



CÓMO AYUDAR A MADURAR A SU HIJO.

Documento dirigido a padres y madres del alumnado de 3 años.

- Enseñadle hábitos de aseo personal, vestido, orden y limpieza.
- Pedidle que coma solo. Acostumbradle a una alimentación variada, con diferentes texturas y sabores.
- Dejad que se haga mayor evitando la sobreprotección.
- Id eliminando útiles de bebé: chupete biberón, pañal, cuna, silleta...
- Animadlo a que realice tareas de casa: recoger sus juguetes, echad la ropa sucia a lavar, ayudar a poner y quitar la mesa, etc. Aplaudid sus logros.
- Acostadlo temprano; la prevención del cansancio es fundamental para evitar muchos trastornos de conducta.
- Favoreced la observación en paseos y excursiones.
- Escuchadle con atención y responded sus preguntas.
- Enseñadle a respetar la naturaleza y su entorno.
- Jugad con él un rato al día y los fines de semana.
- Llevadlo al parque para que se relacione con otros niños.
- Limitad el tiempo de T.V. y seleccionad los programas que ve.
- Acostumbradle a respetar las normas elementales de convivencia: saludar, pedir las cosas por favor y dar las gracias, guardar turno y escuchar a quien habla.
- Enseñadle a utilizar adecuadamente objetos no peligrosos.
- Habladle claro llamando a cada cosa por su nombre y con lenguaje de adulto.
- Habitualde a pronunciar despacio, vocalizando y sin chillar.
- Aumentad su vocabulario, explicándole las palabras nuevas que va descubriendo.
- Aprovechad las comidas familiares para conversar con él, sin T.V.
- Contadle cuentos dejando que el niño participe de la lectura de imágenes.
- Enseñadle canciones, poesías y adivinanzas.
- Contad con él al subir o bajar escaleras.
- Dejad a su alcance papel, pinturas y dibujos para rellenar.
- Dadle papel de periódico o revista para rasgar con los dedos, arrugar, hacer bolitas, doblar... plastilina para hacer churros, bolas..., gomets o pegatinas para pegar y despegar.
- Enseñadle a reconocer símbolos, carteles, señales y propaganda.