

CARACTERÍSTICAS GENERALES DE LOS NIÑOS/AS DE 3 AÑOS



Comprenden casi todo lo que oyen en la casa.

Todavía tienen dificultades para expresarse y para pronunciar muchas palabras.

El número de palabras que utilizan en la comunicación va aumentando

Son muy imaginativos y le dan vida a muchas cosas (una silla, una mesa, un muñeco....)

Se creen el centro del mundo

La escuela le saca de su mundo

No hacen las cosas con intención. Aún no distinguen claramente entre lo que está bien y lo que está mal.

El descubrimiento es una de sus principales dedicaciones.

ALGUNAS ORIENTACIONES

AUTONOMÍA

Deben aprender a lavarse y secarse la cara y las manos, ayudar cuando se baña, cepillarse los dientes, ayudar cuando se viste y desviste.

Deben aprender a comer solos, utilizar la cuchara y el tenedor, a beber en vaso, sorber con pajita utilizar la servilleta, ayudar a poner y quitar la mesa.



Tienen que recoger sus juguetes, ordenar su habitación, etc..

Deben dormir solos en su habitación.

Aprenderán a sonarse la nariz cuando sea necesario.

Mediante el juego adquieren mayor coordinación motora y mejorar su capacidad de relación.

ALIMENTACION



Procurar que sea lo más variada y natural posible. Cada día tomarán leche o derivados lácteos, fruta, cereales, carne pescado, legumbres, verduras, etc..

Debemos evitar las grasas saturadas (embutidos, mantecas, etc.) Y los alimentos azucarados (chucherías, bollería...)

El desayuno debe de ser completo. Vitaminas, hidratos de carbono, proteínas, sales minerales, grasas insaturadas. Incluir leche, cereales, fruta queso o jamón cocido, distribuyéndolos entre lo que toman en casa y lo que llevan para el recreo.

Los niños deben levantarse con el tiempo suficiente para lavarse, vestirse, desayunar tranquilamente y salir hacia el colegio con la energía suficiente para emprender su jornada escolar.

Acostándolos temprano conseguiremos cubrir mejor el objetivo anterior.

Necesitan desarrollar al máximo sus posibilidades motoras: caminar, jugar montar en triciclo, etc.. Evitar el sedentarismo.



LENGUAJE

A partir de los 18 meses de edad debemos evitar que tome la leche en biberón y utilice el chupete ya que esto deforma el paladar, los dientes y produce caries.

No deben tomar los alimentos triturados, desarrollar la musculatura de la boca y mandíbula, y mejora su lenguaje.

Hablar mucho con ellos, buscar momentos relajantes, tranquilos, aprovechar el juego, mirar libros en común, leer cuentos, películas.

Tomaremos el tiempo necesario para atender a nuestros hijos, enseñándoles a escuchar; escuchándoles.

Comentemos sus capacidades y posibilidades y no siempre sus limitaciones

Las palabras "mal dichas" a los que siempre reímos la gracia y le volvemos a repetir, pueden fijar un lenguaje infantil debemos evitarlas

No utilizar un vocabulario complejo. Ellos no sabe preguntar sobre su significado.



DESARROLLO EMOCIONAL

La conducta de los niños se rige por dos principios:

Necesitan sentirse queridos, ser importantes que les presten atención.

Actúan para satisfacer sus necesidades. Nosotros les decimos cómo hacerlo.

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

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

La aceptación y cumplimiento de las normas aumenta la tolerancia a la frustración, objetivo fundamental para el desarrollo de la personalidad de nuestros hijos.



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

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

Observar posibles gestos o posturas que indican que está pidiendo el pipí

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

Existe la posibilidad de recaídas. No debemos desanimarnos; es cuestión de **PACIENCIA**.

PARA SABER MAS

Tres libros donde pueden leer más profundamente lo que hemos expuesto son:

TROWELL, J. (1996): *Comprendiendo a tu hijo de 3 años*. Barcelona. Paidós.

BEAN, R. (1996): *Cómo ayudar a tus hijos en el colegio*. Madrid, Debate.

LEACH, P.: *Bebé y niño*. Madrid, Grijalbo.

VERGARA, J.: *Yo crío a mi hijo*. Madrid. Vergara Editor.

Las muestras de cariño, de amor y de afecto ayudarán a un mejor desarrollo físico, psíquico y emocional de su hijo/a.



JUNTA DE ANDALUCÍA

CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN
Delegación Provincial de Granada

Equipo de Orientación Educativa de Armilla



EL PIPI



Habituarlo desde pequeño a estar seco, cambiándolo a menudo, así, cuando se encuentre mojado se sentirá incómodo

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

PROGRAMA DE ACOGIDA

Educación Infantil
- 3 años -