

PROGRAMA DE HABILIDADES Y HÁBITOS DE AUTONOMÍA PARA DESARROLLAR EN LA FAMILIA



Los niños aprenden a ser autónomos a través de las pequeñas actividades diarias que desarrollarán en casa, en la guardería o en el colegio. Los niños desean crecer y quieren demostrar que son mayores en todo momento.

Área del autocuidado

OBJETIVOS

Se ha considerado enmarcar los objetivos en áreas que permitirán a los padres de familia o personas a cargo a enfocar las metas a lograr con sus hijos a través de actividades sugeridas que se proponen en este programa.

A pesar de la edad de los niños es muy importante iniciar desde los 3 años la aplicación de actividades que desarrollen habilidades de autonomía y de buenos hábitos para lograr hijos íntegros con valores que puedan expresar y aceptar opiniones de los demás viviendo en democracia basada en el respeto y tolerancia y siendo FELICES con lo que se propongan SER y HACER disfrutando las consecuencias de sus actos y tomando siempre la experiencia como oportunidad de mejora.



Área del autocuidado

Desarrollar habilidades que promuevan el vestirse solos, que elijan la ropa que usarán, coma solo, se asee, etc.

¿CÓMO LOGRAR LOS OBJETIVOS?

- Con paciencia.
- Con perseverancia.
- Aplicando rutina en las actividades diarias.
- Dando refuerzos positivos o constructivos para que su hijo(a) se sienta emocionalmente bien.
- Siendo ejemplo de lo que solicita; si pide que su hijo(a) salude al llegar del colegio, usted deberá también hacerlo cuando llegue del trabajo, etc.
- Diálogo frecuente a pesar de la edad, los niños entienden a pesar de ser pequeños.
- Involucrarse en sus experiencias y situaciones vividas, no solo escuchar o ver lo que le pasa y protegerlo, usar la mayoría de las situaciones como situación para aprender.

ÁREA DEL AUTOCUIDADO

OBJETIVO:

Desarrollar habilidades que promuevan el vestirse solos, que elijan la ropa que usarán, que coman solos, se aseen, etc.

ACTIVIDADES SUGERIDAS PARA NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS



En el momento de bañarlo, el niño puede ayudar a sacarse su ropa como las medias, short o pantalón o falda, etc.

- Al bañarse el niño o niña puede ayudar a enjuagar su cuerpo usando una jarrita o su misma mano. También puede ayudar a echarse jabón usando su esponja y frotársela por el cuerpo.
- Al salir del baño, puede ayudar a secarse su cuerpo y pies.
- Puede ayudar a acomodar los útiles de aseo para su propio baño, como trasladar su toalla, ropa, tina, etc.
- Puede abrir los frascos o envases de champú, jabón líquido, colonia, pasta dental y cepillarse los dientes con ayuda de un adulto, etc.
- Puede ayudar a acomodar las cosas que usó al finalizar la actividad; dejar la ropa sucia en el cesto de ropa para lavar, colocar los útiles de aseo ordenados, etc.

ACTIVIDADES SUGERIDAS PARA NIÑOS Y NIÑAS DE 4 AÑOS



- En el momento de bañarlo, el niño continúa desarrollando sus hábitos de higiene, jabonándose y enjuagando su cuerpo con mayor dominio de los útiles de aseo.
- Secarse el cuerpo (tronco, brazos, piernas, pies) usando la toalla correctamente, y ponerse su ropa limpia, la cual fue seleccionada por él con supervisión o ayuda.
- Puede abrir y cerrar los frascos o envases de champú, jabón líquido, colonia, pasta dental y cepillarse los dientes con supervisión, etc.
- Puede ayudar a acomodar las cosas que usó al finalizar la actividad; dejar la ropa sucia en el cesto de ropa para lavar, colocar los útiles de aseo ordenados, demostrando iniciativa; es parte de su rutina y lo realiza con poca supervisión.

ACTIVIDADES SUGERIDAS PARA NIÑOS Y NIÑAS DE 5 AÑOS



- En el momento de bañarlo, el niño logra usar con mayor eficacia los útiles de aseo: jabón, esponja de baño, inclusive puede echarse champú al cabello y frotárselo, esto dependerá de la frecuencia con la que se le permita participar de la actividad. Así como secarse su cuerpo usando correctamente la toalla.
- Cambiarse su ropa incluyendo medias y zapatos o zapatillas (atándose correctamente). La ropa fue seleccionada por el niño o niña usando su propio criterio de selección considerando el clima, momento, etc.
- Puede acomodar los útiles de aseo para su propio baño, como trasladar su toalla y ropa mostrando iniciativa y precisión usando un tiempo adecuadamente.
- Puede abrir y cerrar los frascos o envases de champú, jabón líquido, colonia, pasta dental y cepillarse los dientes con mayor eficacia aplicando la cantidad necesaria de pasta o jabón, etc para usarlo correctamente.
- Puede ayudar a acomodar las cosas que usó al finalizar la actividad; dejar la ropa sucia en el cesto de ropa para lavar, colocar los útiles de aseo ordenados, demostrando iniciativa; es parte de su rutina y lo realiza sin supervisión.