

HÁBITOS AUTONOMÍA:

(3º Infantil)

Alimentación

Años	Comportamiento en la mesa	Uso de instrumentos	Bebida	Preparación de alimentos
5 – 6	Aún se mancha aunque poco. Normalmente no se levanta de la mesa. Empieza a mezclarse la comida. No acostumbra a hacer porquerías en el plato.	Coordina difícilmente el uso del tenedor y del cuchillo.	Sabe servirse de botellas o jarras pero con algunos accidentes. Bebe agua sin derramarla	Se prepara desayunos o meriendas (cortarle el pan). Sabe untar el pan con alimentos pastosos. Ayuda al adulto a preparar manjares fáciles.
6 – 7	Coordina tenedor y pan para recoger alimentos. Sabe estar sentado toda la comida. Asume que debe comer de todo. Se mancha ocasionalmente. Los restos que tiene en su plato no los pasa a los demás. Puede aguantar bien sentado en un restaurante pero necesita conversación.	Uso correcto de los cubiertos, aunque no siempre los coge bien, ni puede cortarlo todo. Empuja con el pan. No usa babero pero si servilleta.	Sabe servirse de jarras y botellas sin accidentes.	Sabe cortarse el pan, aunque no demasiado bien, para preparar meriendas. Ayuda a preparar platos fáciles. Aprende a condimentar con aceite y vinagre. Puede calentar leche en el microondas, pero no abre la nevera y dispone de la comida sin control.

Vestir

Años	Desnudarse	Vestirse	Aspecto General	Cuidado Ropa
5 – 6	Se desnuda solo. Si tiene algún percance pide ayuda	Se viste con agilidad, no se descuida con ninguna prenda. Sin problemas con botones o cremallera Le cuesta botón vaquero No se empeña en que le vistan. Se inicia en hacerse lazos.	Se gira las prendas y se asegura que le queden bien puestas. Pide ayuda si no sabe arreglarse. Tiene cuidado del calzado. No hace falta decirle que se cambie la ropa interior.	Sabe ser más cuidadoso, de acuerdo con el lugar donde debe ir. Puede ayudar a limpiar el calzado.
6 – 7		No le es problema tener que cambiarse más de una vez al día. Aún tiene dificultad con los lazos.	Asume la necesidad de un aspecto adecuado a la actividad a realizar. Tiene en cuenta el color o tipo de prenda. Se da cuenta si va sucio, y se cambia, estar alerta.	Deja la ropa en el lugar adecuado, plegada o no, según convenga. Sabe limpiarse el calzado con productos manejables

Higiene

Años	Control de la Evacuación	Higiene Corporal
5 – 6	Por la noche se espabila solo sin ayuda. Se limpia en el W.C. con bastante corrección. Tira de la cadena del W.C. (aún hay que controlarlo)	Se empieza a peinar, si tiene los cabellos cortos. Se controla las uñas de las manos, pide ayuda. Se lava los dientes, aún no muy correctamente. Se interesa por lavarse en la bañera. Se frota todo el cuerpo.
6 – 7	Se arregla la ropa después del W.C., aún hay que ayudarlo. Se defiende correctamente en el W.C., sin casi control	Se lava las manos después del W.C. (con control) Acostumbra a ir con cara y manos limpias. Sabe lavarse los dientes aceptablemente bien. Se baña o ducha con bastante corrección (es preciso control). Se interesa por la higiene de las uñas de las manos y pies y pide ayuda.

Sueño

Años	Despertarse
5 – 6	Sabe prescindir del adulto por poco rato, luego va a la cama de los padres y les cuenta cosas.
6 – 7	Sabe organizarse en festivos: deja dormir, coge comida y no reclama adulto hasta un buen rato después.
Años	Dormir
5 – 6	
6 – 7	Acepta sin demasiados problemas el ir a dormir, aunque sea el único que va. Se despide. No es necesario acompañarle aunque espera que le vayas a tapar y despedir. Si sueña por las noches no le cuesta mucho volverse a dormir.

Responsabilidad

Años	Orden en la habitación y cosas
5 – 6	Debe dejar las cosas en su sitio. Recoge sus juguetes sin ayuda pero agradece que no se le deje solo cuando lo hace: le gusta que le miren cuando hace las cosas bien.
6 – 7	Debe ser el protagonista en ordenar sus juguetes, debemos ayudarle. Es consciente que necesita un orden y pasa ratos ordenando, ya que sino no encuentra lo que quiere.
Años	Responsabilidades domésticas
5 – 6	Sabe ser responsable de algún animal (ayuda en la limpieza). Puede ser responsable de tareas domésticas simples: polvo, lavabo... Sabe aceptar un castigo en su cuarto sin pataletas
6 – 7	Puede ser responsable de poner la mesa, sacar la basura. Puede limpiar alguna cosa, sistemáticamente.

Organización y Orden

Años	Organización del Dinero	Organización Tareas-Actividades
5 – 6	Puede iniciarse en darle algún dinero semanal. Le cuesta administrarse, pero comprende que si se le ha acabado debe esperar.	Puede prepararse la bolsa de deportes. Controlar. Puede ir a casa de los amigos a pasar la tarde
6 – 7	Toma conciencia del valor de las cosas. Es preciso ayudarle pero a menudo deja de gastar al ser consciente de que no le compensa el precio con el capricho que tiene.	Toma conciencia de que el tiempo es un condicionante de las actividades. Toma interés por los días de la semana, relacionándolos con hechos próximos.

Soledad - Independencia

Años	Estar solo en casa	Ir solo por la calle
5 – 6	Puede estar solo por la noche, mientras sus padres están en el cine; si se despierta no se preocupa.	Puede ir a comprar cosas aunque deba atravesar la calle (de una sola dirección). Sabe que tiene que hacer si se pierde.
6 – 7	Se queda solo sin problemas por la noche, si tiene algún imprevisto sabe telefonar a alguien.	Sabe dirección y teléfono. Puede ir solo al colegio si no está lejos o no hay calles con demasiado tránsito. Puede atravesar calles de doble sentido. Sabe respetar semáforo.

Relación Social

Años	Relaciones Sociales
5 – 6	Sabe explicarse en el médico, aunque no con mucha precisión. Sabe saludar, especialmente a la gente conocida. Sabe contestar adecuadamente al teléfono. Si se le marca el número, llama a conocidos por teléfono y les da correctamente el encargo. Pierde el temor a la policía. Se queda a dormir sin problemas en casa de amigos por un día o dos
6 – 7	Comprende el papel del médico y lo ve como amigo. Si va gente a casa no llama constantemente la atención y sabe jugar mientras escucha o prescinde de los adultos. Sabe saludar normalmente sin decírselo. Sabe telefonar por cuestiones concretas. Sabe contestar al teléfono y pasar correctamente el encargo.