

ORIENTACIONES A PADRES Y MADRES CON HIJOS(AS) EN EDUCACIÓN INFANTIL

De los resultados del Programa Preventivo llevado a cabo en los Centros de nuestra Comarca con todo el alumnado de Educación Infantil, se desprende que hay niños(as) de 3 a 6 años que mantienen una serie de "hábitos inadecuados" que deberían ser corregidos y encauzados y/o carecen de "hábitos adecuados" o una apropiada estimulación para lograr un mejor desarrollo integral. Y sobre estos aspectos trata el presente "tríptico orientativo":

Uso de biberón, chupete, comida triturada.

Todo ello puede dar lugar a deformaciones en la boca, dientes... a posteriores problemas del habla... que repercutirán a su vez en el aprendizaje de la lectoescritura.

Es importante morder y masticar para fortalecer dientes y encías.

Hábitos de alimentación inadecuados.

Se dan **hábitos inadecuados**, tales como **darles** de comer (para que coman más cantidad y más rápido) cuando ellos(as) ya son capaces de comer solos(as); darles "caprichos" para que coman, convirtiendo a veces en un circo la hora de la comida; comer de forma selectiva (no comen de todo, de forma equilibrada y variada); levantarse durante las comidas...

Es importante ir desarrollando el hábito de estar sentados(as) pequeños periodos ya que esto ayudará a su actitud en clase.

Hábitos de sueño inadecuados.

Es básico y necesario para los niños(as) en esta edad el dormir unas **diez horas**, ya que de lo contrario el niño/a estará cansado(a) y tendrá un bajo

rendimiento en todas las facetas. Por tanto habrá que evitar el hecho de permanecer hasta altas horas de la noche jugando, viendo la tele, etc... Debemos favorecer un sueño reparador, facilitándole actividades relajantes en esas horas del día: baños, cuentos, charlas tranquilas donde contemos cosas que han pasado durante el día... Además debemos desarrollar en los niños(as) hábitos de sueño adecuados, tales como dormir en su propia habitación, en su cama y nunca favorecer que el niño(a) se pase a otra cama durante la noche.

Uso "inapropiado" de la Televisión.

No debemos olvidar que son los padres quienes **deben controlar el tiempo que los hijos(as) ven la tele**, películas de vídeo, vídeo-consola... El exceso de horas ante estos aparatos da lugar a:

- Problemas en la visión (forzar la vista)
- Problemas de dolores de cabeza (cefaleas)
- Falta de descanso.
- Falta de motivación en la iniciación a la lectura y ante el aprendizaje
- Problemas añadidos: violencia, agresividad...
- Problemas de sobrepeso debido al sedentarismo.
- Vagancia mental y física.

Falta de hábitos de autonomía (aseo y vestido)

Es necesario ir entrenando a nuestros hijos(as) e ir dándoles responsabilidad y autonomía. Por tanto **es indispensable que sean ellos mismos los que hagan todo lo posible por sí mismos**, aunque para ello necesitarán de toda nuestra ayuda (facilitarle el vestido con "ropa sencilla") comprensión y paciencia.

Dificultades en el lenguaje.

Para facilitar un desarrollo normal del lenguaje del niño(a), hemos de tener en cuenta unas sencillas ideas:

1. **Debe masticar y debe evitarse el uso de biberón y chupete**, como ya se ha indicado antes.
2. **Debe vigilarse un adecuado funcionamiento de todos los órganos implicados en el lenguaje** (oído, órganos respiratorios y fonatorios,...). Atención a las otitis de repetición.
3. **Debe haber una buena respiración. Le debemos enseñar a limpiar bien su nariz**, para que el aire penetre sin obstáculo, y la respiración se haga de forma natural. Las consecuencias pueden notarse tanto en el habla, como en la frecuencia de los resfriados. Por ello es muy importante vigilar los problemas de vegetaciones o adenoiditis, ...
4. El **niño(a)** aprende por imitación, y por supuesto también el lenguaje se adquiere así. Por ello debemos hablarles correctamente, darles **un buen ejemplo de habla es la mejor enseñanza**. Recuerde que los últimos fonemas que se adquieren son la "r" y los grupos consonánticos. Será suficiente con que los escuchen correctamente articulados. Tenga también en cuenta que en esta edad la **disfemia o tartamudeo** puede aparecer como un episodio evolutivo que no hay que intentar "corregir" porque con ello solo crearíamos el problema.
5. **Para facilitar el aprendizaje al niño(a), debemos hacer con ellos juegos de lenguaje (trabalenguas, retahílas, canciones, poesías, adivinanzas...)** También debemos utilizar juegos o aprovechar situaciones de la vida diaria para enseñarles todo tipo de conceptos, vocabulario,...
6. **Debemos utilizar** un tono de voz adecuado, ni gritando, ni susurrando, sin imitar su lenguaje infantilizado y sobre todo sin reírse de sus dificultades o ridiculizarles. **Cuando diga algo mal (una palabra o frase) se le dará el buen ejemplo**

pronunciándose bien para que lo oiga o vaya captándolo. No se debe corregir de forma directa, sino indirectamente.

En aquellos(as) niños(as) que tengan mayor dificultad para atender cuando se les habla, hay que dirigirse a ellos de cerca, manteniendo contacto visual con ellos(as).

Rabietas y problemas de conducta.

Descubrir hasta que punto son capaces de salirse con la suya es una tarea habitual para los niños(as) de estas edades. Es a los padres y madres a quienes les corresponde poner los límites. **Aquellos niños(as) a los que se les concede aquello que piden a través de una rabieta, continuarán pidiendo las cosas a través de rabietas porque han obtenido "beneficio" con ello.**

Ante conductas indeseadas persistentes (llamadas de atención), suele dar resultado ignorarlas, siempre y cuando éstas no supongan daño para los demás o para el propio niño(a). Si la conducta merece ser "reprimida" (no es una simple llamada de atención) es preferible hacerlo con calma y serenidad, retirando privilegios al niño(a). Evitar los gritos, insultos, castigo físico, sermones, comparaciones, etiquetas,...

Para fomentar una conducta deseable es muy importante prestar más atención a estas conductas y valorarlas (reconozca cualquier mejora en su conducta y "pillarles siendo buenos").

Unas últimas recomendaciones:

- **Vigile la vista en sus hijos(as)**, máxime si existen antecedentes familiares con problemas de miopía, baja visión, estrabismos,...
- **Los niños(as) deben tener horarios fijos** para comer, dormir, para su aseo.
- **Si su hijo(a) se hace pipí en la cama no le riña ni castigue;** si tiene más de 5 años, consulte con su pediatra y sobre todo tenga paciencia.

- Si su hijo(a) se **aísla** demasiado, no se comunica con otros niños(as), es demasiado agresivo, sus rabietas son demasiado frecuentes, está habitualmente triste o llama la atención con conductas muy inusuales, parece no atender ni comprender órdenes u observa capacidades intelectuales muy altas, **consulte al orientador(a) del Centro.**

- **Si su hijo es zurdo, no le contraríe.** Tan sólo ayúdelo a distinguir izquierda y derecha, y los conceptos antes/después y delante/detrás...

- **Cualquier** cosa que quiera consultar o comentar con su profesora o especialistas, hágalo **sin que el niño(a) esté presente.** No es bueno que él(ella) oiga hablar de sus "dificultades".

- **No sobreproteja a su hijo(a)**, quererle no significa hacerle dependiente de usted. Quererle es atenderle debidamente y educarle en unas normas y valores, en las que se sienta seguro(a).

- **No le** compare negativamente con familiares, conocidos, compañeros...

- **Dedíquele su tiempo, su atención, su afecto,...** Si el trabajo les impide dedicarle el tiempo necesario, no le someta a demasiados cambios (déjenlo siempre con una persona de su confianza, pero los padres deben seguir imponiendo sus criterios y pautas educativas).

- **Desarrolle su motivación** y gusto por el trabajo escolar, por el aprendizaje en general, edúquelos(as) en la responsabilidad como un valor fundamental, desde pequeños(as).

- **Enséñele a valorar a su profesor(a) y a respetar las normas que éste ponga en la clase;** respetar su autoridad siempre beneficiará a su hijo(a). Entre los padres y profesores educaremos niños(as) felices y responsables para el día de mañana.

ORIENTACIONES A PADRES Y MADRES



ROSARIO PARADAS VALENCIA
Psicóloga - Orientadora
Equipo de Orientación Educativa
de
Anteuera