



Colegio Europeo  
**ARISTOS**

*Escuela de Padres*  

---

*Educación Infantil*

*Nº 2*



*La Autonomía*



## 2. La autonomía

### Introducción:

En muchas ocasiones resulta más fácil y más rápido hacer una cosa que explicar o enseñar a otro cómo se hace. Es algo que debéis evitar a la hora de educar a vuestros hijos. Si protegéis excesivamente al niño o le dais todo hecho, aunque sea con vuestra mejor voluntad, estaréis entorpeciendo el desarrollo natural de los niños, impidiendo su gradual independencia.

Para que un niño aprenda a manejar un instrumento o realizar una actividad (comer con la cuchara o abrocharse los botones) no hay nada mejor que elogiarle cada vez que los intente hacer solo y dejarle practicar (aunque se manche o tarde mucho, siempre que la situación lo permita).

La labor debe de ser "fortalecedora" no "realizadora" por parte del adulto, ya que la primera actitud favorece la autonomía del niño, siempre que se acompañe de elogios (refuerzo positivo), y manifiesta el interés de los padres ante la realización (o el intento) de la actividad cotidiana de que se trate. También debéis tener presente que la frecuencia con que se practique una actividad (recoger los juguetes, limpiarse la nariz) llevará a la adquisición de hábitos saludables (orden, higiene). Ese aprendizaje cotidiano se convertirá en un hábito y se facilitará si los niños cuentan con modelos adecuados por parte de los adultos.

### Hábitos Adecuados En Estas Edades:

Desde edades tempranas, vuestro hijo ha ido aprendiendo mediante la experiencia y la observación una serie de hábitos que son necesarios y adecuados para que se desarrolle como persona. Entre ellos, se encuentran el sueño, la alimentación, la higiene, hábitos fundamentales para que crezca que una manera sana y autónoma.

Según vuestro hijo va creciendo, va adquiriendo una serie de destrezas y habilidades que le posibilitan aprendizajes posteriores. En los últimos cursos de Educación Infantil va realizando pequeñas tareas de manera semanal para ir generando un **hábito de trabajo** adecuado a sus edades. Es decir, al llegar a la etapa de Educación Primaria, se siente preparado para ir asumiendo pequeñas responsabilidades, que irán creciendo según vaya avanzando en los cursos académicos.

### Actividades que pueden hacer los niños por sí mismos:

<i>Alimentación</i>	A partir de los 2 años los niños pueden comer de todo, aunque hay que evitar darles grandes cantidades de comida. Avanzaremos desde coger la cuchara ellos solos, derramando el contenido de la misma en el babero, a poco a poco ir adquiriendo las destrezas necesarias para comer solo sin demasiada ayuda, siendo conscientes que el único inconveniente en estas edades es la utilización del cuchillo.
---------------------	---

## 2. La autonomía

<i>Higiene Personal</i>	Habilidades y necesidades básicas de aseo y autonomía personal comienzan con la necesidad de distinguir entre sentirse "sucio" o "limpio". Lavarse las manos, ir al baño, colaborar al bañarse, etc. son actividades que pueden ir consiguiendo alcanzar a estas edades.
<i>Vestido</i>	A partir de los 2 ó 3 años, los niños desean vestirse solos, conviene primero que le enseñéis a hacerlo explicándole los "paraqués" de las cosas y luego que os arméis de paciencia. Los primeros días tardará horas. Después, con el paso del tiempo, lo hará mucho más rápido e, incluso, irá adquiriendo nuevas habilidades (ponerse los calcetines, abrocharse los botones y a partir de los 5 años hacerse lazos y nudos en los zapatos).
<i>Sueño</i>	El sueño es un hábito fundamental para los niños y uno de los más complicados para los padres, porque en ocasiones, puede más el cansancio que actuar de manera adecuada a esas horas de la noche. A partir del año, el niño tiene que tener su propia habitación, siempre y cuando no esté malito. Posteriormente, hay que ser pacientes y apoyarles si tienen miedos o pesadillas, pero siempre en su habitación. Hay que proporcionarles estrategias para "espantar" ellos solos sus propios miedos.
<i>Orden</i>	Es necesario a estas edades un orden en los horarios de comida, en las horas de sueño, en el aseo personal y en las salidas de paseo, sus tiempos de juego.
<i>Relación con sus iguales</i>	Los niños aprenden a relacionarse con los demás con el tiempo y vivenciando aquellas habilidades sociales necesarias para ello. El adulto debe dejarle que sea el propio niño el que solucione sus problemas, dándole pautas para ello, siendo conscientes que puede cometer errores.

### **Pautas para fomentar la Autonomía:**

- Debéis intentar que el niño sea autónomo progresivamente, prestándole u ofreciéndole ayuda y dejándole que la pida cuando la necesite.
- No solo hay que alabar al niño cuando consigue hacer algo por sí mismo, sino que hay que felicitarle por sus intentos y poner de manifiesto cada pequeño progreso.
- Cuidado con culpabilizar o reprender excesivamente a los niños si no logran realizar algo, podéis contribuir a que el niño se forme una mala imagen de sí mismo. No debéis decir a un niño "eres un sucio", sino hacerle ver que "está sucio", dándole motivos de la necesidad de estar limpio y cómo poner conseguirlo.
- Si hacéis que los niños dependan en todo de los adultos podéis hacerles tímidos, inseguros, incapaces de desenvolverse solos y/o de relacionarse con los demás.

2. La autonomía



*Un colegio  
Tradicional e Innovador*

