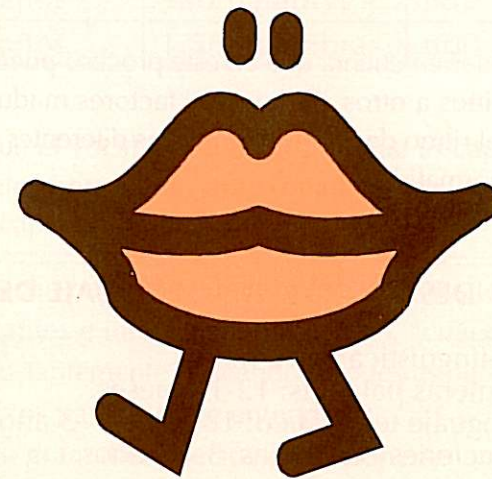
Dificultades para codificar la información y mantener la representación mental de un contenido, para repetirlo.

Ejemplo:

- No ejecuta una orden dos veces consecutivas (3 años).
- No sigue órdenes de dos acciones (4 años).
- No aprende canciones y pequeñas frases (5 años).



COMUNICACIÓN Y LENGUAJE



EL NIÑO DE 3 A 4 AÑOS

INTRODUCCIÓN

La expresión oral es una capacidad específica del ser humano y una de las necesidades vitales del niño a lo largo de su desarrollo evolutivo. Incorporarse de forma adecuada al desarrollo del lenguaje le va a facilitar la adaptación progresiva al mundo que le rodea y la manifestación de su afectividad a las personas del entorno más próximo.

La adquisición del lenguaje forma parte de un proceso evolutivo por el que pasan todos los niños superando diferentes etapas cronológicas en las que van adquiriendo habilidades lingüísticas que les facilitarán el intercambio comunicativo con los iguales y con los adultos, potenciando su capacidad de relación social.

Es importante tener en cuenta que en este proceso **pueden existir variaciones individuales** de unos niños a otros, ya que hay factores madurativos y ambientales que pueden modificar el ritmo de adquisición de las diferentes etapas, dentro de unos marcos razonables de normalidad.

ETAPAS DEL DESARROLLO DEL LENGUAJE DE 0-6 AÑOS

- Prelingüística: 0-12 meses.
- Primeras palabras: 12-18 meses.
- Lenguaje telegráfico: 18 meses – 3 años.
- Oraciones complejas: 3 – 6 años.

El niño de esta etapa evolutiva es un ser con un gran potencial comunicativo, pero al que le falta todavía mucho camino por recorrer hasta finalizar, alrededor de los seis años, el aprendizaje básico de las estructuras del lenguaje.

Ahora, nos disponemos a recorrer juntos ese camino...

A partir de los tres años y hasta el final de los cuatro, se produce un gran desarrollo en la capacidad expresiva del niño. El lenguaje es una herramienta que le sirve para aumentar sus posibilidades comunicativas y de relación social, pero...

¿Cómo habla un niño de esta edad?

- Su lenguaje oral se manifiesta con un nivel aceptable de comprensibilidad para los adultos que le rodean habitualmente aunque sus expresiones son, todavía, muy inmaduras.
- Es capaz de decir muchas cosas y le encanta practicar con el lenguaje.
- El vocabulario expresivo ha aumentado de forma considerable respecto a las etapas anteriores. Ahora dispone de un buen repertorio de palabras que puede combinar para formar frases cada vez más largas y complejas.

Edad	Nº de Palabras	Crecimiento
12 meses	1 palabra	0
18 meses	20 palabras	19
2 años	250 palabras	230
3 años	900 palabras	650
4 años	1.500 palabras	600

* Se estima que el vocabulario expresivo que es capaz de producir un niño en estas edades suele representar, aproximadamente, la mitad del vocabulario comprensivo que es capaz de entender.

- Les gusta mucho hacer preguntas sobre diversos temas. Este es el período de los constantes e interminables “cómo”, “cuándo” y “por qué...”.
- Pregunta constantemente buscando respuestas para todo, haciendo verdaderos esfuerzos para hacerse entender.
- La estructura gramatical de sus expresiones es muy sencilla, pero se va haciendo cada vez más compleja al incorporar nuevos elementos.
- Es capaz de pronunciar con cierta facilidad sonidos que antes le resultaban imposibles y empieza a ensayar otros más complejos que todavía no es capaz de articular correctamente. (ver cuadros de desarrollo fonético).
- Esta es la etapa de la “lengua de trapo”. El niño intenta pronunciar sonidos para los que todavía no tiene la madurez articularia adecuada, produciendo palabras distorsionadas, que pueden resultar graciosas a los oyentes, al omitir o cambiar los sonidos más complejos.

Sonidos que son capaces de articular los niños según la edad:

DESARROLLO FONÉTICO DE 0 A 3 AÑOS

- **Nasales:** M-N-Ñ
- **Oclusivos:** P-T-K-B
- **Fricativo:** J.
- **Líquido:** L.
- **y todas las vocales.**

DESARROLLO FONÉTICO DE 3 A 4 AÑOS

- **Africada:** CH
- **Oclusivos:** D-G
- **Fricativo:** F.
- **Vibrante intervocálica:** R.

EL NIÑO DE 4 A 5 AÑOS

INTRODUCCIÓN

Nos encontramos en una etapa evolutiva de afianzamiento y consolidación de los aprendizajes lingüísticos realizados en el periodo anterior, así como de adquisición de algunas de las estructuras más importantes del desarrollo del lenguaje, aunque su desarrollo continuará durante toda la vida.

Es éste el momento en el que se va a producir un abandono progresivo de las estructuras elementales del lenguaje infantil y de su vocabulario específico, siendo sustituidas progresivamente por construcciones cada vez más cercanas a lo que entendemos por lenguaje adulto.

La expresión oral se va a hacer más rica en matices debido al aumento significativo de vocabulario. La estructura de las frases se va a hacer más compleja al incorporar mayor número de elementos gramaticales. La capacidad comunicativa se ve potenciada al disponer de más elementos favorecedores del intercambio social entre iguales y con los adultos.

Van a aparecer nuevas experiencias, en la escuela, con los amigos, la lectura de pequeños textos, el cine y la televisión, las lenguas extranjeras... Todos ellos proporcionan gran variedad de conocimientos y nuevos modelos de uso del lenguaje.

El inicio de los aprendizajes básicos de la lectura y la escritura van a facilitar el acceso a nuevas formas de lenguaje, que enriquecerán cada vez más el bagaje lingüístico adquirido hasta el momento. Estamos a las puertas del último peldaño que hay que subir en la escalera evolutiva para llegar al final del aprendizaje básico de las estructuras fundamentales del lenguaje infantil.

¿Cómo habla un niño de esta edad?

El desarrollo del lenguaje adquirido le permite entender y hacerse entender con cierta facilidad, manifestándose como una función claramente social. La expresión oral suele ser fluida y abundante, convirtiendo al niño en un pequeño parlanchín que aborda cualquier tema, pregunta continuamente con tal de dialogar, de ser aceptado socialmente y, en ocasiones, para llamar la atención.

Las siguientes características, son las más relevantes de este periodo:

Organización fonética:

- Tiene una discriminación auditiva más evolucionada que le va a permitir aprender fonemas mucho más complejos.
- Ahora puede realizar secuencias fonéticas relativamente complicadas, por lo que empiezan a aparecer en su vocabulario palabras de difícil articulación.
- Tiende a eliminar gran parte de las omisiones que se realizaban con los fonemas más difíciles de producir: desaparece la "lengua de trapo".
- Se produce un aumento de la atención auditiva, lo cual le permitirá realizar pequeñas prosodias (entonaciones) y juegos fonéticos cortos (trabalenguas, retahílas, acertijos...) que desarrollarán su capacidad de reproducción fonética.
- Está preparado para hacer, y le gustan, los juegos de motricidad buco-facial con la lengua, los labios etc.
- Aparecen nuevos fonemas en sus emisiones orales. Empieza a articular sonidos que antes le resultaban imposibles:

DESARROLLO FONÉTICO DE 4 A 6 AÑOS

- **Vibrante múltiple:** R.
- **Fricativos:** S-Z.
- **Grupos consonánticos:** C+R , C+L.
- LL-Y

Organización semántica :

- Le gusta realizar denominaciones descriptivas a partir de gráficos, láminas, cuentos, murales etc., activando la gran cantidad de vocabulario adquirido:

Edad	Nº de Palabras	Crecimiento
4 años	1.500 palabras	600
5 años	2.000 palabras	500

- Asimismo, cada vez es más frecuente que aparezcan, de forma fluida, denominaciones con lenguaje oral en situaciones de exposición de acontecimientos, contar experiencias, descripción de detalles etc.
- Disfruta con los juegos lingüísticos creativos que le permiten investigar y jugar con el lenguaje: adivinanzas, inventar palabras nuevas, decir palabras difíciles, aprender poesías, canciones, etc.

- Este es el período de la locuacidad. Pregunta y habla incesantemente.
- Interroga a los adultos sin cesar, sobre lo que ve y sobre lo que imagina.
- Disfruta hablando por teléfono.

Organización morfosintáctica.

- Forma frases largas, aunque a veces confunde el uso de las palabras.
- Construye frases en situaciones de comunicación activa.
- Las frases comienzan a hacerse gramaticalmente más complejas, aunque no suelen llevar más de una preposición.
- Puede comunicar sus deseos y necesidades utilizando frases más o menos bien estructuradas.

EL NIÑO DE 5 A 6 AÑOS

INTRODUCCIÓN

Hemos llegado a la etapa final del desarrollo de las **estructuras básicas** del lenguaje infantil. A partir de este momento, se consolidarán todos los aprendizajes realizados y se irán perfeccionando otros aspectos más complejos que evolutivamente tienen un desarrollo más tardío.

En este periodo se van a culminar toda una serie de aprendizajes lingüísticos que permitirán al niño establecer de forma fluida y espontánea una comunicación oral con los que le rodean.

Sus expresiones se han ido alejando cada vez más del lenguaje infantil de las etapas anteriores, para aproximarse de forma progresiva a las estructuras lingüísticas de los adultos.

Al terminar este periodo su competencia lingüística y comunicativa en general, le permitirá estar en condiciones de manifestar sus deseos y sus opiniones de forma clara e inteligible para las personas que conviven en su entorno próximo (familia, escuela, amigos etc.).

¿Cómo habla un niño de esta edad?

- Su capacidad expresiva oral se ha ido fortaleciendo de forma significativa. El aumento considerable de vocabulario que ha ido acumulando durante todos estos años, le permite ahora expresarse con mayor cantidad de matices enriqueciendo y alargando sus expresiones:

Edad	Nº de Palabras	Crecimiento
5 años	2.000 palabras	500
6 años	2.600 palabras	600

- Sus enunciados son perfectamente comprensibles para los interlocutores, con independencia del contexto en el que se produzcan y de la relación que tengan con las personas con las que se comuniquen.
- Puede juntar de seis a ocho palabras en una frase, siendo capaz de hacer frases más extensas y más complejas que antes, en las que además aparecerán vocablos referidos a gran variedad de campos semánticos.
- Es capaz de unir varias frases siguiendo el hilo conductor de un tema determinado. Por lo que está en condiciones de realizar un discurso más o menos largo, si así lo desea.
- Desde el punto de vista gramatical, las frases suelen estar bien estructuradas a pesar del aumento de elementos que se incorporan y de la complejidad creciente de las mismas.
- Se interesa por el significado de las nuevas palabras aprendidas, escuchadas o leídas en pequeños textos, en cuentos infantiles etc.
- Le gusta escucharse a sí mismo, experimentar con las palabras, aprender poesías, refranes, trabalenguas etc. para luego decirlos en público y demostrar sus nuevas habilidades lingüísticas.
- En sus enunciados empiezan a aparecer cada vez con más frecuencia expresiones propias de los adultos. La gran capacidad de imitación que tiene en estos momentos, se ve plasmada en su forma de hablar, incorporando palabras y expresiones que oye en su entorno más próximo. (¡Cuidado!)
- La espontaneidad y la originalidad propias de esta edad, se ven reflejadas en sus expresiones y en los comentarios que hace de forma natural.
- El desarrollo motriz general alcanzado en estas edades, le permite una buena movilidad de los órganos fonadores (lengua, paladar, labios, dientes etc.) facilitando la articulación correcta de aquellos sonidos que hasta este momento le resultaban muy difíciles de ejecutar.

Desarrollo fonético

DESARROLLO FONÉTICO DE 4 A 6 AÑOS

- **Vibrante múltiple:** R.
- **Fricativos:** S-Z.
- **Grupos consonánticos:** C+R , C+L.
- LL-Y

* **c+r** = consonante más R (“prado”) * **c+l** = consonante más L (“clavo”)

- A los seis años de edad, aproximadamente, el desarrollo fonético se ha completado. Los fonemas que evolutivamente son más complejos, y por tanto más tardíos en aparecer en el lenguaje infantil, han sido adquiridos prácticamente todos (ver cuadro de desarrollo fonético).
- Algunos niños tienen ciertas dificultades y les puede resultar particularmente difícil la pronunciación correcta de la “terrible R” (vibrante múltiple), y pueden estar terminando de realizar el aprendizaje de este fonema en sus distintas posiciones, ya sea como inicial de palabra, acompañando a una consonante etc.

CÓMO HABLAR A SU HIJO PARA FAVORECER UN DESARROLLO ADECUADO DEL LENGUAJE.

- Hable Siempre **DESPACIO Y CLARO**, sin precipitación ni nerviosismo.
- Traten de hablar siempre **DE FRENTE** y a una distancia prudencialmente corta.
- Hablarle desde lejos y cuando nos está dando la espalda **NO** sirve de nada, ya que al no vernos no puede imitar nuestras vocalizaciones.
- Siempre que se dirija al niño, trate de utilizar un **VOCABULARIO FAMILIAR**, con palabras conocidas, referidas a objetos y personas de su entorno cotidiano.
- Hable **CON SU HIJO** siempre que tenga ocasión. No escatime esfuerzos, aunque le pueda parecer que el niño no está comprendiendo. Es fundamental que le hablemos.
- No utilice expresiones sofisticadas o muy rebuscadas, trate de **HABLAR DE FORMA SENCILLA**, con frases cortas y comprensibles para el niño.
- Se trata de hablar **CON** el niño, deben participar ambos en el diálogo.
- Déle a su hijo la **OPORTUNIDAD DE EXPRESARSE**, aunque todavía no se entienda mucho lo que dice.
- **NO** realice **CORRECCIONES DIRECTAS** cuando el niño diga mal alguna palabra.
- Hágalo de forma **INDIRECTA**, repitiendo correctamente y de forma natural, la palabra que acaba de decir. De esta manera evitaremos la frustración y el complejo que podría tener el niño debido a su forma de hablar.

RECOMENDACIONES GENERALES PARA ESTIMULAR Y FAVORECER EL DESARROLLO DE LA COMUNICACIÓN Y DEL LENGUAJE INFANTIL.

- El lenguaje es una facultad que no se desarrolla por sí sola. El niño debe aprender a hablar de forma natural, en la medida en que interactúa con el entorno social.
- Nuestra intervención en la actividad comunicativa del niño debe enriquecerla, dándole ideas, sugiriéndole otras alternativas o participando de sus iniciativas.
- Nuestros mensajes verbales deben ser lo menos directivos posibles, para favorecer el incremento de las intervenciones del niño.

Es esencial para la adquisición del lenguaje una **actitud comunicativa positiva** y estimulante más que el nivel lingüístico del entorno en el que se produce.

- El ambiente en el que se lleve a cabo la comunicación debe ser motivador para el niño y para el adulto.
- El niño va construyendo el lenguaje de manera activa y necesita que pongamos a su alcance todos los medios para que lo consiga.
- En ocasiones, es importante identificar tanto las conductas verbales como las no verbales del niño, para poder introducir respuestas que favorezcan la comunicación haciéndola más fluida.
- Debemos **crear situaciones comunicativas** buscando momentos, espacios, lugares en los que compartir juegos, experiencias, sentimientos y todo tipo de actividades que favorezcan la conducta comunicativa del niño:
 - podemos utilizar objetos caseros de la vida cotidiana.
 - Juguetes del propio niño.
 - Libros de imágenes, cuentos, fotografías etc.
 - Pasear charlando, describiendo lo que vemos...
 - Escuchar e inventar canciones juntos.
 - Jugar al veo-veo, a decir retahílas, poesías etc.
 - Fomentar la interacción.

Tenemos que **ajustar nuestro lenguaje** cuando nos comunicamos con el niño:

- Adecuar el tamaño y la dificultad de los mensajes a su edad.
- Utilizar frases simples pero bien estructuradas.
- Evitar los enunciados desordenados.
- Adoptar una actitud positiva frente al niño, felicitándole por sus progresos.
- Aprender a respetar el turno de palabra.
- No responder por él, dejar que se exprese sin miedo, con naturalidad.

ACTIVIDADES FAVORECEDORAS DEL DESARROLLO DEL LENGUAJE

Recomendaciones Generales

No canse al niño con los ejercicios, respete sus necesidades y sus demandas.

Trabaje jugando. El niño no debe percibir los ejercicios como un sacrificio o como un castigo por hablar mal.

Refuerce a su hijo de forma positiva cuando consiga hacer bien alguno de los ejercicios propuestos: sonreírle, hacerle una caricia, darle un caramelo, darle un beso... suele dar buen resultado.

No esté más de **20 minutos** con el niño en cada una de las sesiones. Emplear más tiempo podría cansarlos a ambos.

Marque con una cruz cada uno de los ejercicios que consiga realizar bien el niño para hacer un seguimiento adecuado de los progresos que se consigan.

Si un ejercicio resulta muy difícil para usted o para el niño no insista demasiado en su realización, cambie de actividad; tiene muchos ejercicios donde elegir.

No se desanime si fracasa en algún intento es un trabajo que **requiere tiempo** y buena dosis de **paciencia**.

Antes de aplicar el programa es conveniente que lo lean entero, para tener una visión de conjunto de todos los ejercicios propuestos. Una vez leído y comprendido podemos empezar a trabajar con la calma y tranquilidad que este trabajo requiere.

¡¡ ADELANTE: USTEDEDES PUEDEN CONSEGUIRLO!!

Ejercicios con la lengua:

Debemos intentar que los niños descubran la movilidad de la lengua por medio de ejercicios que les resulten divertidos.

- Doblar la lengua hacia atrás.
- Doblar la lengua hacia delante.
- Intentar tocar con la lengua la barbilla y la nariz.
- Tocar el centro de los labios con la punta de la lengua.
- Empujar en los incisivos superiores e inferiores hacia fuera.
- Pasar la punta de lengua por los labios en redondo de derecha a izquierda y de izquierda a derecha.
- Chupar con la punta de la lengua un chupa chups, piruleta, etc.
- Hacer como un caballo al trote, al galope.
- Decir adiós con la lengua moviéndola de derecha a izquierda.

Puede resultar muy útil, presentar a la lengua como un personaje de un cuento: "la señora lengua" que sale de su casa, entra, saluda, dice adiós, salta etc.

Cuento de "la señora lengua"

La señora lengua se levanta por la mañana y se estira (1). Se asoma un poquito a la ventana (2). Y como hace sol, la abre del todo y se asoma (3). Mira hacia el cielo y después a la calle, que está muy limpia (4). Se decide a salir de paseo y sale a llamar a sus vecinas que viven en los pisos de arriba y de abajo (5). Se van al parque saltando contentas (6) y cruzan la calle mirando a izquierda y derecha con cuidado y nos dicen adiós.

- Movimientos dentro de la boca, sin abrir o abriéndola, extenderla en todas las direcciones. (1)
- Enseñar y esconder la lengua entre los labios, asomándola un poco. (2)
- Extender la lengua sin apoyo en horizontal. (3)
- Extender la lengua hacia la nariz y la barbilla alternativamente. (4)
- Pasar la punta de la lengua por las arcadas dentarias superior e inferior. (5)
- Mover la lengua de derecha a izquierda despacio y luego más rápido para decir adiós imitando al movimiento de la mano. (6)

Este ejercicio les gusta mucho a los niños y resulta más fácil de lo que parece, aunque debe realizarse según las posibilidades del niño: edad, nivel de comprensión, capacidad motriz etc.

El cuento se puede grabar dejando pausas de tiempo suficiente para realizar los movimientos con la lengua.

Ejercicios con los labios:

- Con los labios juntos impedir que pase un dedo.
- Beber zumo, leche, agua etc. con una pajita.
- Teclear con los dedos en los labios del niño.
- Hacer pequeñas explosiones con los carrillos hinchados.
- Atrapar objetos con los labios.
- Apretar y aflojar los labios.
- Sonreír, ponerse serios, dar besos.
- Realizar vibraciones imitando sonidos: la moto, el timbre etc.

Ejercicios de soplo:

Intentaremos potenciar las prácticas del soplo como aspecto fundamental del habla y mejorar con ello la capacidad de emisión oral y respiratoria.

- Soplar en todas las direcciones: el flequillo, la barbilla, la oreja derecha, la oreja izquierda.
- Tocar el silbato.
- Soplar con tubos.
- Soplar fuerte-suave en la mano del adulto y en la propia.
- Soplar confetis, macarrones, fideos.
- Hacer carreras con bolitas de papel soplando con pajitas.
- Conducir algodones, bolitas de papel.
- Hacer burbujas en el agua suave-fuerte con pajitas.
- Hacer pompas de jabón en el aire.

Ejercicios de audición:

Para educar el oído potenciando la recepción y asociación de todo tipo de sonidos a fin de facilitar la discriminación fonética imprescindible para la pronunciación correcta del lenguaje.

Tomar conciencia de las situaciones y objetos que producen sonido.

- 1.- Los objetos producen sonido:
 - cuando caen al suelo (llaves, monedas...).
 - cuando chocan entre ellos: tapadera, canicas, piedras.

- cuando los arrastro: sillas, un juguete...
- cuando soplo sobre ellos: pito, flauta, molinillo...

2.- Mi cuerpo produce sonidos:

- cuando hablo, grito, canto, lloro, río.
- cuando corro, pataleo, ando salto.
- Cuando aplaudo, golpeo, toso, bostezo.

3.- Los animales producen sonidos:

- la vaca dice: muuu.
- el pollito dice: pío pío.
- el perro dice: guau.
- la gallo dice Ki-ki-ri-ki.
- el gato dice: miau.
- El pato dice: cuá-cuá.
- La oveja dice: beee-beee.

4.- Los instrumentos musicales producen sonidos:

- El tambor: pom-pom.
- La trompeta: tu-tu-tu.
- Los platillos: chin-chin.

5.- Hay ruidos en mi casa:

- El timbre: ring, ring.
- La puerta: plom.
- La lavadora, la cafetera, la olla, el despertador, el agua del grifo...

6.- Hay ruidos en la calle:

- Los coches y motos: brrr.
- Las sirenas: ia ia ia.
- Las campanas: tolón-tolón-tolón.
- El pitido del guardia: piiiii.
- El viento: uuuuuu.
- La lluvia: chap, chap.

Descubrir posibilidades sonoras.

1.- Yo busco sonidos:

- Con un globo: deajo salir el aire poco a poco, lo pellizco, lo suelto cuando está muy hinchado...

- Con las canicas: las agito en un plato, en un vaso de cristal, de plástico, las deajo rodar por el suelo.
- Con la boca: chasqueo con la lengua, vibro la punta, silbo, seseo etc.

2.- Yo siento el sonido:

- En mi cuerpo: en la garganta, en las mejillas, en el pecho...
- En el de los demás: en su garganta, en su pecho, espalda...
- En las cosas: en un altavoz, en la lavadora, en un globo, al mover un papel fino...

Actividades auditivas sugeridas a nivel general:

- Oír música, bailar, cantar etc.
- Nombrar objetos sonoros de la casa, de la calle.
- Dibujarlos y pintarlos.
- Buscar objetos sonoros en revistas, libros etc.
- Decir sonidos agradables, que nos gustan.
- Decir sonidos desagradables, que no nos gustan.
- Con un objeto cotidiano (p.ej. una cuchara) explorar las posibilidades de producir sonido golpeando sobre madera, papel, metal etc.

Si se dispone de algún instrumento musical, se puede utilizar para dejar que el niño lo manipule e investigue sus posibilidades sonoras, descubra sonidos nuevos etc.

SÍNTOMAS DE ALARMA

Será motivo de consulta al especialista si observamos **varias** de estas situaciones:

- **No realiza** correctamente **la mayoría** de los sonidos del sistema fonológico propios de su edad evolutiva (ver desarrollo fonético).
- Su habla no es **inteligible**, al menos, en el 80% de sus emisiones orales resultando prácticamente incomprensible para los que le rodean.
- Recurre **excesivamente** al lenguaje gestual para hacerse entender.
- Usa únicamente oraciones de tres palabras o menos.
- **Omisión de** verbos, preposiciones, pronombres o artículos en sus enunciados, lo que le impide describir acciones, empobreciendo y limitando su capacidad comunicativa.

- **No** se percibe un **aumento** significativo **de vocabulario**. Utiliza un repertorio de palabras muy reducido para referirse a las personas y los objetos que le rodean.
- **No** realiza **preguntas** sobre las cosas. No manifiesta **interés** ni curiosidad por aprender palabras nuevas.
- **No habla** con los otros niños, con familiares etc.
- Utilización exclusiva de palabras **aisladas**. No hace frases.
- Se observa algún tipo de malformación en la boca, labios, lengua, paladar, dientes etc.
- Tiene catarros con mucha frecuencia, con mucosidad nasal excesiva, con babeo intermitente.
- Los tapones en los oídos son muy frecuentes.
- Da la impresión de que **no oye** correctamente. Hay que hablarle muy alto para que nos entienda. Se acerca mucho al televisor, a la radio, a las personas, para oír mejor.
- Es muy poco comunicativo, tiende al **aislamiento** social.

Hay algunos **fenómenos** que son **normales** en el desarrollo del lenguaje infantil y por lo tanto no deben causar alarma:

- A estas edades es normal que se puedan cometer errores con algunos sonidos que evolutivamente son muy complejos y que los irá realizando de forma adecuada conforme vaya madurando a nivel lingüístico, como es el caso de los grupos consonánticos (dice "pato" por "plato") o la terrible "erre" (dice "pego" por "perro"). Cada edad tiene sus fonemas de desarrollo evolutivo (**ver cuadros de desarrollo fonético por edades**).
- También es muy frecuente la distorsión de palabras multisilábicas debido a la dificultad articulatoria que suponen para el niño. ("tefono" por "teléfono", "peioco" por "periódico ".) poco a poco se irán corrigiendo de forma natural, sin forzar el desarrollo ni la madurez para su realización.
- El niño genera reglas gramaticales para la construcción de sus frases; no se limita a imitar el lenguaje del adulto. Por eso hay una etapa en la que suelen aparecer expresiones en las que regulariza los verbos irregulares como "se ha rotpido" por "se ha roto". Estas son expresiones normales en las fases iniciales de estas etapas evolutivas, no son considerados defectos gramaticales si no se mantienen más allá de los 4 años.

Es muy común que se presente cierto **tartamudeo fisiológico** en el desarrollo normal del lenguaje infantil entre los 3 y los 4 años de edad. Este fenómeno se produce cuando tiene muchas cosas que decir, las quiere decir todas a la vez y normalmente en estados de cierta excitación. Se le debe prestar toda la atención

cuando hable, sin hacer comentarios sobre su forma de hablar, no dándole ninguna importancia. Si éste fenómeno va acompañado de otros signos, como tics, muecas, timidez extrema, limitada capacidad de expresión o si el tartamudeo persiste por más de 6 meses, sería conveniente consultar con un logopeda.

Dificultades en el aparato fonador externo que pueden influir en el desarrollo del lenguaje.

Es conveniente revisar de vez en cuando los distintos órganos que componen el aparato fonador externo del niño para comprobar si su desarrollo está siendo el adecuado, ya que la aparición de algún tipo de anomalía puede interferir negativamente en el desarrollo evolutivo del lenguaje o en su capacidad expresiva en un determinado momento.

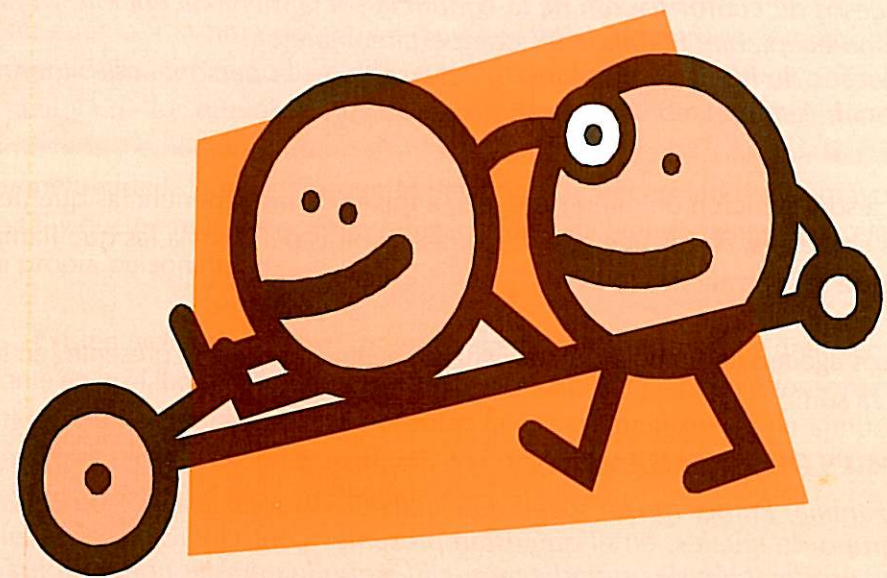
Una sencilla observación de la boca, los dientes, la lengua, los labios o del paladar del niño, será suficiente para comprobar si hay alguna problemática que pueda justificar una dificultad para el lenguaje oral.

Ante la menor duda, la consulta al especialista es la mejor solución. (Pediatra, médico otorrinolaringólogo., logopeda, etc.)

En la siguiente tabla se incluyen las anomalías más frecuentes y fácilmente observables a simple vista:

APARATO FONADOR EXTERNO	OBSERVAR
• PALADAR	Deformación por uso excesivo del chupete o del dedo, paladar ojival etc.
• LABIOS	Labio partido, malformación, escisión, posible labio leporino, etc.
• LENGUA	Frenillo sublingual, tamaño y forma adecuados. Ulceraciones.
• DIENTES	Mala implantación de arcadas dentarias, ausencia de piezas, tipo de mordida.

DESARROLLO SOCIAL



INTRODUCCION

Presentamos el desarrollo social del niño considerándolo como: el proceso por el que el niño aprende a ser miembro de una comunidad y por medio del cual interioriza los valores y roles de la sociedad. Esto significa que, a través de la socialización, aprendemos a vivir dentro de un grupo y a ser miembros competentes de la sociedad en la que hemos nacido.

Para que el desarrollo social se dé, influyen ciertos procesos y agentes de socialización en los que basamos la presentación del mismo. Estos elementos son:

PROCESOS DE SOCIALIZACIÓN

- Procesos **interactivos** que intervienen en la creación de vínculos afectivos
- Procesos de interacción necesarios para conformar el **conocimiento social**.
Habilidades de tipo cognitivo como: procesamiento de la información, habilidades de toma de decisiones y ya en edades posteriores, habilidades de juicio.
- Procesos de **conformación de la conducta** socialmente aceptable y control de la no aceptable: Habilidades comportamentales.
- Procesos de **identidad personal**. Desarrollo de la personalidad: Identidad personal; Autoconcepto; Autoestima.

La socialización del niño se realiza a través de las experiencias que tiene en distintos contextos, en los que se encuentra con otras personas a las que llamamos, "agentes de socialización".

Los agentes de socialización que fundamentalmente están presentes en la vida del niño/a son:

AGENTES DE SOCIALIZACIÓN

- La Familia: Primer medio social que actúa como socializador del individuo.
- El grupo de iguales, en el que están presentes compañeros, amigos que le ponen en situación de aprendizaje social y que le permite poner en práctica lo aprendido con otros agentes de socialización. Estos agentes le comunican normas, valores y formas de actuar en el mundo.
- La escuela es también un importantísimo formador en la socialización del niño, influyendo en todos los aspectos susceptibles de ser socializados en el individuo.
- Además de los mencionados cabe comentar la importancia de los medios de comunicación en la transmisión de conocimientos y en la potenciación de valores y normas de acción social.

DESARROLLO SOCIAL DE LA ETAPA INFANTIL 3 – 6 AÑOS

El niño tiene un vivo deseo de autonomía y se va enfrentando a distintas normas y valores que al principio de la etapa los vive como impuestos pero que poco a poco va a ser capaz de interiorizar y comprender.

Sale de sí mismo y va conformando su conducta social aprendiendo a través de la experimentación, de las consecuencias de su propia conducta y de la conducta de los otros y sus consecuencias. El papel del adulto, en este sentido, es de gran importancia pues, en función de cómo se "enfrente" al niño, éste elaborará unas conductas u otras. Los niños tienen distintas reacciones y temperamentos desde el nacimiento. Adicionalmente, las relaciones en la familia nuclear o extensa influyen en la conducta social.

A lo largo de esta etapa el niño va interiorizando y aceptando distintos agentes de socialización. Inicialmente éstos eran fundamentalmente las personas que le cuidaban, pero posteriormente pasa a encontrarse con sus iguales y con otras personas que no pertenecen a su contexto habitual y a las que progresivamente va teniendo más en cuenta a la hora de actuar. Aprende a estar en grupo, estando en grupo. Aparecen los amigos como base de seguridad, con los que la comunicación les resulta más fácil y con los que tienen una confianza especial. Va descubriendo diferentes sentimientos y emociones como el miedo, la inseguridad, la compasión, los celos, la competitividad, la amistad, que le llevarán a la necesidad de un mayor control personal y que en muchas ocasiones jugarán un papel fundamental en la elaboración de su propia personalidad.

Existen factores cognitivos que aparecen en esta etapa y que influyen de forma relevante en la elaboración del comportamiento social; algunos de éstos son: capacidad de interpretar información y representar la experiencia de forma simbólica y la anticipación a los sucesos. La aparición de estos factores se vislumbra claramente en la conducta social del niño a lo largo de la etapa.

A continuación haremos una exposición del desarrollo social del niño a lo largo de la Etapa Infantil 3 – 6 años, secuenciada por edades 3,4,5 años. En primer lugar explicaremos en rasgos generales las características del niño a cada edad y posteriormente indicaremos una serie de conductas concretas propias de la edad que agrupamos en dos aspectos que recogen los procesos de socialización; éstos son: Desarrollo Emocional - Creación de Vínculos y Conformación del Conocimiento y de la Conducta Social.

NO DEBE OLVIDARSE QUE LOS PROCESO Y LOS AGENTES DE SOCIALIZACION ESTÁN PROFUNDAMENTE ENTREMEZCLADOS; LA FORMA EN QUE CADA NIÑO AFRONTA LAS ETAPAS EN SU DESARROLLO SOCIAL ES CONSECUENCIA DE LA ANTERIOR, QUE LO PREPARA PARA LA SIGUIENTE

EL NIÑO DE 3 A 4 AÑOS

Características generales

- Su deseo de independencia le lleva frecuentemente a conflictos para conseguirla.
- Se enfrenta a las normas, y manifiesta deseos frecuentes de actuar según sus intereses.
- Imita al adulto. Posee una conciencia más clara de los adultos que conforman su mundo.
- Se identifica con los adultos de su entorno más próximo, lo que le permite comenzar a salir de sí mismo y adaptarse al contexto.
- Se inician aptitudes que se refieren al entrenamiento en habilidades sociales y a la capacidad de establecer amistades.
- Son impulsivos y responden rápidamente a las situaciones.
- Su estado emocional se ve afectado por su estado físico.

Cuando observamos al niño vemos que:

Desarrollo emocional y creación de vínculos

- Realiza juegos en los que asume roles de la vida familiar y del colegio.
- Tiene relaciones positivas con uno o dos compañeros, le extraña si están ausentes.
- Se acerca a otros niños, pero todavía interactúa poco, comparte, ayuda, pero no hay una verdadera cooperación.
- Se acerca a ellos de forma positiva. A veces en esta etapa la definición de amigo responde a "el que hace lo que me gusta".
- Empieza a descubrir su sexo. Descubrirá sus genitales y aprenderá a proporcionar placer.
- A menudo le resulta difícil controlar sus emociones que todavía son muy básicas.
- Muestra amabilidad o simpatía hacia los compañeros.
- No es claramente intimidado por sus iguales, sino que defiende sus derechos.
- Normalmente está de buen humor.

Conformación del conocimiento y la conducta social

- Le cuesta trabajo, pero es capaz de esperar su turno en un juego de intercambio o en situaciones de grupo.
- Comienza a compartir con agrado.
- Empiezan las mentiras.
- Puede pedir permiso para realizar una acción.
- Reconoce y puede evitar peligros.
- Expresa deseos y preferencias claramente, de forma positiva, disminuyen los lloriqueos y las rabietas.
- Reconoce su entorno, familiares, espacios habituales por los que se mueve (casa de familiares, panadería, parque...).

EL NIÑO DE 4 A 5 AÑOS

Características generales

- A esta edad empieza a cobrar importancia el grupo de amigos, de tal manera que quieren agradecerles y ser como ellos.
- Parece que están más dispuestos a aceptar las normas que en etapas anteriores, aunque todavía aparecen rabietas difíciles de controlar, sin embargo estas son más esporádicas.
- Muchos niños de esta edad evidencian tener inicios de empatía hacia otras personas.
- Al niño le gusta ganar, ser el primero de la fila, y en definitiva tener un papel destacado, pero también debe aprender a perder sin enojarse.
- Se inicia una especie de separación por sexos, que posteriormente dará paso al interés por el sexo contrario, el niño con el padre, la niña con la madre y aparece un nuevo proceso de identificación, cobrando gran importancia el rol de cada uno para conseguir su identificación.

Cuando observamos al niño vemos que:

Desarrollo emocional y creación de vínculos

- Elige a sus amigos, a los que se acerca y busca más para iniciar un juego.
- Expresa algunas emociones.
- Consuela a un compañero (de su grupo de amigos) empatizando con él cuando lo ve sufrir.
- Se hace valer socialmente mostrando sus gracias y mejores conductas, cuando quiere.
- Repite poemas, canciones o baila para otros.
- Responde e inicia de forma muy básica el contacto con los adultos.
- Puede trabajar solo en alguna actividad durante unos minutos (15-20),
- Pide ayuda cuando tiene alguna dificultad.

Conformación del conocimiento y la conducta social

- Sabe compartir y esperar su turno en los juegos que dirige el adulto. Se turna con un grupo de 5-6 niños.
- Cuando el juego es planificado por ellos mismos, suelen ser frecuentes los conflictos por ser el primero o tener un papel protagonista.
- Amplía su mundo de conocimiento social a entornos no familiares.
- Se comporta en público de manera socialmente aceptable, la mayoría de las veces, diferencia lo que es socialmente aceptable y lo que no.
- Aumenta la competitividad entre los niños y continuamente preguntan ¿Quién es el mejor? ¿Quién es el más rápido? ¿a quién quieres más...?
- Sabe disculparse cuando hace algo mal, aunque todavía es necesario recordárselo.
- Pide permiso para usar objetos que pertenecen a otros.

EL NIÑO DE 5 A 6 AÑOS

Características generales

- A los cinco años el niño goza de una relativa estabilidad, empieza a autocontrolar las crisis profundas de la personalidad, aunque por un lado busca ser solidario con su familia y otros agentes sociales y por otro sigue ansioso de autonomía.

- Poco a poco aprende a respetar los derechos de las personas de su entorno.
- Los grupos de iguales van teniendo mayor estabilidad y los niños van conformando sus grupos a partir de un proyecto común, elaborando normas de juego propio.
- Busca ser reconocido más allá de su grupo familiar.
- La empatía se va elaborando cada vez más, observándose a esta edad sentimientos de protección hacia compañeros menores e incluso compañeros de clase o juego.
- Los juegos de roles que más se observan son los que representan figuras de poder, fuerza, ídolos deportivos o de la canción que ejercen su influencia a través de los medios de comunicación.
- Empieza a hacerse patente la diferenciación entre los sexos, observándose juegos de niños y niñas por separado.

Cuando observamos al niño vemos que:

Desarrollo emocional y creación de vínculos

- Aparecen emociones nuevas como: miedo, frustración, ira, la curiosidad, la valoración de lo bello...
- Aparece el sentimiento de orgullo y de vergüenza.
- Describe sus emociones si se le induce a ello.
- Empieza a reconocer sus errores y sus límites respecto a los otros.
- Descubre la diferencia entre los sexos como criterio irreversible de diferenciación entre chicos y chicas.
- Le gusta desarrollar su creatividad.
- Busca incorporarse en un grupo y obtener su aprobación.
- En el grupo se asumen roles que el propio grupo va marcando a cada uno.
- Empieza a cobrar mucha importancia la opinión del grupo y puede mostrar retraimiento cuando entra en conflicto con sus propias opiniones y las de la familia.
- Se observa gran interés por conocer el sexo contrario.
- Aparecen preguntas sobre la sexualidad y el nacimiento.

Conformación del conocimiento y la conducta social

- Le agrada colaborar en las cosas de la casa.
- Se le puede encomendar una tarea y la va a realizar.
- Tiene más iniciativa para la comunicación, mostrándose más hablador y sociable.
- Disfruta con el juego asociativo.
- Puede anticipar sus hipótesis e iniciarse en la toma de decisiones.
- Se da cuenta de que le pueden hacer trampas y de que puede hacerlas.
- Muestra satisfacción con sus propias actividades y sus resultados. Le gusta enseñarlos y los compara con los de sus compañeros.

PAUTAS EDUCATIVAS GENERALES

El adulto juega un papel fundamental en el desarrollo socio-emocional del niño ya que es él quien le proporcionará la posibilidad de desarrollar su competencia social de forma adecuada.

Algunas de las recomendaciones generales que potenciarán el desarrollo social adecuado del niño son:

- Establecimiento por parte del adulto de relaciones de afecto y exigencia que den referencias de conducta clara y estable, para que el niño elabore un comportamiento adecuado. Ni sobreprotección, ni exigencia excesiva.
- Evitar la dicotomía en el trato hacia el niño entre los padres, así como entre padres y cuidadores o profesores. En el caso de existir esta dicotomía el niño se acercará siempre a aquel del que consiga lo que quiere en cada momento.
- Ofrecerle modelos de conducta adecuados. Puesto que el niño "aprende lo que vive".
- Favorecer la asunción de una imagen positiva de sí mismo mediante el reconocimiento y refuerzo de sus aptitudes y actitudes positivas.
- Regular sus impulsos y la exigencia de premura ante sus demandas, mediante "tiempo de espera" (esperar turnos, control de la agresividad en situaciones de juego, respeto a los iguales y adultos de su entorno...

- Controlar las conductas inadecuadas ofreciéndole alternativas adecuadas y evitando que actúe en función de sus caprichos. No olvidar reforzar su buen comportamiento y hacerle consciente de todo cuanto haga de forma adecuada.

- Evitar caer siempre en el mensaje negativo y de prohibición, pues si esto se convierte en rutina pierde su "supuesto" efecto.

- Es importante que la actitud del adulto sea siempre de escucha activa, respondiendo a sus preguntas, demostrándole que todo lo suyo nos interesa

- Dedicarle tiempos de atención exclusiva, jugando, hablando, interesándonos por sus cosas, viendo la televisión juntos, comiendo juntos... con el fin de que sus necesidades de atención y afecto estén satisfechas y no busque llamar la atención con conductas inadecuadas. A este respecto comentaremos que "vale más la calidad que la cantidad".

- Puesto que el grupo de iguales va cobrando cada vez más importancia en la conciencia social del niño, es muy importante que los padres mantengan una actitud de interés por éstos, dando a entender al niño que se toma en serio todo lo que concierne a sus amigos.

- Recordar que los conflictos entre niños son pasajeros y evitar entrometerse salvo en los casos graves y que supongan una situación de inestabilidad emocional para el niño. Aspecto ante el que es necesario estar alerta.

Actividades favorecedoras del desarrollo social.

Desarrollo emocional y creación de vínculos

Favorecer la comunicación y expresión de sentimientos de iguales y adultos.

- Incorporar la expresión de emociones (contento, triste, cansado, ilusionado...) cuando se hable con el niño, para dar modelos adecuados sobre este tipo de expresiones. Contarle experiencias del adulto haciendo referencia a como "se ha sentido" en esos momentos.
- Enseñarle a expresar sus necesidades con claridad. En ocasiones el niño tiene dificultades para estas expresiones ya que ni él sabe con claridad lo que quiere. En esta situación es el adulto quien le ayudará a reconocer sus sensaciones a través de preguntas que le hagan consciente de lo que quiere y porqué.

- Enseñarle a compartir información con sus iguales (lo que más le gusta, lo que le molesta...).
- Enseñarle a preguntar e interesarse por los demás. Haciéndole ver por ejemplo quien falta en la clase, en el grupo de amigos y dando información de por qué falta, cuanto tiempo estará fuera...
- Permitir que participe en conversaciones con personas mayores, enseñándole a tener una actitud correcta en la conversación: escuchar-participar.
- Enseñarle a expresar afecto y aprobación cuando habla con otro.
- Potenciar mediante el juego, la imitación de actividades que favorezcan distintas actitudes: protección hacia los pequeños (juega con muñecos) respeto a los otros y a los animales, cuidado del entorno.

Hacer participe al niño de la vida familiar aceptando su iniciativa con actitudes de afecto.

Ante la aparición de sentimientos de miedo, celos, retraimiento...procurar calmar al niño y darle información y explicaciones que le tranquilicen. Generalmente es bueno que el niño exprese estos sentimientos, pues mediante su expresión se libera de ellos, pero es función del adulto ayudarle a controlar estas emociones.

Potenciar su autoestima y autoconcepto positivo. Este aspecto depende mucho de la actitud que mantenga el adulto respecto al niño por lo que es aconsejable:

- Que el adulto ajuste siempre sus exigencias al nivel y capacidades del niño. No pedirle más de lo que puede hacer, ni infravalorar sus capacidades.
- Reconocer sus logros, felicitándole y mostrándole confianza. De esta manera conseguiremos que se sientan seguros y tengan ánimo y ganas de intentar nuevos avances.
- Hacerles sentir importantes y útiles en los distintos contextos, a través de los encargos que ya se han comentado y del refuerzo positivo.
- Crear expectativas positivas hacia el niño y sus posibilidades.
- Evitar etiquetas negativas hacia el niño "eres un desastre...tu no sabes...es un pegón..."

CONFORMACION DEL CONOCIMIENTO Y LA CONDUCTA SOCIAL

Favorecer su autonomía personal y social dejando que sea él/ella quien realice

actividades cotidianas siempre en relación a su edad.

- Enseñarle a mantener el orden en su habitación, recoger la ropa, recoger los juguetes....
- Pedirle ayuda en tareas fáciles, colaborar en poner la mesa, llevar la ropa a lavar...
- Enseñarle a cuidar sus cosas: juguetes, material escolar, ropa....
- Enseñarle a respetar las cosas de los demás.
- Potenciar la autonomía en los hábitos personales, higiene, alimentación, vestido... (ver apartado de hábitos de autonomía).

Dar a conocer las normas y hábitos de comportamiento social de los grupos a los que pertenece exigiéndole su cumplimiento.

- Enseñarle a obedecer cuando se le indica algo, reforzando siempre su buen comportamiento.
- Enseñarle a compartir (juguetes, comida, cuidadores...)
- Evitar las malas contestaciones, especificándole lo que ha hecho mal y dándole alternativas adecuadas.
- Corregir cuando interrumpa a los demás.
- Enseñarle saludos y normas de cortesía (hola, adiós, por favor, ...).
- Enseñarle a mostrar agradecimiento (gracias, me ha gustado mucho...).
- Enseñarle a pedir disculpas ante su mal comportamiento. En primer lugar es necesario hacerle consciente de cuál ha sido su mal comportamiento, ya que muchas veces si no se lo hacemos ver, ellos piensan que su conducta es la adecuada en ese momento. Una vez comprendido, se le enseñarán fórmulas de reconocimiento y disculpa ante el otro (perdóname, no quería hacerlo así..., la próxima vez no repetiré esta conducta).
- Enseñarle a disculpar los errores de los otros, evitar el enfrentamiento y hacerle ver poco a poco el punto de vista de los demás.
- Enseñarle a saber decir que "no" de forma adecuada, sin enfados y justificando dentro de sus posibilidades su negativa.

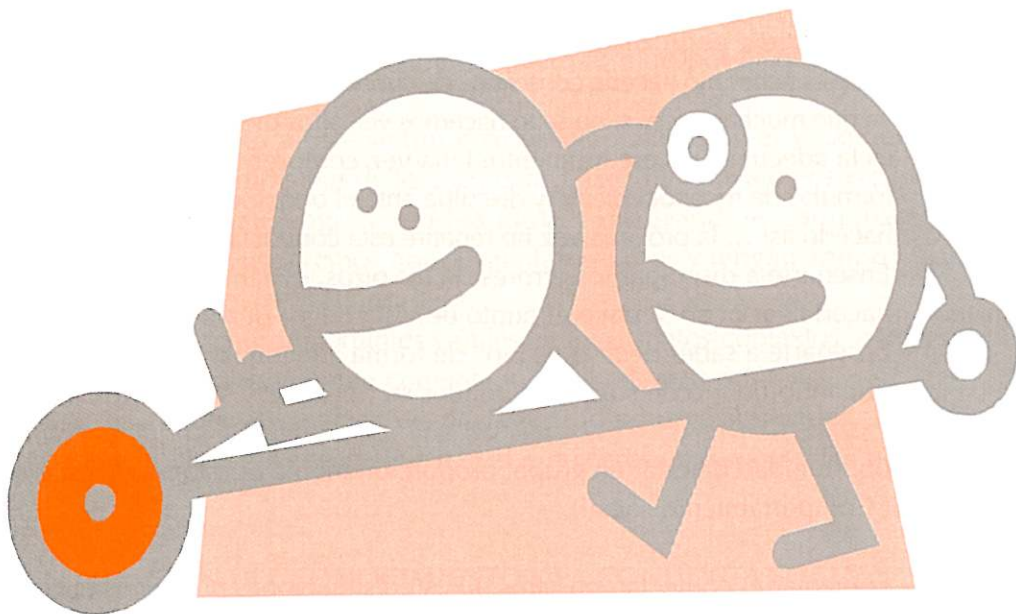
Dar oportunidad de estar en grupo, proporcionándole ocasiones de estar con otros niños (Comportamiento social).

- Fomentar el contacto con otros niños en situaciones no dirigidas: parque, piscina, centros de juego infantiles...donde pueda establecer relación de forma espontánea.

- Permitir que comparta con amigos sus juguetes en casa, invitarles a comer, al cumpleaños, cambiar juguetes, cuentos durante unos días...
- Permitir que acuda a las invitaciones que le hagan, enseñándole así a compartir y respetar sus cosas y las de los otros.
- Organizar actividades como excursiones, meriendas con otros niños (primos, compañeros).

Proporcionarle ocasiones para el conocimiento de reglas de juego y ayudarle a su cumplimiento en el grupo. El juego entre iguales significa enfrentamiento y colaboración además de antagonismo y cooperación, por tanto, a través de los juegos y la presencia del otro potenciaremos el conocimiento y control de estas actitudes.

- Enseñarle a respetar su turno.
- Enseñarle juegos de mesa, en los que además de trabajar el turno, le haremos reflexionar sobre las reglas y estrategias, desarrollando también sus capacidades cognitivas.
- Todas estas actividades se mezclan entre sí y para conseguir el correcto desarrollo personal y social de los niños de esta edad, debemos potenciar todas ellas como un todo.



SÍNTOMAS DE ALARMA

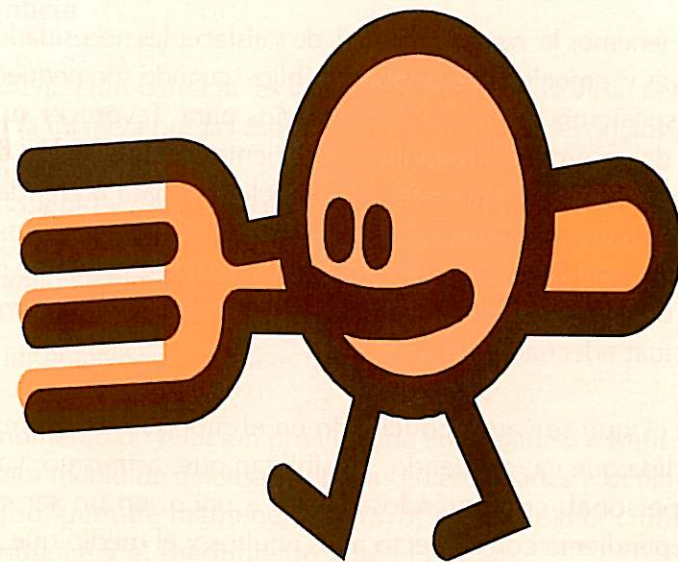
El mejor predictor infantil de la adaptación adulta NO ES el coeficiente de inteligencia, NI las calificaciones en el colegio, NI la conducta en la clase, sino la habilidad con que el niño se relacione con otros. Los niños que generalmente son rechazados, agresivos, problemáticos, incapaces de mantener una relación cercana con otros niños y que no pueden establecer un lugar para ellos mismos en la cultura de sus iguales, están en condiciones de alto riesgo" (Hartup, 1991).

Es importante tener en cuenta que cada niño va conformando su propia personalidad, pudiéndose mostrar más o menos expresivos, retraídos, espontáneos, tímidos... y es importante tener siempre en cuenta y respetar sus características personales.

A continuación comentaremos algunos de los síntomas que podemos considerar como indicativos de posibles alteraciones, sin embargo estos indicadores son únicamente orientativos y es el especialista quien determinará la existencia o no de alteración en el desarrollo social del niño. Cabe destacar que para que estos síntomas se consideren significativamente como indicios de alteración, tienen que "limitar" considerablemente la vida social del niño.

- Permanece aislado continuamente, rechaza o es rechazado por los compañeros.
- Tiene grandes dificultades para respetar las normas y seguir las rutinas cotidianas mostrando negativismo continuo.
- Muestra cambios de humor importantes, sin motivo aparente; pasa de la risa al llanto con facilidad; se enfada y tiene reacciones explosivas desajustadas a la situación.
- Le cuesta establecer relación con las personas de su entorno. No tiene iniciativa para la interacción ni responde a la iniciativa de los otros, observándose actitudes de retraimiento (se esconde, se pone nervios, tiembla...) o de tipo agresivo (pega, da patadas...).
- No expresa sus deseos y sentimientos de forma adecuada, continuas manifestaciones de enfado, tristeza, rechazo...
- No se observa juego simbólico, o imitación de roles de los adultos.
- Tiene continuas manifestaciones de agresividad que se observan tanto en su relación con otros niños como en la elaboración de su juego simbólico.
- Llama la atención del adulto mediante conductas inadecuadas. En ocasiones el niño demanda atención y no le importa la forma de obtenerla, utilizando su mal comportamiento para que el adulto se centre en él.

DESARROLLO PERSONAL



NECESIDADES BÁSICAS PARA EL CORRECTO DESARROLLO: EL PROCESO DE ADQUISICIÓN DE AUTONOMÍA PERSONAL.

Durante un largo periodo de tiempo en la vida de las personas, la familia es el agente social por excelencia encargado de satisfacer las necesidades básicas de sus miembros más pequeños.

De todos es sabido lo esencialmente vital que es para el desarrollo de un niño que desde su nacimiento esté bien alimentado, duerma las horas suficientes o se desenvuelva en un ambiente saludable y cálido que le aporte confort y seguridad. Estos aspectos están íntimamente relacionados con un crecimiento físico y maduración fisiológica adecuada pero también, y este es el punto de vista que nos interesa ahora resaltar, funcionan como auténticos **reguladores** en las distintas situaciones de la vida cotidiana familiar y determinan diferentes pautas de crianza las cuales, a su vez, conllevan el establecimiento de unas normas de actuación, horarios, responsabilidades y tareas que regulan la convivencia e implican a todos los miembros del grupo familiar, en grado diferente.

Los padres tenemos la responsabilidad de satisfacer las necesidades fisiológicas, educativas, afectivas y emocionales de nuestros hijos cuando son pequeños y también de poner a su disposición los recursos necesarios para favorecer su maduración personal a través de un proceso paulatino y creciente de **adquisición de autonomía personal**, entendida en esta etapa como la competencia para poder dar respuesta a una serie de necesidades básicas de autocuidado. También deberemos favorecer su integración de forma satisfactoria en otros contextos sociales, mediante el aprendizaje de un repertorio de estrategias de habilidades de relación con los demás que le van a permitir interactuar adecuadamente.

Los avances que se van produciendo en el niño en las diferentes áreas de desarrollo a medida que va creciendo, posibilitan que, asimismo, vaya creciendo en su madurez personal, convirtiéndose, poco a poco, en un ser cada vez más autónomo e independiente con respecto a los adultos y el medio que le rodea, si le damos la oportunidad necesaria, valoramos sus avances y eliminamos aquellas actitudes de sobreprotección que acrecientan su dependencia del adulto. De igual modo, un comportamiento autónomo le ayudará a madurar de forma armonizada en las distintas áreas y a devolverle una imagen positiva de sí mismo.

La adquisición de autonomía personal es un proceso de **APRENDIZAJE** progresivo que se inserta en el resto de los avances madurativos (desde el neurológico hasta el psicosocial) y es también un proceso **EDUCATIVO** y como tal, debe hacerse

paulatinamente, es decir, **de forma sistemática y progresiva**, adecuándose a las posibilidades y necesidades de cada niño. En la medida en que se haga de este modo, correremos menos riesgo de que puedan aparecer determinados trastornos de conducta que después serían difíciles de erradicar.

El papel desempeñado por la familia a lo largo de este camino y, en concreto en la etapa educativa de los tres a los seis años, es determinante ya que, si bien el niño está a su vez inmerso en otro contexto social, distinto al familiar y de gran importancia para su desarrollo, nos estamos refiriendo al contexto escolar, recordemos que es fundamentalmente en el seno de la familia donde se **APRENDEN, INSTAURAN Y AUTOMATIZAN los hábitos personales** (aseo-control de esfínteres, vestido, alimentación y descanso) relacionados con la autonomía personal y donde, a su vez, debe adquirir los aprendizajes básicos necesarios para desenvolverse de forma cada vez más segura en su entorno social.

HÁBITOS: ALIMENTACIÓN, HIGIENE, VESTIDO Y DESCANSO

Hábito alimenticio

La alimentación correcta es básica a lo largo de la vida, pero su importancia es decisiva en la infancia por las específicas necesidades del organismo en esta etapa:

- Crecimiento y desarrollo de todos los órganos.
- Actividad física elevada.
- Momento de formación de hábitos, conductas y pautas de comportamiento.

Una alimentación correcta es también:

- Un momento de relación privilegiada entre padres e hijos.
- El mejor medio de defensa contra las enfermedades y, al tiempo que favorece la salud, permite mantener un mayor grado de atención, estimulando el aprendizaje y el rendimiento ante el trabajo.

Así pues, en la etapa escolar, es sumamente importante cuidar la dieta ya que puede llegar a existir una relación directa entre nutrición inadecuada y problemas escolares.

El apetito está regulado por el cerebro y el nivel de saciedad es distinto para cada persona por lo que cada niño responde de distinta forma. Limitar la alimentación a momentos en los que se tiene hambre y saciarla con lo primero que encontramos

o empeñarnos en obligar a los niños a comer cuando no tiene hambre, es limitar las posibilidades de conseguir hábitos alimenticios adecuados y, por lo tanto, su desarrollo global armónico.

Un niño de tres años debe hacer cuatro comidas al día (desayuno, comida, merienda y cena) siendo fundamental repartir de forma equilibrada los aportes calóricos de las cuatro comidas.

Nuestra cultura culinaria posee una gran riqueza alimentaria en sabores, olores, texturas, colores, etc., que podemos enseñar a nuestros hijos, trasladándole el gusto por una alimentación sana y procurando que su dieta sea variada, equilibrada y acorde a sus necesidades.

A este respecto es muy importante evitar que nuestros hijos adquieran conductas caprichosas o monótonas con preferencia excesiva por algún alimento y aversión por otros.

Podemos utilizar "LA PIRÁMIDE DE LOS ALIMENTOS" que nos puede servir de guía para enseñar a nuestros hijos cuáles son los alimentos más adecuados para crecer y mantenerse saludables y sobre todo **seguir las orientaciones que nos da el pediatra.**

Cada vez son más los niños que presentan malos hábitos alimenticios, siendo muy frecuentes las consultas efectuadas a los pediatras y a otros profesionales, buscando soluciones a esta situación ya que, pequeños o grandes, los problemas que giran en torno a la alimentación, suelen tener una notable repercusión en los miembros de la familia, convirtiéndose la hora de la comida en un momento temido y llegando, en ocasiones, a poder desencadenar diferentes grados de nerviosismo y angustia en los padres, lo cual sólo consigue agravar la situación.

La inapetencia temporal o continua y el rechazo reiterado y persistente a determinado alimento o comida son algunos de los problemas que aparecen con más frecuencia.

Antes de continuar reflexionemos sobre los siguientes puntos:

- Ante cualquier problema que surja en el comportamiento de nuestros hijos, lo primero que debemos hacer es detenernos a PENSAR con calma en POR QUÉ ha aparecido y QUÉ PODEMOS HACER y, si estamos muy desorientados, pedir ayuda a un profesional: el Pediatra, la Profesora, el Servicio de Orientación Escolar (EOEP).

- Los padres somos modelo de aprendizaje para nuestros hijos quienes harán con más probabilidad aquello que ven(cómo nos comportamos los adultos en torno a la comida) que aquello que les decimos que tienen que hacer.
- Hay niños que comen menos que otros y momentos o periodos en que se tiene menos apetito.
- La irritación, las exigencias, los castigos... y la atención que dispensemos a las conductas de rechazo a la comida, lentitud u otras actitudes inadecuadas lo único que conseguirán es agravarlas.
- Por el contrario, conviene PRESTAR ATENCIÓN Y ELOGIAR la progresiva adquisición de autonomía en el niño y las conductas y formas adecuadas de comportamiento en la mesa.
- Los buenos o malos hábitos alimenticios se adquieren desde muy pronto, son duraderos y tendrán una influencia fundamental sobre el futuro de nuestros hijos.

Hábitos de higiene

A este respecto, pretendemos que el niño tome conciencia de que su cuerpo NECESITA ciertas atenciones que le van a posibilitar, por una parte, adquirir unos comportamientos saludables, válidos para el resto de su vida y, por otra, contribuir positivamente a su convivencia.

Recordemos que unos buenos hábitos de higiene instaurados desde el momento adecuado, contribuyen a evitar infecciones e incluso ciertas enfermedades así como la reprobación social que produce, en general, un aspecto sucio o desaseado.

La forma más adecuada de conseguir que nuestro hijo acepte de buen grado y desde pequeño la asunción de unos hábitos de higiene saludables, es, pues, creándole la necesidad de los mismos (sin caer en la obsesión por la limpieza) porque, en definitiva, son y serán fuente de satisfacción.

¿Cómo podemos ayudarle en la adquisición de unos hábitos adecuados de limpieza?.

Siendo sistemáticos, es decir, manteniendo el orden de las acciones para evitar el olvido y estableciendo unos horarios fijos para automatizar los hábitos que queremos instaurar y posteriormente generalizar en otros contextos.

Pongamos algún ejemplo: “Antes de comer nos lavamos las manos; después de comer nos lavamos las manos, cepillamos los dientes y peinamos; antes de acostarnos, hacemos pis, etc.

El vestido

La actividad del vestido es a lo largo de la 1ª infancia uno de los mayores momentos de comunicación y contacto corporal entre el adulto y el bebé.

La pasividad inicial del niño, su “dejarse hacer”, va dando paso, poco a poco, a una actitud cada vez más activa que comienza aproximadamente a los dos años y medio, iniciando la ayuda en el desvestido y vestido, hasta llegar a una autonomía prácticamente plena a este nivel, al finalizar la etapa de Educación Infantil.

Al igual que en otros aspectos básicos del autocuidado, en la adquisición del hábito del vestido, el ritmo de vida de los adultos, “las prisas”, interfieren negativamente en el proceso de autonomía del niño ya que caemos en el error de hacérselo nosotros a fin de acabar cuanto antes y esto es algo que, en lo posible, hemos de evitar.

Debemos darnos y darle el tiempo que requiere, planteando la actividad de tal forma que pueda hacerla y procurando crear alrededor un clima tranquilo y agradable. Una vez más, el equilibrio entre EXIGENCIA Y AFECTIVIDAD debe estar presente en nuestra conducta.

Por otra parte, recordemos que en el colegio se le va a exigir al niño un cierto nivel de autonomía, necesario para su correcta adaptación escolar y socialización.

Si existe una gran dicotomía entre el nivel de exigencia familiar y el escolar, vivirá ambas realidades como muy diferentes, pudiendo caer en una gran confusión y retrasar, en consecuencia, sus aprendizajes.

Conforme el niño vaya realizando las diferentes actividades, irá cogiendo mayor soltura en la tarea, convirtiéndose en fuente de gran satisfacción para nosotros, que deberemos demostrársela, pero sobre todo para él que “ya se siente mayor” y va avanzando poco a poco en su proceso de madurez e independencia.

Una adquisición adecuada del hábito del vestido incluye los diferentes grados de consecución en función de su edad y maduración de los aspectos relacionados con:

- Desnudarse y vestirse.
- Cuidado del aspecto personal: corrección en el vestido, prendas adecuadas a diferentes situaciones y cuidado de la ropa.

Hábito de descanso

El sueño

El sueño cumple una función muy importante en la regulación y reparación del organismo de todas las personas y en todas las etapas de la vida y, como el resto de los hábitos, requiere de un aprendizaje adecuado que se va forjando en los primeros años.

El sueño consta de dos fases:

Fase Rem: Es la fase más activa y más corta. Se acompaña de movimientos oculares rápidos.

Fase no Rem: Fase más tranquila, profunda y larga del sueño.

El periodo nocturno de sueño lo podemos dividir en cuatro subperiodos que duran cerca de 90 minutos cada uno y que siempre obedece a un mismo orden: sueño REM (más ligero y más corto) y sueño NO REM (más profundo y más largo). En la medida en que un niño va madurando, los sueños REM van disminuyendo y los NO REM van aumentando y así, un bebé transita por los distintos ciclos de sueño superficial y profundo durante una misma noche.

Durante los 90 minutos de sueño profundo (No Rem) acompañado en los extremos por el sueño ligero (Rem), el bebé experimenta un ligero estado de semialerta siendo en estos momentos cuando está más propenso a despertarse pero, sólo unos segundos después, entrará en la fase más profunda completando su descanso nocturno de casi 8 horas; de ahí la importancia de respetar estos intervalos. Si al despertarse el bebé no tiene una respuesta inmediata, se verá obligado a encontrar su propia rutina para seguir durmiendo. Esto es importante tenerlo en cuenta a la hora de instaurar en el niño un hábito adecuado de sueño desde muy pequeño y prevenir algunos problemas que en esta área se dan con bastante frecuencia y resultan muy molestos.

Por lo tanto, deberemos respetar esos intervalos no interrumpiéndolos para que así LLEGUEN A CONVERTIRSE EN UNA COSTUMBRE.

Conseguir que algunos niños concilien el sueño se convierte en ocasiones en una difícil tarea pero, si se respetan sus ritmos y se instauran unas rutinas adecuadas, todo será más sencillo.

¿Cuántas horas deben dormir nuestros hijos?

Haremos dos consideraciones previas:

- Como en todo lo que concierne al desarrollo de nuestro hijo, deberemos seguir las orientaciones que nos da su pediatra ya que él es quien mejor conoce sus necesidades fisiológicas y el modo más adecuado de satisfacerlas.
- No todas las personas, en general, ni todos los niños, en particular, tiene las mismas necesidades de horas de descanso dependiendo éstas de su edad, grado de actividad, estado de salud, hábitos familiares, estación del año, etc.

A continuación exponemos un cuadro con el número de horas de sueño al día que pueden considerarse recomendables por término medio insistiendo en que estos datos tienen únicamente un carácter puramente ORIENTATIVO:

Horas aproximadas de sueño al día de 0 a 6 años

Edad	HORAS DE SUEÑO AL DÍA
DE 0-3 MESES	16 A 20 HORAS
DE 3-6 MESES	14 A 15 HORAS
DE 6-12 MESES	13 A 15 HORAS
DE 12-24 MESES	13 A 14 HORAS
DE 2-3 AÑOS	12 A 14 HORAS
DE 3-4 AÑOS	UNAS 12 HORAS
DE 4-5 AÑOS	DE 10 A 12 HORAS
DE 5-6 AÑOS	UNAS 11 HORAS

La maravillosa costumbre de la siesta proporciona un breve descanso a nuestro organismo que, si bien es beneficioso a todas las edades, lo es más para los bebés y los niños hasta cerca de los cuatro años.

A veces no se trata tanto de dormir, como de crear una situación que permita a nuestro hijo descansar y relajarse durante un ratito, en un ambiente tranquilo y confortable.

¿Nuestro hijo duerme lo suficiente?

Los padres y los profesionales que trabajamos con los niños, a veces observamos que éstos están más nerviosos o irritados que de costumbre o, por el contrario, se muestran más apáticos y pasivos de lo que es habitual en ellos.

Si un niño no duerme lo suficiente, bien por número de horas bien por la calidad de su sueño, aparecen una serie de síntomas que pueden ir desde los fisiológicos a los comportamentales y que se suelen manifestar, entre otras, de la siguiente manera:

- Se despierta irritado y enfadado.
- Le cuesta mucho espabilarse.
- Se queja de dolor de cabeza al levantarse.
- Muestra su malhumor cuando está cansado.
- Se queda dormido en clase o durante los trayectos cortos de autobús, coche..
- Comienza a presentar dificultades en la atención o algún problema de conducta en el colegio.
- ETC.

En ocasiones suele deberse a que el niño no duerme las horas suficientes que su organismo necesita para autorregularse, pero en otros casos podemos encontrarnos con algún trastorno en el sueño que, en general no son graves durante la infancia pero que puede llegar a requerir, a veces, la intervención especializada de un profesional. Normalmente suelen aparecer sobre los dos años aunque son más comunes en los niños de tres a seis años y los más habituales son: Pesadillas, terrores nocturnos y sonambulismo.

Para más información al respecto, ver:
"¿Cómo actuar ante las Parasomnias?"

EL NIÑO DE 3 A 4 AÑOS

Adquisiciones propias de esta edad.

Su desarrollo madurativo en las diferentes áreas, la incorporación al ámbito escolar, que le va a permitir una incipiente ampliación de su percepción del mundo y el inicio de la relación con sus iguales y donde se le van a ir exigiendo determinadas habilidades personales, así como su vivo deseo de ser autónomo y tomar iniciativas, posibilitan que a esta edad el niño adquiera un mayor protagonismo en la satisfacción de sus necesidades básicas, (si bien el adulto va a tener que acompañarle y ayudarle en casi todas sus acciones), siendo éste un periodo muy apropiado para favorecer su autonomía.

Por regla general un niño de tres años:

- Sigue necesitando un poco de ayuda por parte del adulto para terminar algunas comidas, sobre todo si es lento o poco comedor. Le cuesta estar sentado todo el tiempo que dura la comida, en especial si come en familia. Necesita que le anticipemos lo que debe hacer. En ocasiones debe asumir unas normas que no comprende bien todavía.
- Comienza a quitarse y ponerse algunas prendas de ropa bajo consigna.
- Puede y debe colaborar en su aseo personal.
- Controla cada vez mejor sus esfínteres (pis y caca) aunque puede haber algún "accidente" esporádico. Ha iniciado el control de esfínteres nocturno.
- Todavía le cuesta separarse de los adultos para ir a dormir. A veces en esta edad puede aparecer algún pequeño trastorno relacionado con el sueño.

A continuación exponemos, a modo de guía, los avances más significativos de esta edad en la adquisición de los diferentes hábitos y que pueden servirnos de pauta para saber qué aspectos deberemos abordar o reforzar:

APRENDIZAJE EN HÁBITOS DE AUTONOMÍA COMIDA:

DE LOS 3 A LOS 4 AÑOS

Aprende a:

- Comer solo teniendo poca dificultad con la cuchara para comidas semisólidas.
- Comer solo utilizando el tenedor para pinchar alimentos que le hemos cortado previamente.
- Beber en vaso sin mojarse, la mayoría de las veces.
- Masticar con la boca cerrada, aunque necesitará que se lo recordemos.
- Durante la comida, permanecer debidamente sentado la mayoría de las veces, si se lo exigimos.
- Utilizar la servilleta cuando se lo indicamos.
- Ayudar al adulto a poner la mesa, bajo su supervisión.

APRENDIZAJE EN HÁBITOS DE AUTONOMÍA

ASEO:

DE LOS 3 A LOS 4 AÑOS

Aprende a:

- Lavarse las manos enjabonando, aclarando y secando, ayudado de la consigna verbal por parte del adulto. Puede necesitar ayuda para abrir y cerrar el grifo y para remangarse.
- Cepillarse los dientes con supervisión del adulto.
- Sonarse los mocos aunque todavía haya que recordárselo a menudo.
- Participar de forma activa durante el baño.
- Utilizar el papel higiénico con supervisión del adulto y tirar de la cadena de WC si se le recuerda.

APRENDIZAJE EN HÁBITOS DE AUTONOMÍA VESTIDO:

DE LOS 3 A LOS 4 AÑOS

Aprende a:

- DESNUDARSE prácticamente, si bien alguna prenda entraña todavía un poco de dificultad.
- Quitarse y ponerse el abrigo.
- Bajarse y subirse las prendas de ropa en el baño si éstas son cómodas y con ausencia de cierres complicados, cinturones o tirantes.
- Ponerse prendas sencillas (camiseta, braguita, pijama...) aunque al principio no diferencie delante y detrás.
- Colgar la bata y/o el abrigo en el colgador correspondiente
- Abrir cremalleras, abrochar ciertos cierres y botones grandes.
- Ponerse las zapatillas o los zapatos sin atar los cordones.
- Guardar su pijama.
- Llevar la ropa sucia a su sitio, si se lo recordamos.

No es fácil que un niño acepte de buen grado irse a la cama cuando le mandamos. Para él supone prescindir de la compañía de sus padres y enfrentarse a una situación de soledad, que en algunas ocasiones puede producir temor. Sin embargo, como en el resto de las áreas de autonomía, poco a poco, con nuestra ayuda y nuestra actitud afectiva pero firme, irá realizando avances y mostrándose cada vez más autónomo y maduro. Así, por ejemplo, irá entendiendo que no todos los miembros de la familia hacemos los mismos horarios: no nos acostamos todos a la vez ni, seguramente, nos levantamos todos al mismo tiempo. También irá aprendiendo, y éste es quizá el objetivo más importante, que es imprescindible descansar lo suficiente si quiere encontrarse bien al día siguiente.

APRENDIZAJE EN HÁBITOS DE AUTONOMÍA DESCANSO:

DE LOS 3 A LOS 4 AÑOS

- Necesita que el adulto le indique que tiene que irse a dormir.
- Puede pedir que le dejemos una luz (indirecta) hasta que se duerme y tampoco es extraño que pida un objeto que le da seguridad (su osito preferido, por ejemplo).
- Muchos niños a esta edad siguen necesitando un pequeño rato de siesta o momento de reposo.
- Cuando se despierta, reclama inmediatamente al adulto.

EL NIÑO DE 4 A 5 AÑOS

Adquisiciones propias de esta edad.

El grado de autonomía exigible a un niño de cuatro años estará en función, una vez más, de su ritmo madurativo en las diferentes áreas de desarrollo y de cómo hemos ido instaurando previamente determinados hábitos y normas de conducta en el ámbito familiar.

En la medida en que éstos se hayan ido haciendo de una forma correcta, con un NIVEL DE EXIGENCIA ADECUADO Y EN EL CLIMA DE AFECTO Y SEGURIDAD que se precisa para que se produzca cualquier nueva adquisición, no tiene por qué surgir ningún problema en este periodo de edad (a no ser que ocurra alguna situación o circunstancia personal, familiar... que lo promueva), sino más bien todo lo contrario: nuestro hijo nos sorprenderá gratamente afianzando lo ya aprendido y aprendiendo cosas nuevas. También **requerirá cada vez menos nuestra ayuda** para realizar determinadas actividades y, este hecho supone, asimismo, un gran avance en su proceso de adquisición de autonomía personal:

En este tramo de edad:

- Mejora su destreza en el manejo de los utensilios de mesa y rapidez a la hora de comer y acepta de mejor grado las normas de comportamiento que le exigimos aunque, por ejemplo, puede seguir queriendo levantarse de la mesa antes de terminar. Puede comportarse en la mesa con bastante corrección en otros contextos sociales, incluso mejor que en el familiar.
- Es autónomo en el control de esfínteres aunque todavía puede haber algún accidente.
- Si le damos referencias visuales y consignas verbales adecuadas puede vestirse solo, si es ropa cómoda, y sin grandes dificultades. Pide ayuda si la necesita. Comienza a interesarse por su aspecto exterior y le agrada la aprobación externa.
- No suele "hacer siesta".

Referiremos algunos de los avances más significativos que se producen con respecto a los tres años, insistiendo de nuevo en que, a veces no se trata tanto de que consiga nuevos objetivos como de que vaya sistematizando los ya aprendidos y que, en función de las destrezas que va adquiriendo, reclame cada vez menos nuestra ayuda:

APRENDIZAJE EN HÁBITOS DE AUTONOMÍA

COMIDA:

DE LOS 4 A LOS 5 AÑOS

Aprende a:

- Comer solo utilizando correctamente la cuchara y el tenedor y discriminando generalmente qué utensilio debe utilizar según qué comida. Todavía no utiliza el cuchillo.
- Beber en vaso cogiéndolo con una sola mano y sin mojarse.
- Masticar correctamente y limpiarse con la servilleta aunque todavía necesita que se lo recordemos.
- Habitualmente, terminar la comida sin necesidad de mucha ayuda por parte del adulto.
- Durante el momento de la comida, permanecer debidamente sentado, es decir, en una postura correcta, la mayor parte del tiempo.
- Ayudar al adulto a recoger la mesa.
- Disminuyen las llamadas de atención en la mesa.

APRENDIZAJE EN HÁBITOS DE AUTONOMÍA

ASEO:

DE LOS 4 A LOS 5 AÑOS

Aprende a:

- Aguantar durante más tiempo la necesidad de ir al baño.
- Controlar esfínteres por la noche.
- Generalmente ir al baño cuando lo necesita sin que tengamos que recordárselo.
- Seguir todo el proceso de higiene en el baño: limpiarse, tirar de la cadena y lavarse las manos. Al principio será necesario que el adulto le vaya recordando los pasos a dar.
- Lavarse las manos solo, remangándose.
- Aunque sabe que tiene que lavarse las manos antes de comer, necesita a menudo que se lo recordemos.
- Lavarse los dientes después de las comidas aunque sigue necesitando la consigna del adulto.
- Sonarse los mocos sin que tengamos siempre que indicárselo.
- Comenzar a interesarse por su aspecto externo (manos limpias, bien peinado...).

APRENDIZAJE EN HÁBITOS DE AUTONOMÍA

VESTIDO:

DE LOS 4 A LOS 5 AÑOS

Aprende a:

- Desnudarse correctamente aunque todavía puede necesitar cierta ayuda con algunos cierres.
- Atar y desatar cremalleras con poca dificultad.
- Abrochar y desabrochar botones si no son muy complicados.
- Vestirse solo con más soltura pero con supervisión del adulto.
- Subirse las prendas de ropa en el baño con bastante corrección.
- Doblar su ropa; al principio, bajo consigna verbal del adulto.
- Guardar la ropa sucia sin que tengamos que recordárselo siempre.
- Comenzar a diferenciar delante y detrás en alguna prenda de ropa si le damos referencias (etiqueta, una marca...).
- Interesarse por su aspecto externo.

APRENDIZAJE EN HÁBITOS DE AUTONOMÍA
DESCANSO:

DE LOS 4 A LOS 5 AÑOS

Aprende a:

- Todavía necesita que el adulto le indique que tiene que irse a dormir.
- Algunos niños pueden seguir necesitando una luz indirecta hasta dormirse y algún objeto que le da seguridad (su osito preferido, por ejemplo).
- Ya no suele hacer la siesta.
- Cuando se despierta, no reclama inmediatamente la atención del adulto pero sí enseguida, pudiendo por ejemplo, ponerse a jugar durante un corto periodo de tiempo antes de buscar a los padres.

EL NIÑO DE 5 A 6 AÑOS

Adquisiciones propias de esta edad.

Entre los cinco y los seis años el niño ha adquirido un repertorio de conductas de autocuidado suficientemente amplio como para poder decir que **es prácticamente autónomo a este nivel**, siempre que padre y madre hayamos mantenido nuestra firmeza en su exigencia y dado un modelo de referencia y un rol adecuado con el que identificarse y poder imitar. Su propia maduración, las experiencias de aprendizaje que le brindan los diferentes contextos sociales en los que se desenvuelve así como el entrenamiento, son principalmente la base de sus adquisiciones en este terreno:

Un niño de esta edad:

- Ya tiene un repertorio relativamente amplio de hábitos integrados que puede generalizar y transferir a otros contextos.
- Sus destrezas motrices se manifiestan en su autonomía, sobre todo en la comida y el vestido. Aumenta su ritmo y perfección en ambas acciones. Puede presentar una conducta socialmente correcta en los diferentes contextos (en casa, en el comedor escolar, en el restaurante..). Mayor comprensión de las reglas que rigen la convivencia.
- Asume pequeñas responsabilidades ("Ayudar a quitar la mesa todos los días"). Acepta con más agrado hacer las cosas porque hay que hacerlas y no tan sólo por sus consecuencias.
- Si necesita ayuda nos la pedirá. Si realmente la necesita, se la daremos, si no, nos mantendremos al margen. El papel del adulto es ya más el de observador que el de colaborador.

Si volvemos la vista atrás, los padres nos damos cuenta de lo ¡mucho que ha evolucionado nuestro hijo en tan poco tiempo!

Los avances más significativos con respecto a la edad anterior son:

APRENDIZAJE EN HÁBITOS DE AUTONOMÍA
COMIDA:

DE LOS 5 A LOS 6 AÑOS

Aprende a:

- Iniciar el uso del cuchillo si se trata de partir un alimento blandito y recibe cierta ayuda del adulto; no obstante, puede todavía tener alguna dificultad para coordinarlo con el uso del tenedor.
- Servirse agua desde una jarra o botella medio llena (que no pese) a un vaso. Requiere cierta supervisión por parte del adulto.
- Acabar por sí solo la comida sin requerir la ayuda constante del adulto.
- Generalmente no mancharse prácticamente mientras come y utilizar la servilleta sin necesidad de recordárselo.
- Normalmente permanecer sentado durante toda la comida y mantener una actitud socialmente aceptable en la mesa.
- Ayudar a poner y quitar la mesa habitualmente.
- Prepararse algún alimento si tiene hambre (pan con chocolate, galletas...)
- Untar el pan con mantequilla, mermelada...con ayuda del adulto.
- Colaborar con el adulto en la elaboración de algún alimento sencillo.

APRENDIZAJE EN HÁBITOS DE AUTONOMÍA
ASEO:

DE LOS 5 A LOS 6 AÑOS

Aprende a:

- Ir al baño solamente cuando lo necesita.
- Ir al baño en determinados momentos del día (al levantarse, antes de salir de casa, al acostarse...), para así evitar que pueda surgir la necesidad en situaciones inoportunas. Es necesario crearle el hábito.
- Seguir todo el proceso de higiene en el baño: limpiarse, tirar de la cadena y lavarse las manos sin que el adulto tenga que ir recordándole siempre los pasos a dar.
- Bañarse prácticamente solo excepto el cabello, con supervisión del adulto y consigna verbal.
- Lavarse habitualmente las manos antes y después de las comidas; de vez en cuando necesitará que se lo recordemos.
- Lavarse los dientes después de las comidas cada vez mejor pero no correctamente.
- Sonarse la nariz cuando tiene mocos sin que tengamos que indicárselo; doblar el pañuelo y guardarlo.
- Comenzar a peinarse si su cabello no entraña mucha dificultad.

APRENDIZAJE EN HÁBITOS DE AUTONOMÍA
VESTIDO:

DE LOS 5 A LOS 6 AÑOS

Aprende a:

- Subir y bajar cremalleras sin dificultad.
- Abrochar y desabrochar botones haciendo coincidir cada botón con el ojal correspondiente. Al principio requerirá la consigna verbal por parte del adulto.
- Vestirse y desvestirse solo sin perder el tiempo.
- Hacer nudos.
- Subirse las prendas de ropa en el baño correctamente, es decir, bien estiradas.
- Cambiarse la ropa interior.
- Interesarse cada vez más por su apariencia exterior y por la ropa que lleva según la ocasión o el lugar.
- Diferenciar delante y detrás en prendas de ropa buscando por sí solo la referencia.
- Atarse los cordones de los zapatos; al principio con bastante ayuda.

APRENDIZAJE EN HÁBITOS DE AUTONOMÍA
DESCANSO:

DE LOS 5 A LOS 6 AÑOS

Aprende a:

- Si nuestro hijo ha ido adquiriendo anteriormente una rutina del sueño adecuada: (aceptar la separación de los padres para irse a la cama, dormir solo y relajado..) y no ha presentado grandes problemas, es muy probable que en esta etapa de edad sea ya prácticamente autónomo a este nivel.
- Suele aceptar de buen grado irse a la cama aunque le gusta que le acompañemos.
- Cuando por la noche tiene necesidad de ir al baño, se despierta solo, avisa y/o va.
- Cuando se despierta por la mañana puede permanecer un rato jugando en su habitación, no reclamando la presencia inmediata de los padres.

ALGUNAS RECOMENDACIONES PARA AYUDAR A DESARROLLAR EL PROCESO DE AUTONOMÍA PERSONAL DE NUESTROS HIJOS EN EL PERIODO EDUCATIVO DE TRES- SEIS AÑOS.

En primer lugar referiremos algunas consideraciones generales que es preciso tener en cuenta en la cotidianidad del contexto familiar, a fin de que el proceso de adquisición de autonomía personal del niño se realice de una forma adecuada y armónica:

1) Los diferentes avances en el desarrollo evolutivo de nuestros hijos deben servirnos de GUÍA para establecer el nivel de lo que es exigible y lo que no. Exigir, pues, en función de lo que el niño es capaz de hacer. Exigir más, **sobreexigencia**, conllevaría frustración y rebeldía; exigir menos, **sobreprotección**, llevaría consigo inseguridad y dependencia.

2) Es en el marco de la organización familiar donde deben establecerse las **NORMAS** de conducta básicas para la convivencia (horarios, tareas, responsabilidades...) y que regulan el comportamiento personal y social de sus miembros, desde pequeños. Y son principalmente los padres quienes las establecen.

3) Los padres (AMBOS SEXOS) debemos aportar un **MODELO** adecuado y estable de actuación que el niño pueda **IMITAR** y seguir. A través de él no sólo le enseñamos unos hábitos sino que también le transmitimos **ACTITUDES** que van a conformar un estilo de vida: ser ordenado, asumir responsabilidades, valerse por sí mismo...

4) Es importante que la familia **VALORE** y así se lo demuestre al niño, sus avances en el proceso de adquisición de autonomía personal y maduración, es decir, utilice el refuerzo positivo.

5) El marco más adecuado para que un niño aprenda unos hábitos de autocuidado adecuados a su edad es el de la **EXIGENCIA versus AFECTIVIDAD y PROTECCIÓN**. Es necesario que se sienta querido y seguro.

6) Los buenos o malos hábitos alimenticios, de descanso... se **adquieren desde muy pronto y son duraderos**.

7) Para instaurar un hábito es imprescindible establecer unas **rutinas** y mantener unos **horarios** relativamente **fijos**.

8) En ocasiones podemos recurrir a **asociar** una actividad que sabemos que no le gusta mucho hacer con otra que le resulta gratificante : Por ejemplo "Lleva la ropa sucia al cubo y cuando vuelvas leemos un cuento".

9) Siempre debe procurar mantenerse una línea de actuación **coherente** entre lo que se espera de él en el **contexto escolar** y en el **familiar**, a fin de no desorientarle con contradicciones. La mejor forma de conseguirlo es estableciendo una buena comunicación entre la familia y la escuela.

10) Esta misma **coherencia** es deseable entre **todos los miembros de la familia** que interactúan con el niño: papá, mamá, abuelos... a la hora de exigirle determinadas responsabilidades.

En segundo lugar ofrecemos a modo de ejemplo, algunas orientaciones sobre actividades que los padres podemos llevar a cabo con nuestro hijo a fin de ayudarle en su proceso de adquisición de una autonomía personal adecuada en las diferentes áreas: comida, aseo, vestido y descanso.

¿Qué podemos hacer para favorecer su autonomía en LA COMIDA

- Procurar un horario de comidas más o menos fijas y que el niño se sienta a la mesa descansado.
- Evitar que el ambiente interfiera en la comida distrayendo (ruidos, juguetes, TV, levantarnos constantemente, etc.).
- Establecer claramente ambos padres las normas de comportamiento en la mesa que consideramos correctas y procurar que se cumplan siempre. No tienen por qué ser muchas pero es importante que se lleven a cabo.
- Jugar a "las comiditas".
- Jugar a diferenciar sabores, texturas, temperaturas, colores, tamaños... de alimentos conocidos y otros nuevos.
- Ejemplarizar situaciones en torno a la comida en las que se actúa adecuada e inadecuadamente (tirlarla al suelo, comer con las manos...) y las consecuencias que ello conlleva.

- Enseñarle a valorar los alimentos como fuente de salud (Pirámide de alimentos).
- Enseñarle a valorar la alimentación como un bien al que no tienen igual acceso todas las personas.
- Pedirle que nos ayude en la presentación original de ciertos platos o en poner bien la mesa.
- No poner excesiva comida en un plato pequeño. Mejor un plato más grande que le produzca la sensación de que hay menos cantidad.
- Proponernos que en nuestra familia la hora de la comida o la cena se convierta en un momento de tranquilidad, afectividad y comunicación que nos permite el estar sentados todos a la vez.
- Reforzar de forma adecuada el hecho de que nuestro hijo coma solo y mantenga las normas básicas de comportamiento en la mesa.
- Le animaremos a coger y utilizar los cubiertos y recipientes cada vez mejor aprovechando que también va mejorando su destreza manual.
- Ofrecer los adultos un MODELO ADECUADO de comportamiento a imitar; es decir, mostrar también coherencia los adultos entre los comportamientos adecuados que exigimos al niño y nuestras propias actitudes. Por ejemplo, si un padre se muestra habitualmente en la mesa inapetente o caprichoso, el niño actuará de forma similar.
- Distribuir responsabilidades entre los diferentes miembros de la familia, preferiblemente de forma consensuada: quiénes ponen la mesa, quiénes la quitan, quién trae el pan..

¿Qué podemos hacer para favorecer su autonomía en EL ASEO

En primer lugar, tener MUY CLAROS los hábitos de higiene que queremos instaurar en nuestros hijos y que SIEMPRE les vamos a exigir.

Establecer horarios fijos y mantener las rutinas higiénicas. Ejemplo: lavarse las manos antes de comer.

Establecer encadenamientos básicos entre las acciones a fin de evitar el olvido y así afianzar el hábito y, sobre todo, LA NECESIDAD de estar limpio: “Después de comer, vamos al baño y nos lavamos las manos y los dientes...”

Ayudar al niño en sus acciones utilizando preferiblemente indicaciones verbales que también iremos disminuyendo a medida que va afianzando el hábito de la higiene.

En función de su edad, JUGAR, por ejemplo a:

- Decir el nombre de diferentes partes del cuerpo.
- Nombrar los utensilios de aseo y decir para qué sirven.
- Diferenciar sucio y limpio.
- Imitar al adulto cuando se limpia los mocos o se lava los dientes.
- Lavar a los muñecos.

Realizar acciones frente al espejo: limpiarse los mocos, lavarse los dientes.

¿Qué podemos hacer para favorecer su autonomía en EL VESTIDO

Procurar que el niño lleve ropas cómodas, con ausencia de cierres complicados.

Proponer las actividades de forma lúdica. Podemos divertirnos mientras aprendemos a “quitarnos y ponernos el abrigo”.

Proponer la actividad de forma sistemática para que llegue a convertirse en un hábito. Ejemplo: Guardar todas las mañanas su pijama antes de desayunar.

Al principio, acompañar las acciones de desnudarse y vestirse con cierta ayuda e indicaciones verbales que, poco a poco, iremos haciendo desaparecer conforme vaya adquiriendo mayor destreza.

¡Darle y darnos tiempo! Inicialmente le va a costar más tiempo así que deberemos planificar la acción para que pueda hacerlo sin prisa pero por sí mismo, no cayendo en el error, muy frecuente, de hacérselo nosotros para acabar antes. Si resulta complicado, comenzar en fin de semana o periodo vacacional.

Brindarle la oportunidad de practicar ya que de ese modo va a adquirir soltura rápidamente. Cada vez le va a ser más fácil y le va a gustar más.

Jugar a :

- Vestir y desvestir muñecos.
- Abrochar cremalleras y botones en otros.
- Hacer nudos.
- Hacer lazadas con cordones planos.
- ¿Qué ropas nos ponemos si hace frío/calor/llueve...?
- ¿Qué ropa nos ponemos si vamos al monte, a una celebración...?
- ¿Y qué calzado?

Darle puntos de referencia para hacer más fácil la tarea (cómo coger la prenda de ropa antes de ponerla, cuál es la parte delantera fijándonos en la etiqueta...).

Estar pendientes de él sin estar con él: por ejemplo, situarnos cerca mientras se está vistiendo y nosotros realizando alguna tarea y comentar mientras tanto a qué vamos a jugar cuando termine de ponerse la ropa.

Aprovechar el hecho de que al niño comienza a interesarle su aspecto exterior dándole al mismo cada vez más importancia (prendas bien puestas, limpias...). Recordaremos la importancia del cuidado personal para la salud y la relación con los demás.

Hacer que se mire en un espejo cuando está vestido y corregir lo que está mal.

Demostrarle SIEMPRE nuestra alegría ante sus avances.

¿Qué podemos hacer para favorecer su autonomía en EL DESCANSO

...Y llegó la hora de irse a la cama

Proponemos **ALGUNAS RECOMENDACIONES** que seguramente harán más fácil este momento:

- Desde la salida del colegio hasta la hora de acostarse debe de tener tiempo para descargar su energía y relajarse.
- Debemos procurar que tenga la oportunidad de contarnos todo aquello que quiera (qué ha hecho durante el día, qué le ha ocurrido...) antes de que llegue el momento de irse a la cama.

- No utilizar nunca como amenaza o castigo: ¡Si te portas mal te voy a llevar a la cama! o frases con contenido semántico similar.

- Mantener unos horarios relativamente fijos todos los días así como estabilidad en las rutinas que acompañan el hecho de irse a la cama.

- Beber agua, ir al baño, etc. antes de meterse en la cama.

- El baño de la noche con agua caliente (37º aproximadamente) le ayudará a estar más relajado y a conciliar el sueño.

- No es aconsejable que se acueste nada más cenar. Preferible adelantar un poquito la hora de la cena.

- Cuidar el ambiente: La habitación del niño debe tener una temperatura adecuada (17-20ºC) y deberemos evitar los ruidos en la casa.

- Utilizar ropa cómoda. Ni poco ni muy abrigado.

- Anticipar la situación para ir preparándola: "Enseguida prepararemos la ropa de mañana, leeremos un cuento y...a dormir.

- Si se ha producido alguna situación de tensión o enfado durante el día procurar resolverla con el niño antes de que se vaya a la cama. Ni él ni nosotros nos debemos acostar enfadados.

- Previamente al momento de dormir es muy aconsejable dedicarle un tiempo para él solo. Éste puede ser un momento de encuentro afectivo, gratificante y relajante para el adulto y para el niño, que va a favorecer que la situación de separación que debe ocurrir cuando llega la hora de dormir, se haga de la forma más tranquila posible. Es el momento de leerle o contarle un "cuento". (Deben ser cuentos adecuados a su edad y en los que no aparezcan situaciones que puedan crear desasosiego, ya que lo que pretendemos es precisamente convertir este momento en algo placentero y relajante).

- Recordad que las normas las marcamos los adultos, no los niños y, por tanto, somos nosotros y no ellos, quienes decidimos la hora adecuada de acostar a nuestro hijo y el tiempo que vamos a dedicarle antes de que se duerma. Él siempre va a querer más...

- No acostumbrarle a nuestra presencia en su cama hasta que se duerma, ya que debe dormir solo.

- Por último, no hacer caso a sus reclamos injustificados para, de ese modo, no favorecer la aparición y repetición de conductas inadecuadas.

SÍNTOMAS DE ALARMA

Tan sólo son síntomas orientativos y cuando se dan aisladamente no tiene por qué representar ningún problema. Siempre, ante cualquier duda, consultar con un profesional.

Posible aparición de problemas y trastornos de conducta:

Sueño:

- De forma reiterada se levanta sonámbulo, tiene pesadillas o terrores nocturnos.
- Se despierta muchas veces por la noche, se pasa habitualmente a la cama de los padres y se niega a dormir solo.

Comida:

- Rechazo persistente a la comida.
- Inapetencia no esporádica.

Control de esfínteres:

- Al finalizar los tres años no ha adquirido el control de esfínteres diurno (no tenemos en cuenta accidentes esporádicos).
- De los cinco a los seis años no ha adquirido plenamente el control de esfínteres diurno y nocturno (no tenemos en cuenta accidentes esporádicos).

Relacionados con la adquisición de hábitos:

Nunca muestra iniciativas ante el vestido, la comida, el aseo...

No suele pedir ayuda cuando la precisa.

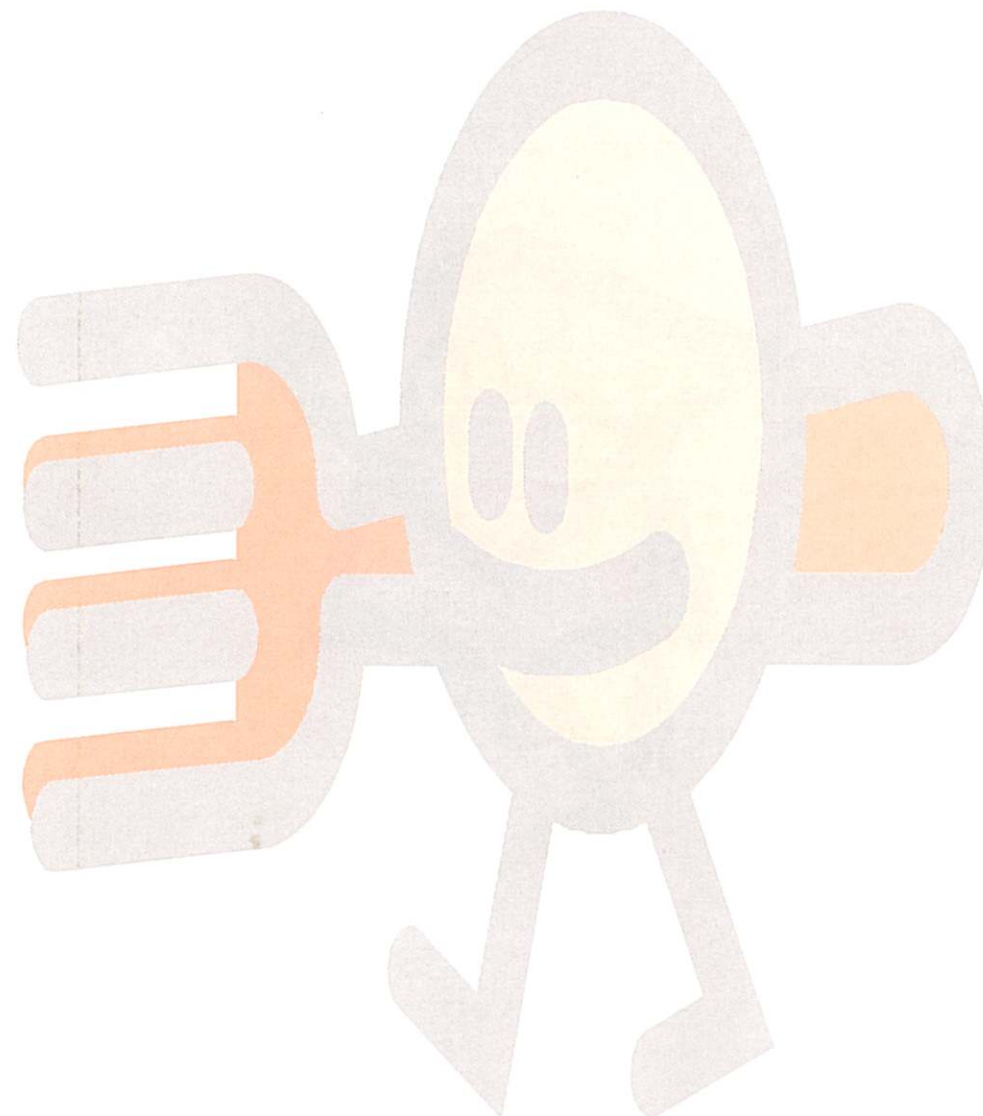
Negación sistemática a colaborar en su vestido, aseo...

Dependencia exagerada del adulto para ejecutar cualquier actividad en todos los contextos.

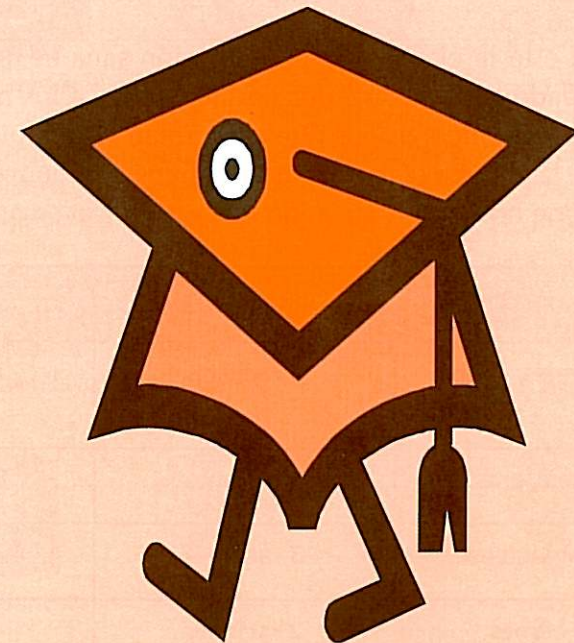
Manifiesta una autonomía personal **muy** diferente en los distintos contextos sociales Ej. Relativamente autónomo en el colegio, muy dependiente en casa.

Si a pesar de haber trabajado adecuadamente con el niño en la adquisición de hábitos:

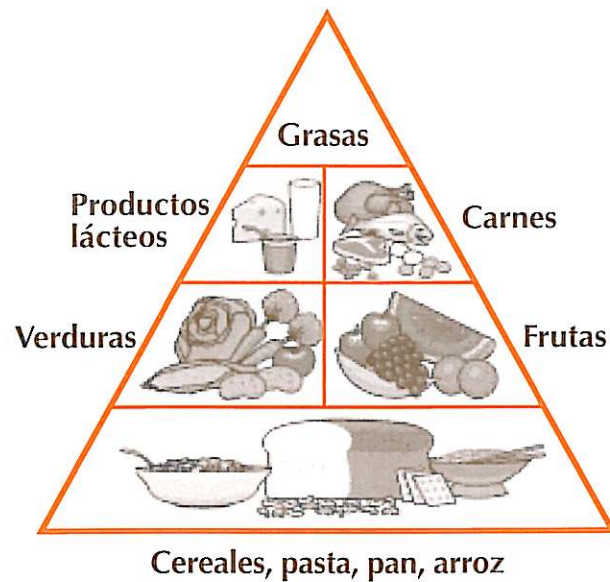
- Al finalizar los tres años no se desviste.
- A los cuatro años no colabora en el vestido poniéndose alguna prenda.
- Al finalizar los cuatro años no come por sí solo,
- Al finalizar los cinco años no se viste solo.



PARA SABER MÁS...



Pirámide de alimentos



En la variedad está la clave. Una alimentación sana es una alimentación variada y somos los padres los encargados de inculcarles a los niños una buena conducta alimentaria. Los cinco grupos que conforman la pirámide de alimentos deben formar parte de la comida diaria de nuestros hijos, disminuyendo la cantidad de los mismos conforme nos vamos alejando de la base y acercando a su vértice:

GRUPO	ALIMENTOS	RACIONES	FUNCIÓN
I	Pan, cereales, arroz, patatas	5 raciones	Energética
II	Frutas y verduras	4 raciones	Reguladora
III	Productos lácteos	3 raciones	Plástica
IV	Pescado, carnes magras, huevos, legumbres, frutos secos	2 raciones	Plástica
V	Grasas, dulces, bollería, bebidas refrescantes, helados	Ocasionalmente	Energética

Adaptado de campaña de alimentación saludable de la Rioja

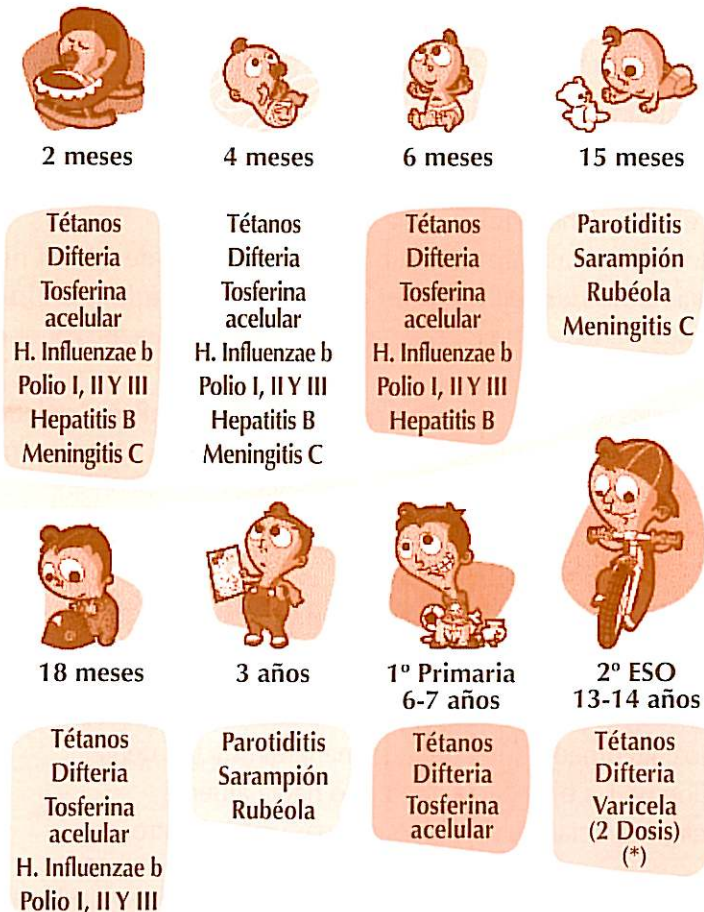
Tabla de Pesos, Tallas y Vacunaciones

Esta tabla debe servirnos tan sólo como orientación. Recordamos que será el pediatra quien mejor puede valorar y asesorar a los padres en este aspecto.

NIÑOS			NIÑAS		
EDAD	PESO	TALLA	EDAD	PESO	TALLA
2 años	11,92	85,14	2 años	11,56	84,11
3 años	13,95	93,58	3 años	13,35	91,94
4 años	16,07	100,13	4 años	15,58	99,14
5 años	18,03	106,40	5 años	17,48	105,95
6 años	19,91	112,77	6 años	19,64	112,22

Fuente: www.guiainfantil.com

Calendario Oficial de Vacunaciones



(*): Vacunación para niños que no hayan padecido la enfermedad o no hayan sido vacunados
Gobierno de la Rioja

El cuidado oftalmológico

El cuidado oftalmológico de los niños es importante ya que los primeros años de la vida son fundamentales para el desarrollo de la visión. El ojo en el niño es inmaduro y está en constante crecimiento hasta los 7 u 8 años. De hecho, la agudeza visual, que en el momento del nacimiento es prácticamente nula, alcanza el 100% a los 5 años.

Cualquier anomalía ocular no diagnosticada precozmente puede detener el desarrollo de la visión y dejar defectos que persistirán durante toda la vida, pudiendo tener, por ejemplo, una incidencia negativa en ciertos aprendizajes escolares. Es aconsejable asimismo, controlar el tiempo que un niño permanece ante el ordenador o la televisión ya que ambos aparatos exigen mucho de nuestro sistema visual.

Los problemas visuales que aparecen con más frecuencia en la etapa infantil son: miopía, hipermetropía, astigmatismo, ambliopía u ojo vago y estrabismo y su detección cuanto antes, es fundamental para un tratamiento adecuado.

¿Cuándo acudir al oftalmólogo?

Pueden darse dos situaciones diferentes:

- Cuando el niño tiene alguna queja o molestia ocular.
- Las visitas rutinarias que se deben realizar a pesar de que el niño no tenga problemas oculares, en especial si existen antecedentes al respecto en la familia.

Los especialistas aconsejan que la **primera visita se realice alrededor de los tres o cuatro años.**

Los motivos más frecuentes que obligan a los niños a visitar al oftalmólogo y que nos sirven de alerta a los padres son:

- Acercarse excesivamente a la televisión o al papel
- Entornar los ojos cuando miran objetos lejanos.
- Dolor de cabeza después de forzar la vista.
- Ojos rojos, lagrimeo o pestañeo de manera muy frecuente.
- Desviación de los ojos hacia adentro o hacia afuera.
- Diferencias apreciables de visión al tapar un ojo u otro.

Deben consultar a un oftalmólogo ante cualquier duda sobre la salud ocular de sus hijos.

Fuente: Instituto Oftalmológico de Barcelona

Las Rabietas

¿Quién no ha tenido que aguantar en ocasiones una serie de rabietas especialmente en niños y niñas de entre dos y tres años?

Sin embargo, es preciso saber que en estas edades, nuestros hijos e hijas están intentando demostrar que son capaces de actuar por sí mismos, de establecer su individualidad y pretenden hacerlo a su manera en lugar de cómo se les pide.

Todo ello es un signo normal de aumento de independencia, si bien no significa que sea fácil de resistir y mucho menos cuando lo hacen en público (que por otra parte es su especialidad).

Dichas rabietas siempre tienen un motivo que está clarísimo para el niño y la niña, y además, generalmente por casualidad, se han dado cuenta de que este comportamiento consigue los resultados que buscaban. Sin embargo, **deben aprender que es una conducta inadecuada, que no conduce a nada, que no le libra de sus obligaciones y que no modifica nuestra manera de pensar con respecto a algo.**

El objetivo de casi todas las rabietas es llamar la atención del adulto, y consiguen no sólo cuando les damos lo que piden, sino también cuando les regañamos, les miramos, intentamos razonar con ellos...etc.

Por todo ello, la forma más rápida de librarse de este comportamiento es **ignorarlo**, ya que no hay forma de razonar mientras dura el enfado. Solo así aprenderá que las rabietas no son eficaces y, poco a poco, decidirá usarlas con menos frecuencia.

La **firmeza** por parte del adulto para no ceder, **esperar** hasta que se calmen para hablar con los niños tranquilamente, **buscar** con ellos **otras formas** de pedir las cosas y la claridad de ideas acerca de lo que pueden y no pueden conseguir, estará en la base de la desaparición de estas conductas indeseables.

Consejos útiles para reducir el número de rabietas:

- Apártese. Continúe con lo que estaba haciendo y si el niño está en un lugar seguro, obsérvelo a distancia.
- Ni siquiera lo mire. Una breve mirada puede prolongar la rabieta.
- Esperar a que el llanto disminuya y recordarle que: Cuando termine de llorar, nos iremos a jugar o tendrá la oportunidad de contarnos todo más despacio.
- Una vez finalizada la rabieta, recibir al niño como si nada hubiera pasado, dándole la oportunidad de hacerse amigos otra vez.
- Si mantiene la rabieta, recordarle que estamos cansados de oírle.
- Llévelo a otra habitación y siéntele en una silla donde su hijo no pueda verle pero usted sí pueda controlarle y mantenerlo allí durante dos o tres minutos según la edad (un minuto por año más o menos), recordándole que no podrá moverse de allí hasta que se calme.
- Recuerde siempre que la rabieta es una herramienta que ellos utilizan para conseguir lo que desean y que, generalmente, no obedece a ninguna razón grave.

Como sabe, las rabietas aparecen más fácilmente cuando hay alguien ajeno a la familia, o cuando los padres y madres están más cansados. En este caso:

- Anticípese al problema y avise al niño de que va a ocurrir lo que sabe que le molesta. Darle tiempo para prepararse y asumir la situación.
- Dígale que pase lo que pase, o estén donde estén no se va a cambiar el "NO" por un "SÍ".

Si esta conducta no se trata adecuadamente en esta edad, continuará en adelante cuando los niños sean mayores y cada vez será más difícil de eliminar.

Cómo actuar ante las Parasomnias

Orientaciones generales)

Denominamos Parasomnias a los distintos fenómenos que se producen durante el sueño, interrumpiéndolo o no, y que son una mezcla de estados de sueño y vigilia parcial: Sueño intranquilo; Pesadillas; Terrores nocturnos; Sonambulismo; Somniloquio; Bruxismo y Movimientos de automecimiento. Por regla general y durante la infancia las Parasomnias no son graves, aunque hay que reconocer que pueden perturbar la vida familiar. La edad de aparición suele ser los 2-3 años y la edad de mayor incidencia entre los 3 y los 6 años.

Pesadilla: Ensoñación de contenido angustioso que suele aparecer de la mitad del tiempo de sueño en adelante. Se acompaña de una cierta ansiedad que puede ser recordada por el sujeto, al que la amenaza del sueño acaba, generalmente por despertar.

Terror nocturno: Episodios bruscos, precedidos por un grito de angustia y con el niño/a en expresión angustiada, sudoración abundante, respiración y pulso acelerados y movimientos agitados (Ej.: tirar de las ropas, movimiento de los brazos como para quitarse algo de encima...). La persona no se despierta en este episodio. Generalmente no se recuerda al día siguiente. Mas frecuente entre lo 4 y 12 años

Sonambulismo: Alteración en el transcurrir del sueño por la cual el sujeto ejecuta espontáneamente movimiento automáticos, llegando a deambular por la casa unos minutos. Después se acuesta y al despertar no se acuerda de nada.

Recomendaciones para evitar o disminuir la aparición de estas alteraciones.

Antes de dormirse:

- Dar al niño/a la oportunidad de hacer ejercicio físico antes de llegar a casa (jugar en el parque, correr, saltar, bicicleta...) con el fin de que descargue físicamente sus posibles tensiones.
- Bañarle todos los días, antes de irse a la cama, con agua abundante, lo más caliente posible (que no queme, ni resulte desagradable).
- Cenar lo antes posible, preferiblemente merienda-cena y al dormirse tomar un vaso de leche templada (o tila).
- Hacer agradable el momento de irse a la cama, contándole un cuento en el que no haya agresividad y estando, tanto el niño como el adulto tranquilos y relajados.
- Observar si pueden existir causas de tensión, tanto en el medio familiar como en su relación con el entorno en general, para intentar resolverlas.
- Valorar la situación donde duerme y/o si ha habido alguna modificación, cuando aparecen las parasomnias: Duerme lejos de los padres; cambio de ubicación de muebles; cambio de vivienda...

Cuando aparece la alteración del sueño:

- Ante todo, actuar con tranquilidad, no asustarse, pues si el niño/a está despierto, lo alteraríamos más.
- Es conveniente que se levanten alternativamente el padre y la madre, sin embargo hay que tener en cuenta que debe hacerlo el que sea capaz de actuar con más serenidad, y de más seguridad al niño/a.
- Si el niño/a está despierto (pesadillas), debemos intentar calmarle, abrazándole, dándole seguridad y estando con él o ella hasta que se tranquilice y se vuelva a dormir.
- En ningún caso debemos llevarlo a la cama de los padres. Si él o ella se pasan, siempre le acompañaremos a su habitación y le tranquilizaremos hasta que se duerma.
- Si el niño/a está dormido y aparecen los terrores nocturnos, procuraremos no despertarlo bruscamente, únicamente nos quedaremos a su lado vigilándolo y esperando que se le pase, manteniendo la calma y si es posible, intentando tranquilizarlo.
- Si aparece el sonambulismo, y el niño/a se levanta de la cama dormido, debemos proceder de la misma forma. Se le puede despertar muy suavemente, sin asustarlo o dejarlo tranquilamente que vuelva a la cama, tranquilizándole todo lo posible si se despierta confuso/a o asustado/a.

Es importante tener en cuenta que estas recomendaciones se refieren a auténticas Parasomnias, es decir, que están **descartadas** conductas como llorar, gritar, levantarse continuamente... con el fin de lograr ciertas respuestas por parte de los padres, tales como que duerman con él, llamadas de atención o evitar un hábito correcto de sueño.

Educamos Jugando...

¿Qué es jugar?

Jugar es la forma natural del niño y la niña de desarrollarse y aprender ya que es una actividad espontánea y muy motivadora, además de constituir su principal "ocupación". El juego contribuye al desarrollo tanto intelectual como físico y social de los niños y las niñas. Es por ello por lo que no hace falta que lo ponga en la caja para que un juguete sea educativo. Todos lo son si se adecuan a las edades y características de quienes los disfrutan. **Los juguetes han de ser adecuados.**

La publicidad y los grandes avances en materiales y mecanismos sofisticados y, por lo tanto, muy caros, pueden confundirnos en cuanto a lo adecuado del juguete. En muchas ocasiones, un juguete comienza a ser divertido cuando se estropea. Puede ser entonces cuando se fomenten la creatividad y la actividad y donde surja realmente el desarrollo de las diferentes facetas de su personalidad.

Por otra parte, un juguete comprado demasiado pronto, no sólo muestra al niño/a que es incapaz de usarlo, sino que también puede provocarle un rechazo definitivo. Solamente un juguete adecuado le gustará y, lo que es más importante, le interesará.

Jugar pero seguros.

Una condición indispensable del juguete es que no sea nocivo y que garantice al máximo la seguridad del niño/a que lo utiliza. Evitar por tanto, productos tóxicos, aristas, materiales cortantes, objetos muy pequeños que se puedan tragar o introducir en oídos o nariz, etc.

Los juguetes que llevan el distintivo CE, nos dan la seguridad de que han pasado los controles exigidos por la Comunidad Europea en esta materia. **Educamos a través de los juguetes.**

Cualquier juguete lleva consigo varias ideas sobre a qué y cómo jugar; cómo es (o puede ser) el mundo que nos rodea.

A través del juguete podemos educar a nuestros hijos e hijas en la no violencia, la solidaridad, la no discriminación, la creatividad, la tolerancia, la paz, etc. Por último, no olvidemos que el **mejor juguete** de un niño/a es el amor, el cuidado y el tiempo que le dedicamos.

MIS JUGUETES PREFERIDOS

3-4 AÑOS

- Objetos para el agua, columpios, pelotas y triciclos.
- Banco de carpintero, equipo con martillo, clavos, berbiquí, lija...
- Mecanos, puzzles y construcciones de madera grandes.
- Pintura de cera, plastilina.
- Cuentos cortos con imágenes.
- Muñecas y animales de juguete. Teléfonos.
- Tiendas de indios, cacharros de cocina.

4-5 AÑOS

- Patines y patinetes.
- Conjunto de construcciones y puzzles.
- Marionetas.
- Libros cortos con ilustraciones, cassettes y cintas de canciones.
- Juegos de mesa y cartas sencillos.
- Instrumentos de oficio, pinturas de maquillaje y ropa diversa para disfrazarse.

5-6 AÑOS

- Juguetes desmontables. Telares.
- Juegos de construcción con piezas pequeñas y puzzles más complejos.
- Cuentos y libros.
- Cassettes, juegos de cartas y de mesa cooperativos.
- Instrumentos musicales.
- Disfraces.
- Caja registradora.
- Juegos de experimentos.

“El Período de Adaptación a la Escuela Infantil.”

Propuestas y sugerencias a los padres y madres.

El periodo de adaptación es el proceso mediante el cual el niño va elaborando desde el punto de vista de los sentimientos, la pérdida y la ganancia que le supone la separación de su familia o de su situación anterior, hasta llegar voluntariamente a una aceptación de la misma.

A continuación señalamos una serie de aspectos que pueden ayudar a los niños a superar este primer periodo escolar con vuestra ayuda:

• **MOSTRAR SEGURIDAD Y CONFIANZA EN LA ESCUELA:** Hay que empezar por aceptar personalmente la separación reconociendo la autonomía de vuestro hijo. Las dudas sobre el Colegio o sobre la maestra no generan confianza ni colaboración. Ante la menor duda, el diálogo es una buena solución.

• **CREAR ACTITUDES POSITIVAS RESPECTO A LA ESCUELA INFANTIL:** Comentad con vuestros hijos lo que hay en la escuela, las actividades que van a realizar, los niños y niñas que van a conocer, con los que van a jugar, los materiales y juguetes que van a encontrar... etc.

• **NO HACER COMENTARIOS NEGATIVOS SOBRE LA ESCUELA:** No amenacéis con la escuela pensando que cuando vaya al colegio, no tendrá más remedio que acatar órdenes y seguir una disciplina que no habéis conseguido en casa.

• **INTERCAMBIAR CON LA MAESTRA TODA LA INFORMACIÓN QUE FACILITE UN MAYOR CONOCIMIENTO DE LOS NIÑOS Y LAS NIÑAS:** Acudid a las asambleas y entrevistas que se os ofrezcan, aportando toda la información que se os pida. Es importante que acudáis tanto el padre como la madre ya que ambos podéis aportar datos muy interesantes.

• **PARTICIPAR EN LA COMUNIDAD EDUCATIVA A TRAVÉS DEL CONSEJO ESCOLAR Y LA ASOCIACIÓN DE PADRES:** Un poco de vuestro tiempo favorecerá la marcha del centro y la respuesta educativa a vuestros hijos.

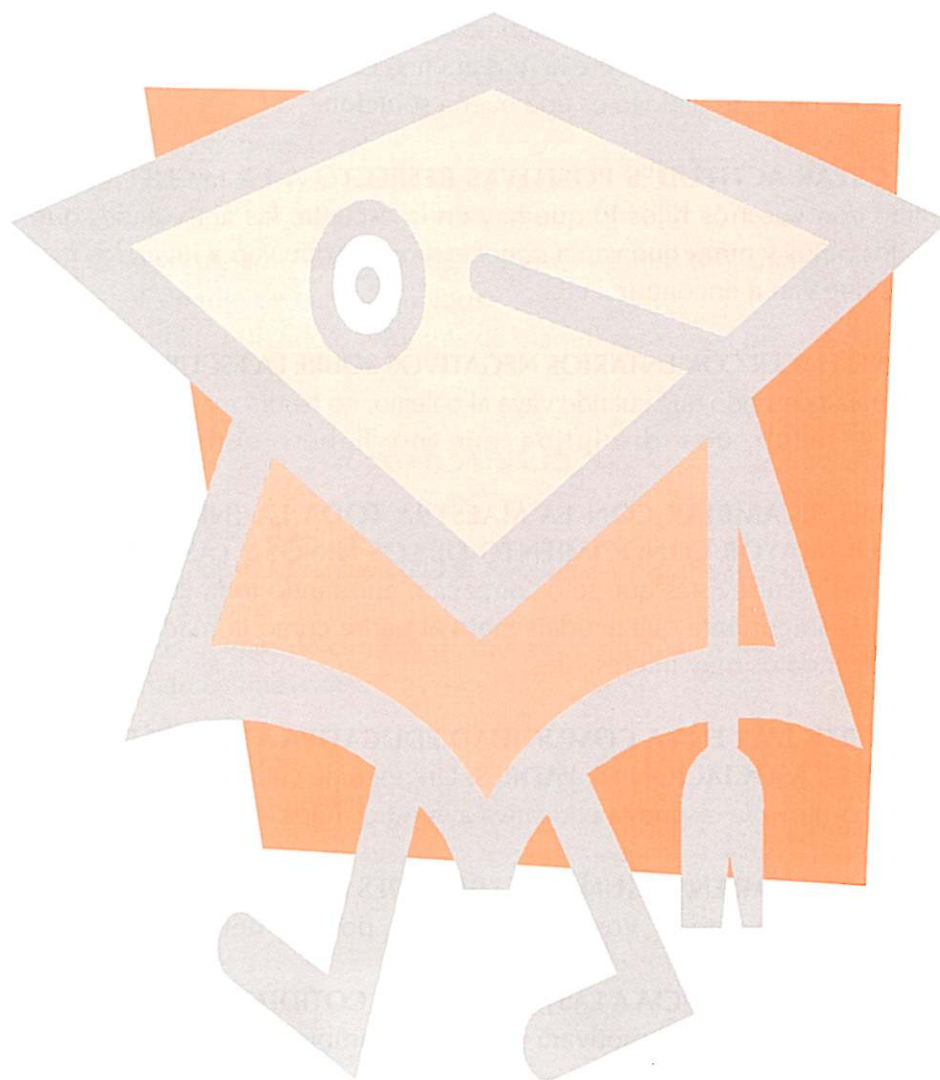
• **PARTICIPAR EN ALGUNAS ACTIVIDADES DEL AULA:** Siempre que podáis. A los niños les gusta y vosotros también podéis beneficiaros de ellas.

• **DAR IMPORTANCIA A LAS ACTIVIDADES COTIDIANAS QUE OS CUENTEN VUESTROS HIJOS:** Esto les motivará y creará un ambiente de comunicación entre vosotros.

- **RESPETAR LAS NORMAS DEL CENTRO Y LAS DE LA PROPIA ETAPA:** Como la puntualidad; la asistencia regular y continuada; procurar que no acuda al centro si está enfermo; comunicar la ausencia justificada de los niños; ponerle ropa cómoda que no limite sus movimientos y que beneficie su autonomía, etc.

- **SI NO LO HA HECHO YA, PROCURAR QUE ADQUIERA EL CONTROL DE ESFÍNTERES:** Para favorecer que se sienta realmente autónomo junto a sus compañeros y compañeras, y evitarle un mal rato ante los demás.

- **PREPARAR CON ELLOS EL MATERIAL QUE TENDRÁ DE LLEVAR AL CENTRO:** Les encantará y les hará sentirse seguros.



BIBLIOGRAFÍA

- "ATENCIÓN TEMPRANA" (Prevención, detección e intervención en el desarrollo (0-6 años) y sus Alteraciones) Pilar Gutiez Cuevas. Editorial Complutense. Madrid 2005
- "PSICOMOTRICIDAD EN LA EDUCACION INFANTIL" Comellas, M^a Jesús y Anna Perpinyá, Ceac Educación Infantil. Barcelona 2003
- "PSICOMOTRICIDAD Y EDUCACIÓN INFANTIL" Juan Antonio García Núñez, y Pedro Pablo Berruelo y Adelantado, Editorial CEPE. Madrid 1994
- "CÓMO DESARROLLAR LAS HABILIDADES MOTORAS" (Desde el nacimiento hasta los cinco años) Tara Losquadro Liddle, y Laura Yorke. Ceac Educación Infantil. Barcelona 2005
- "PSICOMOTRICIDAD JUEGOS Y CUENTOS PROGRAMADOS" José Jiménez Ortega; Juan Carlos Velázquez Mejías y Pablo Jiménez Román. Educación Actual. Madrid 2003
- "ATENCIÓN TEMPRANA" (Desarrollo infantil, trastornos e intervención) M^a Gracia Millá y Fernando Mulas. Editorial Promolibro. Valencia 2005
- "PROGRAMA DE ESTIMULACIÓN PARA NIÑOS DE CUATRO A SEIS AÑOS" (Habilidades motoras finas y gruesas) M^a Teresa Mollá Bernabéu y Susana Palanca. Editorial CEPE. Madrid 2002
- "Guía PORTAGE de Educación Preescolar" S. Bluma; M. Shearer y J. Hillard Ed. CESA
- "VALORES Y PAUTAS DE CRIANZA FAMILIAR. EL NIÑO DE 0 A 6 AÑOS". Estudio Interdisciplinar. Fundación Santa María. Madrid 1996
- "CÓMO MEDIR Y DESARROLLAR LOS HÁBITOS PERSONALES". M^a. Jesús Comellas. Aula práctica. CEAC . Barcelona 1989
- "CUENTOS PARA ANTES DE IR A DORMIR" Dr. Eduard Estivill y Montse Doménech. Planeta. Barcelona 2004
- "ESTIMULACIÓN DEL LENGUAJE EN EL AULA". Grupo de logopedia del C.P.R de Logroño. 1991

- “MANUAL DE LOGOPEDIA ESCOLAR”. J.R. Gallardo Ruiz y J.L. Gallego Ediciones Aljibe. Málaga 1993.
- EL NIÑO QUE HABLA”. Marc Monfort y A. Juárez. CEPE. Madrid 1991.
- “DESARROLLO PSICOLÓGICO Y EDUCACIÓN. PSICOLOGÍA EDUCATIVA”. Compilación de Jesús Palacios, Álvaro Marchesi y Cesar Coll. Madrid 1992.
- “DIAGNOSTICO DEL DESARROLLO NORMAL Y ANORMAL DEL NIÑO”. El niño de 0-6 años. Gessell y Amatruda.
- “REFUERZO Y DESARROLLO DE HABILIDADES MENTALES BÁSICAS” Carlos Yuste Herranz y Narciso García Nieto. Editorial ICCE. Madrid 1994.
- “PROGRAMA DE ESTIMULACION PARA NIÑOS DE CUATRO A SEIS AÑOS” Habilidades Perceptivo Cognoscitivas. M^a Teresa Moyá Bernabeu y Susana Navarro Palanca. Editorial CEPE. Madrid 2001.
- “LAS RELACIONES INTERPERSONALES EN LA INFANCIA Y SUS PROBLEMAS Y SOLUCIONES”. Manuel Jiménez Hernández. Ediciones ALJIBE. Málaga 2000.
- “EDUCACIÓN EMOCIONAL” Programa para niños de 3-6 años”. GROPE Elia López Cassa (coordinadora de la obra). Editorial PRAXIS. Barcelona 2003
- “INVENTARIO DE DESARROLLO BATTELLE”. Fundació Catalana per a la Síndrome de Down, 1989.
- DIFERENTES DOCUMENTOS y PROGRAMAS ELABORADOS POR EL EAT.
- PAGINAS WEB:
 - www.guiainfantil.com
 - www.pbs.org/wholechild/spanish/abc/physical.html
 - www.iob.es
 - www.larioja.org
 - www.avantel.net/~cedicalera/padres.htm



Gobierno
de La Rioja

Educación
Cultura y deporte
www.larioja.org



Guía de Atención Temprana

El niño y la niña de tres a seis años.

Guía de Atención Temprana

El niño y la niña
de tres a seis años.

Guía para padres y educadores



Equipo de Atención Temprana de La Rioja

Gobierno  de La Rioja