

### A modo de ejemplo, podemos dar las siguientes orientaciones:

- ◆ Pasar el mayor tiempo posible con vuestro hijo, dedicar tiempo a jugar con él.
- ◆ A partir de los 18 meses de edad, niños y niñas deben tomar la alimentación como el resto de la familia, no hecha puré, ya que masticando desarrollan la musculatura de la boca y por tanto mejoran su lenguaje.
- ◆ Realice con su hijo o hija juegos de movimientos bucales: inflar globos, sorber con pajita, tocar trompetas, silbatos, soplar velas, imitar ruidos o sonidos producidos por animales...
- ◆ Estimule el lenguaje de su hijo o hija constantemente: hablele mucho, cuéntele canciones, responda a sus preguntas, cántele canciones, escúchele con atención cuando habla...
- ◆ Hable a su hijo o hija pronunciando claro, despacio y bien, sin gritarle, mirándole a la cara, ya que los niños y las niñas aprenden a hablar imitando a los padres y madres. Debemos procurar que nuestros hijos e hijas tengan un buen "modelo" en nosotros mismos.
- ◆ No hay que hablarle con un lenguaje infantilizado, ni "reírle" o imitarle la expresión defectuosa aunque nos parezca graciosa.
- ◆ Para aumentar su vocabulario, se le presentarán objetos y se le indicará su nombre, a la vez que se le explica para qué sirven, qué color tienen, su forma, sus características, etc. Lo mismo se hará cuando salgan de paseo, haciéndole observar todo lo que tiene a su alrededor.
- ◆ Proporcione a su hijo o hija oportunidades para expresarse, interesándose por sus cosas, preguntándole por el colegio, sus amistades, sus juegos preferidos, sus programas favoritos
- ◆ Debemos premiar a nuestro hijo cuando sus hábitos/comportamientos sean adecuados. Así mismo, es necesario mostrarle nuestro enfado si su comportamiento/hábitos son inadecuados.



- ◆ Nunca se le debe ignorar cuando quiera hablar. Hay que escucharle atentamente y responder a sus preguntas. No diga a su hijo o hija, mientras habla, que se detenga y comience de nuevo. Convierta la comunicación en un placer. Recuerde que las muestras de cariño y afecto ayudan a un mejor desarrollo del lenguaje de su hijo o hija.
- ◆ No debemos responder en lugar del niño o la niña. Será mejor que cuando le preguntemos lo hagamos de tal forma que no pueda responder sólo con un "sí o no", por ejemplo: "¿Quieres una pera o una manzana?", en lugar de "¿Quieres una pera?". Favorece su creatividad: animale contigo a pintar, a jugar con barro, a inventar cosas.
- ◆ No lo etiquetes, si le dices que es "muy malo" acabará comportándose así. Si le dices "lo bueno que es" y cuanto le quieres reforzaras su autoestima.
- ◆ No le des todo lo que te pide, eso no le ayuda y lehará caprichoso e intolerante.
- ◆ No accedas a lo que quiera por evitar una rabieta. Dale las cosas solo cuando creas que es el momento/lo esta haciendo bien.
- ◆ Enséñale con tu ejemplo a dar las gracias, decir hola y adiós, respetar a los demás.
- ◆ Enséñale a respetar a los mayores. Nunca discutas con tu pareja/ profesor delante del tu hijo/a.
- ◆ Los niños aprenden lo que ven, en esta etapa el aprendizaje por observación es básico, por ese mismo motivo debemos cuidar nuestras repuestas y actos, ser coherentes y consecuentes.
- ◆ Las rutinas y límites son necesarios para dar seguridad.

## ¿PREPARADOS?

### COMENZAMOS UNA NUEVA ETAPA!

#### 1.- Identidad y autonomía personal.

##### 1.1.- Conocimiento y dominio del cuerpo.

- ◆ Sirvale de modelo y que el niño le imite, señalando: cabeza, brazos, piernas, etc.
- ◆ Anime en los progresos, déjele explorar, subir, bajar... Permita que vaya a su ritmo en el parque, límitese a vigilarlo de cerca y prestarle ayuda cuando la necesite.
- ◆ Racionalice los juguetes. Elija juguetes educativos.
- ◆ Realizar puzzles y rompecabezas.
- ◆ Desarrolle su afectividad y ayúdele a expresar correctamente sus emociones.

## 1.2.- Higiene y autocuidado.

- ◆ Enséñele a ayudar en pequeñas tareas y actividades: poner la mesa, recoger juguetes, ordenar el cuarto, recoger y ordenar la ropa, etc.
- ◆ Favorezca los hábitos de higiene y autocuidado: lavarse, vestirse, cepillarse los dientes, atarse los cordones, abrochar y desabrochar botones, comer solo, utilizar los cubiertos, etc.
- ◆ Debe tener una hora fija para ir a la cama que le permita un descanso adecuado, al menos debe dormir unas 10 horas. Debe dormir solo.
- ◆ Mantener un horario de comidas.
- ◆ Racionalizar el consumo de chucherías , bollería industrial, refrescos, etc.
- ◆ Favorece el consumo de frutas y verduras. Aunque te digan que no le gustan hay que acostumbrarlos a sabores nuevos. Así le estas dando vitaminas y minerales imprescindibles para su crecimiento.
- ◆ Favorezca el control de esfínteres, mediante las siguientes pautas de actuación:  
Explicar al niño o la niña lo que esperamos conseguir.
- Si es posible elegir una época del año, verano, más favorable.
- Quitar totalmente los pañales. Cuando tome la decisión no vuelva atrás.
- Llevarlo al Water cumpliendo un horario determinado o cuando manifieste tener ganas.
- Animar al niño y reforzarle los avances por pequeños que sean. Hacerle ver que confiamos en que lo va a conseguir.
- Acostumbrarlo a hacer "pipí" antes de acostarse.
- Caso de "accidente" debe cambiarse y ayudar a limpiar, recoger o volver a hacer la cama.
- Nunca se debe reñir, recriminar, ridiculizar o pegar. Procurar no prestarle demasiada atención, demostrarle que se comprende sus dificultades, mantener la calma y actuar en consecuencia.

## 1.3.- Comportamiento.

- ◆ Dé pocas órdenes y normas, pero tajantes y precisas. Sea consecuente con lo que dice, no ceda si no existen razones poderosas, evitará que el/la niño/a se desorienta y le ayudará a tener un comportamiento más uniforme.
- ◆ No dé importancia a la terquedad, rabietas y pataletas; está afirmando su YO ante los demás.
- ◆ Si hace algo mal regáñele manteniendo en todo momento una actitud firme pero serena y calmada. Cuando el/la niño/a esté tranquilo/a indíquele el error y como evitarlo.
- ◆ Si observa que su hijo/a es demasiado violento/a y agresivo/a, revise la actitud de los adultos que lo rodean, modelos que ve en tv., incluso de usted mismo. Estos comportamientos suelen ser aprendidos.
- ◆ El/la niño/a necesita que se le valore y felicite frecuentemente. NO LO CONFUNDA CON LOS PREMIOS. Si se acostumbra a ser premiado/a por todo lo positivo que hace, recurrirá al "chantaje" y le "pasará factura por todo".
- ◆ "Si haces esto, te doy ..." es una forma de "chantaje" inadecuada. Premios y castigos han de ser pocos y siempre productos de la reflexión.
- ◆ Es a través de las consecuencias la forma más efectiva en la que podemos enseñarles a regular su conducta.
- ◆ Padres y madres han de ser coherentes en las normas y estar de acuerdo entre ellos.
- ◆ No ser excesivamente "paternalistas" ni sobreprotectores.
- ◆ Mostrar interés cuando el/la niño/a realiza su trabajo. Cuando no hace algo bien se le indica, pero tener en cuenta que se critica el fallo, no la persona (Debemos decir "te has salido al colorear", nunca decir "eres un inútil").
- ◆ Evite muletillas insultantes: "¡eres tonto!", y las comparaciones: "tu hermano es más listo que tú". Comentarle lo que ha hecho mal y sugerir como hacerlo mejor.

## 2.- Desarrollo social.

- ◆ Favorezca que se relacione y juegue con otros niños. Mantenga una discreta supervisión.
- ◆ Fomente que comparta, siga instrucciones y guarde su turno.
- ◆ Fomente que sea respetuoso y educado con los demás niños y con el adulto. Enséñele fórmulas de cortesía: por favor, gracias, etc.
- ◆ Evite exponerlo/a a modelos agresivos. Eduque en valores como la tolerancia, el respeto, etc.
- ◆ Racionalice el uso de la Tv. No la use como niñera.

## 3.- Desarrollo del lenguaje.

El lenguaje oral es uno de los aprendizajes más importantes para el desarrollo posterior y por esto debemos favorecerlo de la forma más adecuada.

El entorno familiar es un lugar privilegiado para favorecer su desarrollo. A lo largo del día surgen gran número de ocasiones, en las que a través del juego, se puede estimular el lenguaje del niño.

- ✓ Háblale despacio y no lo imites cuando se equivoque. Señále a mirar objetos, fotos, lugares conocidos... Que te diga nombres / acciones / que te cuente cosas.
- ✓ Hazle preguntas abiertas, animándole a pensar y a explicarse: ¿por qué?. ¿Cuándo?...
- ✓ Dale tiempo para que responda a tus preguntas.
- ✓ Cuida que no grite, que no fuerce la voz. Debe de hacer un "buen uso de la voz".
- ✓ No fijar la tartamudez de carácter evolutivo: no hacerles conscientes de su habla. Ejemplo: repite / habla despacio / coge aire.
- ✓ Prestar atención a posibles déficit auditivos. Por ejemplo: si sube el volumen de la televisión, si no responde a su nombre / sonidos; y si tiene grave retraso en el lenguaje.