

C.P. “BAUDILIO ARCE” EDUCACIÓN INFANTIL

Jornada Escuela y Familia: Orientaciones para una Crianza
Positiva y Saludable.



PRIMERA INFANCIA: ¿Qué necesitamos acompañar especialmente?

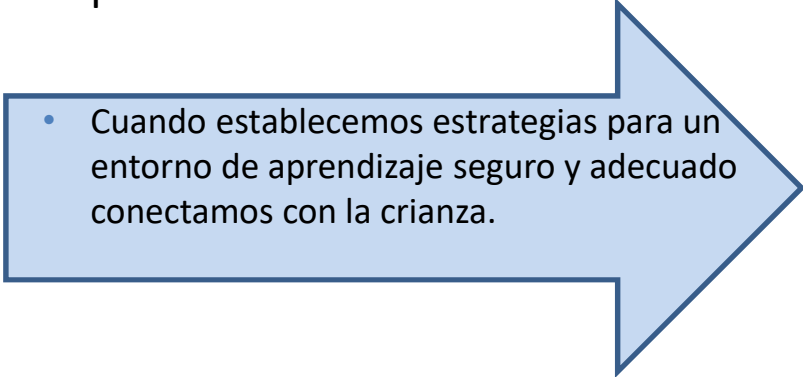
- **Necesidades básicas:** alimentación, salud, descanso, actividad física...
- Adquisición de los **aprendizajes y autonomías básicas**. La escuela...
- **Curiosidad** y ganas de aprender cosas nuevas.
- Desarrollo de la **imaginación** y el **juego** como forma de crecer.
- Necesidad de **rutinas claras**: significan seguridad.
- Aprendizaje de la **convivencia**: compartir, respetar y resolver conflictos.
- Necesidad de **aceptación** por el entorno.
- Búsqueda de aprobación de las personas adultas y de **reconocimiento** de logros (refuerzo).
- **Desarrollo emocional**: empiezan a reconocer emociones básicas, a ser capaces de comprender las de los demás y a mostrar preocupación por ellos, aunque su desarrollo es gradual (comienzan a ponerse en el lugar de otras personas).
- **Estimulación del lenguaje**.

DESARROLLO Y CRIANZA EN LA ETAPA INFANTIL

Desarrollo y la crianza son procesos interconectados

- **Desarrollo:**

- Se abordan temas sobre el desarrollo cognitivo, social y emocional, como habilidades para socializar.

- 
- Cuando establecemos estrategias para un entorno de aprendizaje seguro y adecuado conectamos con la crianza.

- **Crianza:**

- Se discuten temas como el **manejo de rabietas**, la **importancia del juego y la lectura**, y la implementación de **estrategias de disciplina positiva**, como educar sin premios ni castigos; el apoyo a los hábitos de autonomía, la estimulación del lenguaje, la atención o la planificación; la educación emocional, el uso de pantallas...

Estilos de crianza

Desarrollo

- El desarrollo se refiere al crecimiento físico y la maduración de funciones cerebrales y orgánicas (funciones vitales).

Crianza

- Es el **proceso de cuidado, educación y orientación (guía)** para promover el desarrollo físico, emocional, social e intelectual adecuado (pleno y sano). Implica **actitudes, comportamientos y prácticas** que transmiten valores, normas y comportamientos, además de ofrecer apoyo, disciplina y estímulo para el crecimiento saludable y el desarrollo pleno. Importante: comunicación, establecimiento de límites, afecto y ejemplo.

Investigaciones sobre la relación

- En sus investigaciones, Diana Baumrind (1966) concluyó que los niños y niñas en edad preescolar mostraban comportamientos muy diferentes relacionados con el tipo de crianza que recibían.
- Según esta teoría, existe una relación estrecha entre el estilo de crianza y el comportamiento. El modelo de paternidad o maternidad determina, en buena medida, el desarrollo y tiene consecuencias sobre la forma de ser.
- Basándose en sus investigaciones, Baumrind identificó tres estilos de crianza: autoritario, permisivo y democrático. En la década de los 80, Maccoby y Martin añadieron el cuarto estilo: el negligente. Hoy en día, se ha generalizado hablar también de estilo sobreprotector y generalizar el término de crianza positiva para referir las estrategias adecuadas.

Estilos de crianza

Autoritario

- **Características:** Exigente, rígido e inflexible. Se enfoca a la disciplina, el control y la obediencia. Se espera obediencia ante reglas estrictas sin negociación ni cuestionamiento.
- **Consecuencias:** Obediencia, pero miedo a cometer errores, problemas de autoestima y dificultad para tomar decisiones (falta de independencia).

Democrático

- **Características:** Combina normas claras con calidez/ cariño y apoyo emocional (persona adulta receptiva); disciplina con afecto y comunicación. Fomenta comunicación, sentido crítico e independencia.
- **Consecuencias:** Niño/a responsable, autoestima saludable; favorece el desarrollo del lenguaje y las habilidades sociales.

Permisivo

- **Características:** Estilo cariñoso, pero poco exigente. Expectativas mínimas y límites muy suaves. Tiende a evitar los conflictos; permiten a los hijos/as decisiones propias incluso a edades tempranas. Mucho apoyo emocional, pero poca estructura; desarrollo desigual de habilidades lingüísticas. Dos tipos: Indulgente y negligente
- **Consecuencias:** Dificultades para la autodisciplina y las responsabilidades. Dificultades para aceptar la autoridad por falta de límites claros.

Negligente o indiferente

- **Características:** Estilo distante y/o indiferente; actitud emocionalmente distante (bajo afecto) o falta de disponibilidad. No se establecen reglas ni expectativas.
- **Consecuencias:** Impacto negativo sobre el desarrollo emocional y social. Inseguridad; problemas de autoestima y dificultades para relacionarse.

Sobreprotector

- **Características:** Evitación de cualquier dificultad o sufrimiento. Exceso de control y déficit de “dejar hacer”. Intenta evitar sufrimientos, solucionando cualquier problema y alejando cualquier riesgo.
- *Se caracteriza por una excesiva vigilancia, falta de límites claros y la creencia en que el niño o la niña no es capaz de desenvolverse por sí mismo/a.*
- **Consecuencias:** Limita autonomía y genera inseguridad o incapacidad para resolver problemas. Genera dependencia de la persona adulta y **baja tolerancia a la frustración**. Puede desarrollarse **ansiedad** o **dependencia emocional**.

Afecto y control

Implicaciones

- Como vemos, algunos estilos de crianza se asocian con baja tolerancia a la frustración (permisivo-indulgente, sobreprotector), problemas de autoestima o ansiedad (autoritario, sobreprotector), dificultades en el comportamiento (negligente); se relacionan con la falta de habilidades sociales o con las dificultades de aprendizaje o el rendimiento académico, pero incluso con problemas de conducta.

Las dos dimensiones clave en los estilos de crianza: afecto y control

- **Afecto:** nivel de calidez, apoyo emocional y sensibilidad que las madres, los padres o las personas cuidadoras muestran. Un alto nivel de afecto indica que quienes cuidan son receptivos a las necesidades emocionales, ofrecen consuelo y validan sus sentimientos.
- **Control o exigencia:** grado de supervisión, de establecimiento de normas y expectativas que las personas respecto al comportamiento de las niñas y los niños. Un nivel adecuado de control implica que se establecen límites claros y reglas.

La combinación de estas dos dimensiones da lugar a los diferentes estilos de crianza.

Necesidades

Las necesidades de desarrollo y crianza en la infancia incluyen la **satisfacción de necesidades básicas** (alimentación, vivienda, salud, protección), el **apego seguro y afecto** (amor, aceptación, seguridad), y el **desarrollo de habilidades** (físicas, cognitivas, sociales, emocionales, de comunicación). Para una crianza efectiva, es fundamental crear un entorno de respeto y seguridad, fomentar la autonomía, establecer límites claros y una comunicación abierta, y ser un modelo positivo.

- **Necesidades básicas y de seguridad**

- **Salud y alimentación:** Atención médica y una dieta adecuada son fundamentales para el crecimiento físico.
- **Vivienda y protección:** Un lugar seguro para vivir y protección contra cualquier tipo de daño son esenciales.
- **Descanso:** El sueño es vital para el desarrollo físico y cognitivo.
- **Afecto y aceptación:** Los niños necesitan sentirse amados, aceptados y respetados para desarrollar una autoestima saludable.

- **Desarrollo de habilidades**

- **Desarrollo físico:** El movimiento y la exploración del entorno son cruciales para el desarrollo motor.
- **Desarrollo cognitivo:** Se fomenta a través del juego, la curiosidad, las preguntas y el aprendizaje temprano.
- **Desarrollo emocional y social:** Incluye aprender a identificar y expresar emociones, desarrollar la empatía y relacionarse con otros de manera saludable.
- **Lenguaje y comunicación:** Es vital que los niños se expresen y que se les hable, cante y escuche.

- **Estrategias de crianza**

- **Vínculo de apego:** Establecer un vínculo seguro a través del cuidado y la protección.
- **Crianza positiva:** Utilizar un enfoque respetuoso, que prioriza el buen trato, la empatía y la comprensión, además de establecer rutinas y límites.

Aspectos clave/ principios básicos crianza

- **Establecer rutinas adecuadas:** Actividad y descanso. Como las normas, proporcionan seguridad y previsibilidad.
- **Establecer límites:** Definir **normas** claras, acordadas entre las personas adultas, necesarias para la convivencia y la crianza, que puedan ser razonadas y explicadas. Estableciendo normas claras y siendo coherentes con la aplicación de **consecuencias** conseguiremos un **entorno estructurado**.
- **Fomentar la autonomía:** Hábitos adecuados a la edad y capacidad. Estimular sus habilidades y capacidad de actuar, reconociendo sus logros (**capacitación**). Permitir tomar decisiones adecuadas a su edad para que desarrollen confianza en sí mismos/as.
- **Fomentar la comunicación y el reconocimiento:** Hablar, escuchar y responder con interés. Valorar su opinión, necesidades y experiencias en el diálogo. Fomentar la comunicación abierta para que se expresen y poder comprender sus necesidades y emociones.
- **Establecer vínculos afectivos:** tratar de corregir comportamientos inadecuados con cariño y comprensión.
- **Manejar de la frustración:** Ayudar a los niños/as a entender que no siempre pueden tener lo que quieren de inmediato, enseñándoles a manejar la frustración.
- **Estimular la autoestima:** Reconocer las buenas acciones y elogiar los esfuerzos del niño o la niña.
- **Actuar como modelo:** El comportamiento de padres y madres influye directamente en el desarrollo (aprenden del comportamiento de la persona adulta). Gestionar las propias emociones y evitar castigos físicos o psicológicos: es importante ser un modelo de conducta emocionalmente saludable.
- **Ofrecer tiempo de calidad:** Dedicar tiempo a jugar e interactuar o a la comunicación.

Papel de los refuerzos y castigos

Tipos

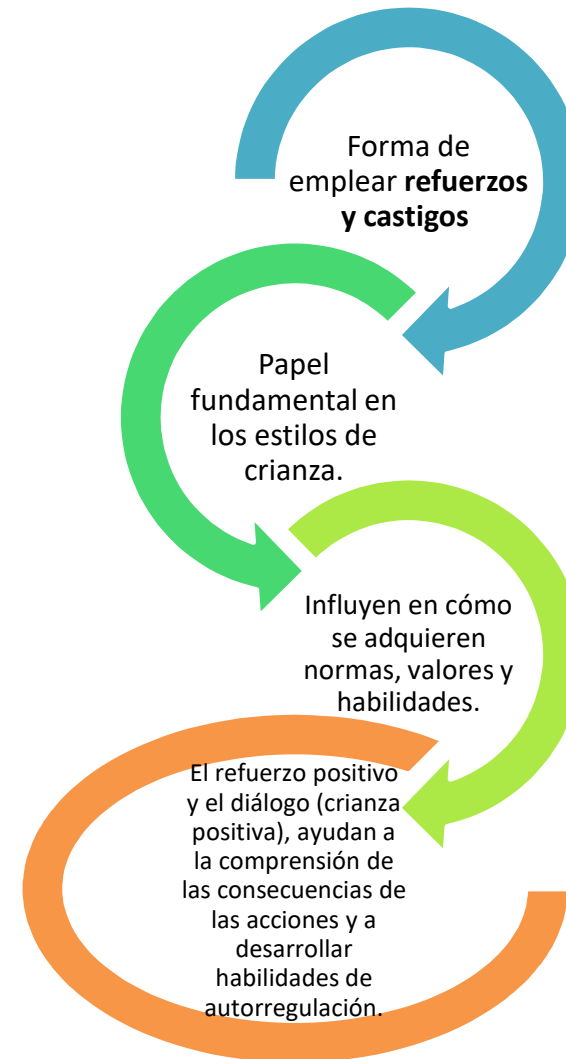
Refuerzo positivo: reconocer o premiar una conducta adecuada. Puede favorecer la repetición de comportamientos que se consideran deseables.

Refuerzo negativo: retirar una consecuencia poco agradable cuando se actúa de manera adecuada. Por ejemplo, dejar de supervisar de cerca cuando demuestra responsabilidad.

Castigo positivo: se refiere a aplicar una consecuencia poco agradable tras una conducta que no se desea, como regañar o asignar una tarea.

Castigo negativo: consiste en retirar algo que resulta agradable, como limitar el tiempo de juego, cuando no se respetan las normas.

Como estrategias



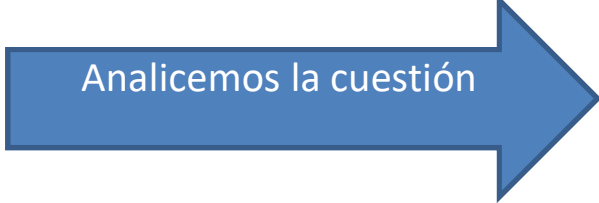
¿Los castigos funcionan? Análisis

Planteamiento:

- Un uso equilibrado de los refuerzos y de límites claros se asocia con mejores resultados emocionales y conductuales durante la infancia (Pinquart, 2017).
- Importante analizar el concepto de castigo: tradicionalmente se asocia con consecuencias arbitrarias, no anticipadas, no coherentes, dependientes de condicionantes externos, físicas..., prefiriéndose por ello el concepto de consecuencias.

Argumentos:

- Aunque a corto plazo pueden detener una conducta, no educan ni promueven la reflexión, y deterioran la relación de crianza. Las consecuencias lógicas y el refuerzo positivo son métodos más efectivos y respetuosos.
- Los castigos no enseñan comportamientos positivos, sino que se basan en el miedo y generan efectos negativos a largo plazo como ansiedad, baja autoestima, resentimiento y propensión a comportamientos violentos.
- Las investigaciones demuestran que castigar a los niños solo crea más mala conducta, enfado, conductas defensivas e impulsividad, relegando cooperación y razonamiento. Castigar genera inseguridad, mentiras o comportamientos destructivos.
- Los castigos corporales se vinculan con efectos negativos: problemas de salud física y mental, retraso del desarrollo cognitivo y socioemocional, bajo rendimiento académico, mayor agresividad...
- Montessori: defendió que los niños/as no necesitan premios o castigos cuando trabajan guiados por su propia satisfacción e intereses.



Analicemos la cuestión

Necesario tener en cuenta

Para fomentar conductas deseables, es imprescindible fijar normas y límites desde edades tempranas.

El niño o niña desconoce los principios y las reglas que gobiernan la convivencia. Son los adultos quienes han de marcar el camino.

Las normas dan seguridad y confianza; importante aclarar cómo deben ser.

Es normal ponerlas a prueba, para conocer hasta dónde llega su firmeza.

Las conductas disruptivas conllevan reconocimiento y atención.

Un niño o niña con un problema y “buen comportamiento”, llega a resultar “invisible”; su dolor dejar de ser atendido.

Entorno adecuado



Principio de las 3 “R”

Reglas

- Normas explícitas y consecuencias constantes.

Rutinas

- Las reglas aplicadas con constancia se consolidan como rutinas.
- La sucesión de actos repetidos hace la vida más previsible y segura.
- La repetición frecuente de las rutinas hace que interioricemos la norma convirtiéndola en una forma de actuar habitual.

Responsabilidades.

- Las rutinas repetidas se convierten en responsabilidades.
- La responsabilidad no es tal hasta que no se asume como propia.
- Incluyen hábitos de autonomía.

Consecuencias frente a castigos

Las consecuencias naturales hacen que la persona se responsabilice de su comportamiento y evitan la sumisión.

Se dirigen al presente y al futuro, y fortalecen la voluntad y la toma de decisiones.

Permiten aprender del orden natural y del orden social, siguiendo una lógica semejante.

- En el mundo natural, si llueve, puedo utilizar el paraguas o no utilizarlo; si decido no usarlo, me mojaré.
- En el mundo social, los niños que tardan en levantarse de la cama llegan con retraso al colegio y tendrán que recuperar las clases o contenidos perdidos.
- Podemos decidir lo que vamos a hacer, pero deberemos asumir las consecuencias. No se castiga por lo que se hace sino que, tras elegir, se asumen las consecuencias.

Dejan claro qué es lo que se espera, definiendo el comportamiento adecuado.

Permiten que la persona elija y se convierta en artífice de su conducta, siendo responsable de sus actos.

Castigos

Cuando se premia o castiga se niega la oportunidad de tomar decisiones y responsabilidades.

Los castigos señalan lo que no hay que hacer, pero no enseñan la conducta correcta.

El castigo se enfoca hacia el pasado (la acción ya ha tenido lugar) y está asociado a una amenaza.

El castigo se basa en una imposición externa y exige obediencia.

No es anticipado.

Se cae en la arbitrariedad.

Recordemos que:

La mayor parte de las veces se trata de respuestas incontroladas de la persona adulta, más que intervenciones educativas planificadas, reflexionadas y anticipadas.

Este tipo de castigo, siendo una de las estrategias más frecuentes, tiene muchos efectos secundarios indeseables que la convierten en una de las más perjudiciales a medio y largo plazo.

Produce alteraciones emocionales negativas (rabia, agresividad, frustración, desencanto, ira, deseos de revancha), evitación del agente punitivo e imitación de su uso, además de que no ofrece ninguna idea de cómo mejorar la conducta.

Pautas de aplicación de consecuencias

- Dejar clara la norma y la consecuencia que se aplica.
- Presentar alternativas de elección.
- Aplicar firmeza y amabilidad. La firmeza se refiere a la constancia.
- Se trata de actuar, no de razonar/ hablar.
- Evitar “broncas”: muestran falta de respeto.
- Aplicar consecuencias siempre y sin excepciones.
- Paciencia: las consecuencias naturales y lógicas tardan en ser efectivas.

Manejo de Rabietas (3-6 años)

ANTES (Prevención)

- Rutinas claras y avisos previos.
- Anticipar lo que ocurrirá para evitar frustraciones.
- Ofrecer elecciones limitadas para dar autonomía.
- Conexión diaria de 10 minutos.
- Señales visuales (temporizador, canción).
- Educación emocional cotidiana.

DURANTE (Manejo en el momento)

- Mantener calma y ponerse a su altura.
- Validar emoción y mantener límite.
- Usar frases cortas: “Estoy contigo”, “Va a pasar”.
- Ofrecer abrazo opcional.
- No negociar durante la rabieta.
- Priorizar seguridad del entorno.

DESPUÉS (Reparación y aprendizaje)

- Hablar cuando esté tranquilo/a.
- Nombrar la emoción sentida.
- Enseñar alternativas: respirar, pedir ayuda.
- Recordar brevemente el límite.
- Reforzar avances en autocontrol.
- Reconexión afectiva (abrazo, cuento, juego corto...).

RECUERDA.

- Las rabietas no son manipulación. Son falta de habilidades de regulación emocional.
- Evita etiquetar. No decir “eres malo”; mejor: “Ese comportamiento no está bien.”
- Adulto regulado, niño/a más regulado. Tono, respiración y lenguaje corporal son clave; la **comunicación no verbal** es importante.

Beneficios de la crianza positiva

Fortalece el vínculo

- Priorizando empatía y la comunicación abierta, dedicando tiempo de calidad y escucha activa, se construye un ambiente de confianza, contribuyendo a que los niños y niñas se sientan seguros, valorados y comprendidos, proporcionando una base emocional segura.

Favorece la independencia/ autonomía

- Permitiendo o favoreciendo tomar decisiones y experimentar las consecuencias naturales de las acciones, se contribuye a que los niños y niñas desarrollen el sentido de autonomía y enfrenten la realidad con independencia, confianza y responsabilidad, confiando en sus propias capacidades.

Fomenta la autoestima

- Reforzando los logros y los esfuerzos en lugar de centrarse en los errores, los niños/as desarrollan una percepción positiva de sí mismos. Saber que sus opiniones y sentimientos son importantes les ayuda a confiar en sus habilidades y a enfrentar situaciones nuevas con seguridad.

Desarrolla el autocontrol

- La validación emocional y la paciencia por parte de las personas adultas de referencia, enseña a los niños/as a manejar sus emociones de manera constructiva y contribuye a que desarrollen autocontrol: aprenden a identificar y expresar lo que sienten de forma adecuada, en lugar de reaccionar impulsivamente.

Mejora la resolución de problemas

- Animar a los niños/as a participar activamente en la resolución de problemas, en lugar de adelantar soluciones, permite desarrollar habilidades fundamentales como la toma de decisiones y el pensamiento creativo, además de enseñar a asumir la responsabilidad de las acciones.

Enseña habilidades sociales

- Con el modelo, enseñamos a interactuar de manera respetuosa y empática, enfatizando valores como la cooperación, la empatía y la comprensión, habilidades esenciales para construir relaciones saludables.

Mejora el bienestar emocional

- Saber que pueden expresar sus sentimientos, sin temor al juicio, les ayuda a manejar mejor el estrés y a desarrollar una salud mental más fuerte, pues proporciona a los niños/as seguridad emocional.

Facilita el aprendizaje de valores

- Los niños/as pueden comprender la importancia de los valores a través de ejemplos y experiencias significativas: respeto, la honestidad y la responsabilidad...

Reduce el estrés y los conflictos en el hogar

- Manejar situaciones tensas de manera calmada, hacer que los niños/as se sientan escuchados/as y entendidos/as, promueve un ambiente de armonía y disminuye la probabilidad de que se produzcan rabietas o conductas desafiantes. Es también una oportunidad para que las personas adultas aprendan a regular sus propias emociones.

Establece una base para las relaciones saludables

- Comunicarse adecuadamente, resolver conflictos de forma respetuosa y valorar las perspectivas de los demás son habilidades fundamentales para desarrollar relaciones saludables y positivas a lo largo de la vida; es fundamental iniciar esos aprendizajes a edad temprana.

Claves para la crianza positiva en el hogar: nuestro resumen

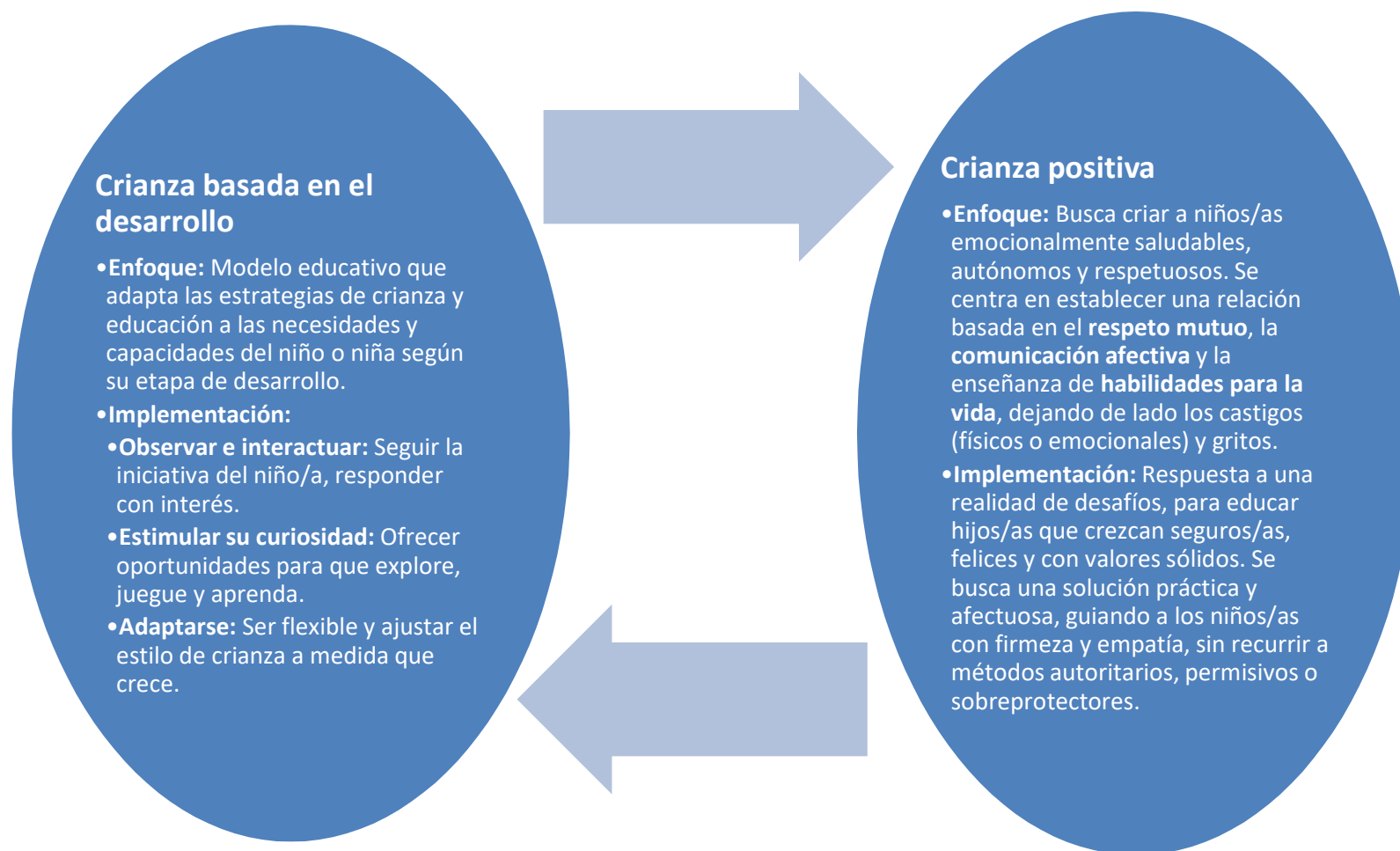
Hemos anticipado la necesidad de:

- **Potenciar autonomía**
- **Dedicar tiempo de calidad** a los hijos/as
 - Valen unos minutos al día para preguntales cómo se sienten, qué les interesa y escuchar con atención. Fortalece el vínculo y la conexión emocional.
- **Ofrecer modelo y ejemplo**
 - Enseñar con el ejemplo y el modelo es lo importante, pues los niños/as aprenden más de lo que se hace que de lo que se dice. Es fundamental ofrecer respeto, empatía y paciencia. Aceptar ante ellos/as nuestros propios errores es un ejemplo importantísimo para que aprendan a asumir responsabilidades y buscar soluciones.
- **Centrarse en lo positivo**
 - En lugar lo que no deben hacer, es mejor proponer y guiar en lo sí pueden o deben hacer. Evita el conflicto y fomenta la cooperación. Por ejemplo, decir: “Camina despacio, por favor”, en lugar de “¡No corras por la casa!”. “Ayúdame con las bolsas”, en lugar de “Nunca sale de ti ayudarme”.
- **Establecer límites**
 - Hemos visto que los límites son esenciales, pero también explicarlos de manera respetuosa y comprensible para la edad, además de aplicar, cuando no se cumplen, consecuencias lógicas y naturales en lugar de castigos.
- **Fomentar la educación emocional**
 - Todas las emociones son válidas, incluidas las negativas. Es necesario que les ayudemos a identificar lo que sienten y cómo gestionarlo de manera adecuada. Es bueno dedicar tiempo a la enseñanza de estos aspectos y también cuidar el tratamiento en día a día con el modelo; por ejemplo, usando frases que fomenten el autocontrol: “Entiendo que estás frustrado/a, ¿cómo puedo ayudarte?”

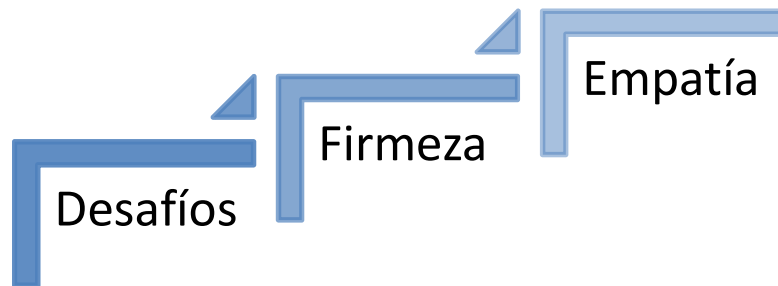
No debemos olvidar:

- **Practicar el autocuidado**
 - Cuidando nuestro bienestar estaremos mejor preparados para educar con empatía. Transmitimos nuestro propio equilibrio emocional.
- **Buscar recursos**
 - No debemos olvidar, cuando sea necesario, que tenemos recursos a nuestro alcance, tanto para estudiar como si necesitamos ayuda.

Síntesis



Proceso



Pilares

Uso de límites claros y consistentes, establecidos de manera respetuosa.

Permite a los niños/as entender las consecuencias de sus acciones y aprender a tomar decisiones responsables.

Se valora el refuerzo positivo, celebrando los logros y los esfuerzos, en lugar de enfocarse únicamente en los errores.

Empatía y comprensión.

Confianza, respeto mutuo, comunicación abierta y conexión emocional.

Equilibrio entre firmeza y afecto.

Desarrolla habilidades esenciales para la vida, como la autoestima, el autocontrol y la capacidad de resolver problemas.

Uno de los desafíos es la escuela.

EL COLEGIO, EN ESTA ETAPA, PRETENDE CONTRIBUIR A QUE LOS NIÑOS Y NIÑAS:

Crezcan en armonía, de forma integral, adquieran autonomía, descubran todas sus potencialidades, desarrollen sus capacidades e inicien adecuadamente su desarrollo emocional.

Adquieran la competencia socializadora y de aprender a aprender (observando, jugando, experimentando, descubriendo...).

Desarrollen su capacidad de comunicarse y estructurar correctamente su lenguaje y su pensamiento, compartiendo vivencias y afectividad con otros niños y niñas.

Familia y escuela son dos contextos que forman un papel fundamental en el desarrollo de los niños y niñas. Es imprescindible la colaboración y es clave la comunicación.

Escuela como reto:



Base:

Apoyar el desarrollo intelectual y emocional

Atender a la diversidad, respetando el ritmo individual de aprendizaje

Desarrollo emocional

El desarrollo emocional es el proceso gradual por el cual las personas aprenden a reconocer, comprender, expresar y gestionar sus propias emociones y las de los demás. Este proceso comienza en la infancia y continúa durante toda la vida, influyendo en la formación de la identidad, la autoestima y la capacidad de establecer relaciones saludables. Un factor clave para un desarrollo emocional adecuado es la creación de un entorno seguro y de apoyo.

Componentes principales del desarrollo emocional

- Reconocimiento y comprensión emocional: Aprender a identificar las diferentes emociones (como alegría, tristeza, miedo o enfado) y entender sus causas.
- Expresión emocional: Comunicar los sentimientos de manera apropiada y saludable, en lugar de reprimirlos o expresarlos de forma destructiva.
- Gestión y regulación emocional: Desarrollar estrategias para manejar las emociones intensas, como el estrés, la frustración o la ira, de manera adaptativa.
- Empatía: La capacidad de comprender y compartir los sentimientos de otras personas.
- Habilidades sociales y capacidad de relación: La construcción de relaciones interpersonales saludables, que incluye la comunicación efectiva y la cooperación. Construir lazos sociales sanos, lo cual implica empatía.

Etapas clave

- Infancia: Los bebés comienzan a experimentar emociones básicas, responden a las expresiones faciales de los adultos y desarrollan la capacidad de expresar emociones positivas como la risa, particularmente entre los 4 y 12 meses.
- Primera infancia (0-6 años): Los niños experimentan una amplia gama de emociones. Aprenden a identificarlas, y aunque pueden parecer abrumadoras, son una parte normal de su crecimiento. El juego se convierte en una herramienta para expresar y procesar emociones.
- Adolescencia: El desarrollo emocional continúa, y la forma en que se gestiona en esta etapa tiene un impacto significativo en la salud mental adulta.

Factores que influyen

- Entorno familiar: Las interacciones con cuidadores y padres son cruciales, ya que sientan las bases para la autoestima, la seguridad y el manejo emocional.
- Crianza: Un acompañamiento emocional efectivo por parte de los cuidadores es vital para que el niño aprenda a gestionar sus sentimientos y para prevenir problemas de salud mental futuros.

Pantallas y recursos digitales

ORIENTACIONES.

En Familia. Recomendaciones sobre pantallas. AEP

<https://enfamilia.aeped.es/noticias/nuevas-recomendaciones-sobre-pantallas-en-infancia-adolescencia>

Utilización recursos digitales en centros educativos. Educastur

- 28/11/2025
- **Resolución de 24 de noviembre de 2025**, de la Consejería de Educación, por la que se aprueban orientaciones para la utilización de los recursos digitales en todos los centros docentes sostenidos con fondos públicos, que impartan cualquiera de las enseñanzas en el ámbito territorial del Principado de Asturias.
 - Orientaciones para la adecuada utilización de recursos digitales en el curso escolar 2025-2026 y siguientes, en cada una de las etapas y ciclos educativos :
 - A) Educación Infantil.
 - A1. Primer Ciclo de Educación Infantil (0-3 años). Se recomienda utilizar exclusivamente recursos analógicos y manipulativos.
 - A2. Segundo Ciclo de Educación Infantil (3-6 años). Podrán introducirse, de forma progresiva conforme a la edad del alumnado y el currículo, recursos didácticos digitales de uso colectivo y siempre bajo la directa supervisión del docente.
- <https://www.educastur.es/-/orientaciones-utilizacion-recursos-digitales-centros-educativos?redirect=%2F>

«Un medio ambiente estable, estimulante y protector construye en el cerebro infantil los pilares sólidos para una enseñanza efectiva. Por el contrario, un medio ambiente adverso, castigador y estresante influye en, y de hecho impide, el normal desarrollo de los circuitos cerebrales que permiten ese aprendizaje normal».

Francisco Mora, *Neuroeducación*

ANEXOS

Anexo I: Transiciones clave. La adaptación a la escuela

Anexo II: Transiciones clave. El paso a primaria

Anexo III: Hábitos de autonomía. Guía por edades

Anexo IV: Estimulación del lenguaje

Recursos y bibliografía



Anexo I: Transiciones clave.

LA ADAPTACIÓN A LA ESCUELA



Cuidar el proceso de adaptación sentará una buena base para el desarrollo emocional e intelectual.

Desde el colegio:

- Nos harán recomendaciones que facilitarán la adaptación.
- Nos harán saber las normas del centro: alimentos, entradas y salidas, materiales, equipamientos, etc.
- Nos comunicarán las cosas necesarias que han de llevar.
- Nos darán indicaciones para ayudar a que los niños y niñas ganen autonomía.
- Propondrán una comunicación periódica: será importante acudir a las entrevistas o reuniones y facilitar toda la información necesaria sobre el niño/a.

¿Qué podemos hacer para ir preparando la adaptación y que nuestros hijos e hijas vayan contentos a la escuela?

- Propiciar el acercamiento al colegio: Cada vez que pasemos cerca podemos recordar que el próximo curso asistirá al centro (familiar).
- Transmitir que debe ir al colegio porque se hace mayor y que sus conocidos también van.
- Comentar todas las ventajas que tiene ir a la escuela.
- Explicar cómo será su nueva vida escolar: incidir en que estará muy bien, que tendrá muchos amigos y amigas, que tendrá maestras que le cuidarán, juguetes, nuevos espacios muy divertidos, etc.
- Explicar cómo será el día: quién los despertará y les ayudará a prepararse, quién les llevará, si se quedarán a comer o a alguna actividad extraescolar, quién los recogerá.
- En general, dar importancia a la escuela y fomentar la curiosidad.

La adaptación

- Reforzar la autonomía. Es necesario reforzar antes del inicio del curso los hábitos de autonomía: control de esfínteres, beber agua sin ayuda, reconocer su ropa y objetos, colaborar en el vestido, el desvestido y el aseo, reconocer y comunicar su nombre y el de los familiares...
- Adaptar de forma progresiva horarios de sueño y comidas en las semanas previas.
- No introducir otros cambios importantes durante el periodo de adaptación, como quitar el chupete o cambiar de habitación. Es mejor que estas modificaciones se hagan antes.
- Las despedidas deben ser breves y alegres. Es recomendable evitar chantajes afectivos ("si lloras me pongo triste") o mentir ("vuelvo ahora").
- En el caso de llantos y rabietas, se debe responder con ternura y comprensión pero con firmeza, evitando que se prolongue la despedida.
- Es importante acudir al docente ante cualquier inquietud, pero respetando los momentos establecidos para ello.

Las primeras semanas

- Dejarlo todo listo por la noche: ropa, mochila, agua, media mañana...
- Contar con tiempo extra para levantarse, desayunar, llegar al colegio, hasta acostumbrarse al ritmo escolar.
- Evitar llegar tarde: hacer el trayecto sin prisas y entrar a clase con el resto de los compañeros /as.
- Recoger al niño o niña con una sonrisa: es el esperado momento del reencuentro; es importante no «contagiar» nuestros miedos.
- Mostrar interés: preguntar a la salida qué ha hecho, cómo lo ha pasado o los nombres de las personas que ha conocido, pero sin agobiar con infinidad de preguntas.
- Transmitir seguridad: explicarle lo importante que es hacerse mayor y lo bien que lo está haciendo.
- Manifestar una actitud positiva: evitar los comentarios negativos o utilizar el colegio como amenaza.

Despiertos y con un buen desayuno

- Como hemos dicho, un tiempo antes de iniciar la escolarización, debemos ir adecuando los horarios de levantarse y desayunar a los horarios del centro; también los de las comidas.
- Desayunar bien es fundamental para tener una buena jornada.
- Recordemos que las niñas y los niños en estas edades deben dormir entre 10 y 12 horas, a ser posible, entre las 20 horas y las 8 de la mañana.
- Hay que prever un descanso después del almuerzo.

NECESIDAD DE PAUTAS EDUCATIVAS: TAMBIÉN EN CASA

Desde el entorno familiar, es prioritario inculcar hábitos que sean incorporados en la vida diaria y que favorezcan el desarrollo, desde el refuerzo positivo.

Es preciso establecer unas normas claras, para que sepan claramente a qué atenerse .

Las normas se han de ajustar a las posibilidades de los niños y niñas: realistas.

Las normas son para cumplirlas, deben estar anticipadas y ser estables.

EL JUEGO: clave para el desarrollo intelectual y emocional

El juego es una actividad imprescindible para crecer de forma equilibrada y desarrollar capacidades:

- Aprenden y modifican conocimientos.
- Desarrollan y estimulan su motricidad.
- Desarrollan estrategias, habilidades y actitudes que les sirven para descubrir sus propias características, las de los objetos y las demás personas.
- Aprenden a relacionarse, crean su propia identidad, conocen el entorno, asumen retos, toman decisiones, etc.
- Descubren los distintos roles mediante el juego simbólico.
- Los juegos con reglas les permiten planificar, comprender los objetivos, procedimientos y normas vinculadas a cada actividad.

En casa es necesario:

- Disponer espacios donde pueda experimentar con materiales diversos: su habitación, un cuartito para jugar, una alfombra en una esquina del salón, etc.
- Establecer unas normas para que el juego sea educativo y ayude a crear buenos hábitos.
- No es preciso que dispongan de muchos juguetes, sino que puedan ir variando.
- Guardar unos juguetes y sustituirlos por otros, estableciendo una rotación, ayuda a mantener la emoción como si se tratara de unos juguetes nuevos.
- Guardar y ordenar los juguetes: primero se deberá hacer con ayuda de la persona adulta, pero a medida que van creciendo deben adquirir autonomía para cuidar sus pertenencias y tener en orden sus cosas.

EN RESUMEN: AYUDÉMOSLES A CRECER

Es necesario fomentar la autonomía, tanto a nivel físico, como intelectual y afectivo, dejando aquellos hábitos característicos de edades anteriores.

- Hemos de abandonar costumbres propias de edades anteriores: utilizar "chupete", ir en sillita a la escuela, hablar con onomatopeyas, darles "de comer", etc.
- Evitar hablar con lenguaje infantiloides.
- Fomentar que desarrollen hábitos de autonomía adecuados en alimentación, higiene y vestido.
- Incrementar las acciones de autonomía: preparar alguna pieza de ropa para vestirse, preparar las cosas para ir a jugar o al colegio; incorporar responsabilidades, etc.
- El verano es un tiempo apropiado para ayudar a realizar acciones que requieran una mayor autonomía y que prepararán para una buena incorporación a la Escuela.

Inculcar hábitos a edades tempranas.

Autonomía personal

La importancia de educar para la buena alimentación, los hábitos de higiene y el cuidado del cuerpo es indiscutible.

Muchos de los hábitos saludables comienzan siendo un juego de imitación: imitando aprenden a vestirse, a lavarse los dientes, a comer sin ayuda, a hacer la cama, a recoger las cosas. La persona adulta debe hacer de modelo.

Potenciar el elemento lúdico del aprendizaje facilita la adquisición de los hábitos: por ejemplo, utilizar una pasta de dientes de sabores o un cepillo infantil, colocar un pequeño banco que permita alcanzar el lavabo, no preocuparse porque se manchen cuando aprenden a comer, presentar las comidas de forma original, dejarles que nos ayuden a cocinar.

Para conseguir incorporar esos hábitos saludables a las rutinas diarias hay que ser constantes e insistir.

Alimentación: comer de todo, en casa y en el comedor

Para favorecer un buen desarrollo es necesaria una alimentación equilibrada, rica y variada, que incluya diferentes nutrientes, sabores y texturas.

La alimentación se debe adaptar a las necesidades de cada persona, a las diferentes etapas del crecimiento y al ejercicio físico realizado.

Llegada la edad, hemos de potenciar que los niños y niñas puedan adaptarse fácilmente a las rutinas escolares y, por tanto, es necesario:

- Adecuar los horarios familiares del pequeño o pequeña a los que encontrará en el colegio
- De manera progresiva habituar a los diversos alimentos: verdura, pasta, arroz, pescado, carne, fruta, yogurt, etc.
- Y a todo tipo de texturas: caldos, purés, trozos pequeños, medianos y más grandes, piezas enteras, etc.

El papel del comedor escolar



Es un espacio educativo que sirve para desarrollar los hábitos alimentarios de los niños y niñas y para que adquieran la autonomía adecuada.

The diagram features a large, light blue arrow pointing to the right, which serves as a background for three rounded rectangular boxes. The boxes are arranged horizontally and contain text about the role of the school canteen. To the right of the arrow, there is a vertical bar composed of three segments: a long dark blue segment at the top, a medium blue segment in the middle, and a dark blue segment at the bottom.

Finalidades: desarrollar hábitos y actitudes saludables en el alumnado; garantizar una dieta sana que favorezca la salud y el crecimiento; desarrollar el compañerismo, el respeto y la tolerancia.

Los hábitos que adquieran nuestros hijos e hijas en la edad escolar perdurarán en la vida adulta.

Hábitos de higiene

La higiene personal es otro de los factores fundamentales a la hora de inculcar hábitos saludables.

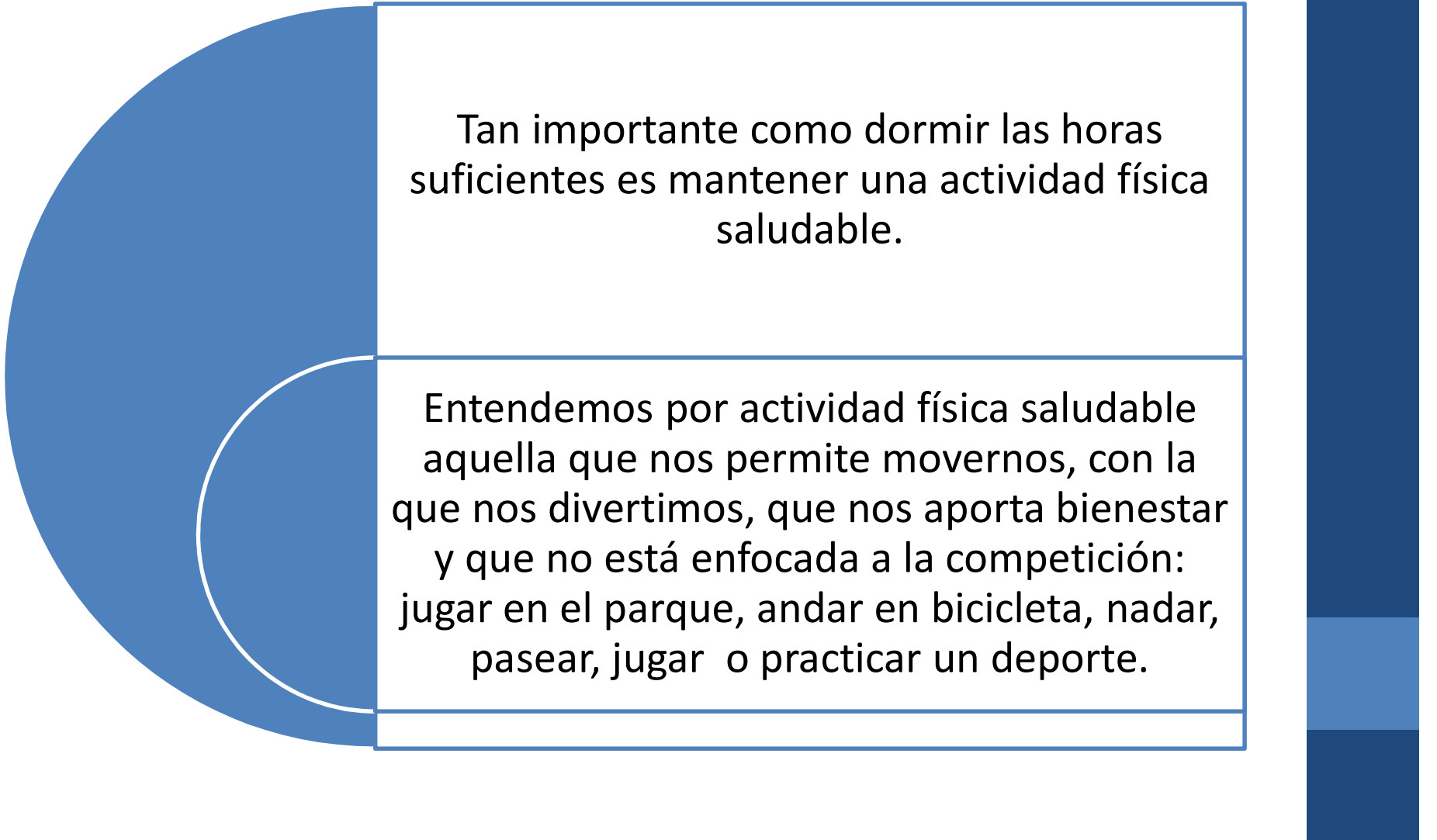
El lavado de las manos antes y después de las comidas, el lavado de los dientes después de las comidas: son hábitos que, desde muy pequeños, deben incorporar como una rutina más.

Debemos enseñar que es necesario cepillarse los dientes, lavarse las manos, ducharse diariamente, secarse minuciosamente, cambiarse de ropa interior también todos los días y cuidar su aspecto personal.

A los dos años, es la edad cuando debe empezar el cepillado de los dientes.

Tras la ducha diaria nocturna, que les permitirá descansar mejor, pueden preparar su ropa para el día siguiente.

La actividad física saludable



Tan importante como dormir las horas suficientes es mantener una actividad física saludable.

Entendemos por actividad física saludable aquella que nos permite movernos, con la que nos divertimos, que nos aporta bienestar y que no está enfocada a la competición: jugar en el parque, andar en bicicleta, nadar, pasear, jugar o practicar un deporte.

Anexo II: Transiciones clave.

EL PASO A PRIMARIA



Comenzar en Educación Infantil



Elaborados por Jesús Jarque García, Pedagogo

Encuentra más materiales en www.familiaycole.com

Introducción

- * Este folleto va dirigido a las familias que van a comenzar el primer curso de Educación Infantil en el colegio, por tanto de 2 o 3 años.
- * Este curso acoge a niños muy pequeños, con poca autonomía personal, con escaso desarrollo del lenguaje y que todavía dependen en gran medida del adulto.
- * Además, considerad que vuestro hijo o hija no estará solo, estará con un grupo numeroso de 20, 25 o más niños en la mayoría de los casos.
- * Es un folleto dirigido a la mayoría de las familias. Es posible que en tu colegio haya aspectos particulares que no aparecen reflejados en este documento.

1. Es una etapa educativa

- * La Educación Infantil es una etapa que, aunque no es obligatoria, sin embargo, escolariza a la mayoría de los niños y niñas de 3 a 5 años.
- * Tiene fundamentalmente una función educativa, no es un lugar para que el niño sea atendido mientras la familia trabaja, sino que se trata de una institución educativa.
- * La finalidad principal es desarrollar competencias básicas en estas edades, como la comunicación, la psicomotricidad, el desarrollo cognitivo, las relaciones sociales y la adquisición de hábitos de autonomía personal. Aunque aprenderán otras cosas, estas son las prioritarias en este periodo.

Elaborados por Jesús Jarque. Más materiales en www.familiaycole.com

Tomado de www.familiaycole.com

<https://familiaycole.com/2011/06/20/folleto-el-paso-de-infantil-a-primaria/>

2. El periodo de adaptación

* Durante las primeras semanas vuestros hijos tendrán un periodo de adaptación. Por ello, la mayoría de los centros establecen un horario en el que vuestro hijo o hija comienza asistiendo periodos muy breves de tiempo a la escuela, para acostumbrarse a la nueva situación.

* Cada centro organiza este periodo a su manera, pero tiene como finalidad facilitar la adaptación del niño a esta realidad muy novedosa para él, y a estar separado de sus padres.

3. Profesionales de la educación

* Los maestros y maestras de Educación Infantil son profesionales de la Educación.

* Han realizado estudios universitarios que los cualifican para ello y en muchos casos, han tenido que superar pruebas y exámenes para acceder a esta plaza.

* Por ello, su opinión, los consejos y orientaciones que os faciliten, deben tener para vosotros un peso muy relevante: vienen de un profesional especializado y no pueden equipararlos ni al parecer de amigos y familiares que no son expertos, ni a cualquier opinión que encuentren en Internet.

4. Respetad las normas

* Considerad que vuestro hijo o hija no está solo. En su aula y en el centro hay muchos más niños y por ello, es necesario establecer unas normas.

* Respetad los horarios, las normas de entrada y salida, las que se establezcan respecto a la ropa que deben traer o al material.

* Además, el respeto de las normas será un ejemplo positivo para vuestro hijo o hija. Si los padres no cumplís las normas... ¿Cómo se las vamos a exigir a los niños?

Elaborados por Jesús Jarque. Más materiales en www.familiaycole.com

5. Potenciad hábitos

* La asistencia a la escuela puede ser un momento privilegiado para que la familia potenciéis desde el hogar, una serie de hábitos adecuados.

* Es un buen momento para mejorar los hábitos de alimentación, de sueño, de autonomía personal y su comportamiento en general.

6. Relación familia - escuela

* La escuela colabora con la familia en su labor educativa. No lo olvidéis: la responsabilidad de educar es vuestra como padres y madres, la escuela es solo colaboradora.

* Os animamos a mantener una buena y fluida relación con los educadores y profesionales de la escuela.

* El tutor o tutora de vuestro hijo debe ser la persona de referencia. Como mínimo, deberíais mantener una entrevista trimestral para informaros de la evolución de vuestro hijo y si fuera necesario, adoptar juntos las medidas necesarias.

* En la mayoría de los centros existe un orientador u orientadora educativo. Es un profesional especializado que también os puede asesorar en vuestra labor educativa y en el desarrollo de vuestro hijo o hija.

7. Aportad información relevante

* Por último, es necesario que informéis a los educadores del centro de aquellos aspectos de vuestro hijo o hija que pueden ser relevantes en el contexto escolar.

* Se trata de informar de alergias, problemas de salud, intolerancias alimenticias o necesidades educativas especiales.

* Si fuera necesario, tienen la obligación de informar de situaciones legales de custodia, patria potestad, órdenes de alejamiento o similares, para que el centro adopte las medidas oportunas.

Elaborados por Jesús Jarque. Más materiales en www.familiaycole.com

Anexo III:

HÁBITOS DE AUTONOMÍA. GUÍA POR EDADES



GUÍA PARA LA EXIGENCIA DE HÁBITOS DE AUTONOMÍA: 3 AÑOS ⁽¹⁾

Comida:

- Come yogures, purés, carne cortada, patatas fritas y la sopa con algún que otro accidente.
- No necesita pedir el agua si se le pone un banquito y un vaso de plástico en el lavabo del baño.
- Coge su babero y se lo pone (si lleva velcro o una goma) cuando llega la hora de cenar. Lo deja en su cajón cuando termina.
- Cuando todos ponen la mesa, colabora llevando el pan, las servilletas, etc., aunque todavía no como una responsabilidad diaria.

- (1) Tomado de I. Orjales, 2010.
- Cf. [Hábitos de autonomía personal. EOEP Torrejón de Ardoz.](#)

Vestido

- Se desviste solo/a, menos la camiseta y los calcetines.
- No se viste solo/a, pero colabora activamente.
- Sabe colocar el abrigo invertido en el suelo, meter las manos por las mangas y ponérselo solo/a, haciéndolo volar por encima de su cabeza (si se le enseña).
- Cuelga su abrigo de una percha pequeña a su altura cuando llega a casa, pero se lo tienen que recordar.
- Coge su mochila y la lleva puesta hasta el colegio.
- En el colegio, se entrena en abrochar y desabrochar botones.

Baño y aseo

- Colabora en frotarse la tripa y las rodillas en el baño.
- No monta pataletas para salir de la bañera. Si se le acostumbra, quita el tapón y accede de buen grado a salir cuando el agua ha desaparecido.
- Se frota los dientes con el cepillo mientras imita al adulto.
- No se peina solo/a, se deja peinar.

Control de esfínteres

- Se controla perfectamente de día. Si no lo hace puede querer llamar la atención. Se le ayuda a cambiarse sin más atención.
- Por la noche puede tener todavía dificultades. Si esto sucede no le prestamos más atención de la necesaria.

Dormir

- Si no se le consienten tonterías se va a dormir sin problemas después de un ritual de despedida: hacer pis, beber, dar un beso y escuchar un cuento breve. De vez en cuando intenta llamar la atención, pero si se le ignora no se repite.
- Tras estar malito/a, quiere seguir durmiendo con mamá, pero después de 3 días de firmeza, vuelve a sus antiguas costumbres.
- Puede dormir a oscuras, pero en ocasiones necesita una pequeña luz de referencia.



Autonomía emocional

- Prefiere jugar con alguien a estar solo/a.
- Juega solo/a en su cuarto 15 minutos o más si mamá acude muy a menudo a verle, le sonríe, se interesa por su juego, entra en la habitación y coloca la ropa mientras conversa con él, etc.
- Se queda tranquilo con gente conocida tras despedir personalmente a papá y mamá, pero necesita que éstos le digan cuánto tiempo van a estar fuera. Necesita poder prever las separaciones. Cuando sus padres se han ido pregunta por ellos de vez en cuando.
- Cuando papá o mamá llegan de trabajar necesita que le dediquen media hora de atención exclusiva, si es así después acepta bien que ellos se dediquen a otras cosas.
- Hace ya mucho tiempo que dejó el chupete, aunque si tiene hermanos pequeños puede querer imitarlos en ocasiones.



Responsabilidades

- No tiene edad para tener una responsabilidad específica con la que cumplir cada día sin que nadie se lo mencione, pero colabora.
- Ayuda a recoger sus juguetes si papá y mamá le enseñan y se lo exigen.
- Saca la compra de la bolsa y ayuda a colocarla. Reconoce dónde se colocan las cosas y disfruta haciéndolo.
- De vez en cuando (porque lo hace muy lentamente) puede distribuir los cubiertos en cada compartimento.
- En el supermercado coge y pone en la bolsa las cosas que se le indican.
- Aunque le gusta, todavía no se le permite contestar al teléfono.
- Debe saber que no debe abrir nunca la puerta de la calle sin estar acompañado de una persona mayor.
- Entiende cuándo puede cruzar una calle atendiendo al semáforo. Le gusta avisar a papá o a mamá de que el semáforo está verde.



GUÍA PARA LA EXIGENCIA DE HÁBITOS DE AUTONOMÍA: 4 AÑOS

Comida

- Come solo, aunque no sabe cortar la carne.
- Empuja con pan aunque se mancha los dedos.
- Toma sopa con cuchara con bastante pulcritud.
- Puede llevar el plato al fregadero si se le pide.
- Tiene un encargo los fines de semana: coloca las servilletas de cada uno en su lugar, pero si se le ve cansado o demasiado entretenido, no se le pide hacerlo. Cuando se le pide debe cumplirlo aunque no le guste.

Vestido

- Se desviste: puede quitarse incluso la camiseta y los calcetines.
- Siempre se desviste solo para meterse en el baño.
- Se viste solo los fines de semana:
 - Tiene dificultades para identificar qué es para atrás y qué para delante.
 - Todavía confunde los zapatos de pie.
 - Abrocha y desabrocha botones, no se puede abrochar el botón del vaquero.
 - Tiene dificultad con los botones de la camisa.
 - Se pone los calcetines con ayuda.
 - No sabe hacer el lazo de los zapatos, pero sí abrochar una hebilla.
- Durante la semana se viste solo parcialmente: el abrigo, los pantalones, los zapatos...
- Se pone el pijama solo todos los días mientras se le anima (a veces mamá le echa una mano).



Baño y aseo

- Tiene su propio cepillo de dientes y se frota los dientes sin supervisión si mamá le dice que lo haga.
- Hace pinitos para peinarse, pero todavía no sabe.
- Aprende a regular el agua de la bañera.
- Acepta sin rabietas salir del baño si se le ha dejado jugar un ratito.
- Sabe poner gel en la esponja y frotarse el cuerpo, aunque no se baña solo. Se entrena.

Control de esfínteres

- Controla de día y de noche, sin accidentes.
- Se levanta solo a hacer pis por la noche aunque, si el baño está muy lejos, necesita un orinal en la habitación.
- De vez en cuando hay «accidentes» nocturnos sin importancia.
- Sabe limpiarse solo sin necesidad de llamar a mamá.
- Sabe preguntar por el cuarto de baño aunque esté de visita.

Autonomía emocional

- Juega en su cuarto durante 30-45 minutos si mamá acude de vez en cuando y se interesa por su juego, si no lo hace a los 15 minutos demanda atención (tira algo, se pega con su hermano...).
- Se queda a dormir en casa de familiares sin problema.
- A veces tiene miedo y quiere dormir con mamá, pero no se le permite abusar de ello.

Responsabilidades

- Sabe decir su nombre completo y la calle y piso en el que vive. El teléfono todavía no.
- Localiza alimentos en un supermercado conocido.
- Ayuda a sacar la compra.
- Coloca las servilletas y aprende a colocar los cubiertos.
- Se va a dormir sin pataletas.
- Recoge los juegos que saca SIEMPRE que juega.
- Sabe cruzar una calle, pero no se le deja ir solo.
- Puede ir suelto por la calle, pero debe estar vigilado.

Anexo IV: Estimulación del lenguaje

ESTIMULACIÓN DEL LENGUAJE



EL LENGUAJE DE 3 A 6 AÑOS

- Depende del desarrollo de las funciones neurológicas y psíquicas.
- La adquisición del lenguaje representa un aspecto prioritario para el desarrollo social del niño, así como del pensamiento y de la capacidad de aprendizaje.
- Es un signo del despertar intelectual de los niños/as, un indicador de su inteligencia y de su equilibrio afectivo, por lo que su desarrollo es de suma importancia
- *Por ello debemos estimularlo*

Etapas evolutivas del lenguaje.

Lenguaje a los 2 años y medio

- Tiene un vocabulario de 450 palabras aproximadamente.
- Dice su nombre
- Usa el verbo “ir” en los tiempos presente, pasado y futuro más otro verbo en infinitivo: “voy a comer”.
- Utiliza el género y el plural de algunas palabras.
- Combina nombres y verbos en frases.
- Comprende conceptos simples de tiempo: “ayer”, “mañana”.
- Se refiere a sí mismo como “yo”, más que por su nombre.
- Empieza a utilizar posesivos como: “de” junto “el nombre”: “de Pepe”.

Lenguaje a los 2 años y medio

- Trata de obtener atención de los adultos: “mírame”.
- Le gusta escuchar cuentos repetidos.
- Usa la palabra “no” en su lenguaje, utilizando frases de negación tales como: “no quiero”, “no está”.
- Habla con otros niños, tanto como con adultos.
- Aparecen las preguntas: “¿Dónde?, ¿por qué?, ¿para qué?, ¿cuándo?”.
- Usa frases cortas para hacer comentarios de lo que está haciendo.
- Conoce los conceptos: “pequeño” y “grande”.
- Dice su edad con sus dedos.

Lenguaje a los 3 años

- Utiliza aproximadamente 1200 palabras.
- Usa frases y contesta a preguntas simples.
- Aprende con facilidad versos y canciones sencillas.
- Emplea oraciones subordinadas aunque gramaticalmente no siempre sean correctas.
- Entiende y produce frases de tiempo como: “ayer”, “mañana”, “hora de la comida”, “esta noche”, “todos los días”.
- Frecuentemente practica hablando consigo mismo.
- Empieza a comprender oraciones de lugar, tales como: “pon el cubo debajo (delante, detrás...) de la silla. Sin embargo, le es difícil entender: “al lado”.
- Conoce su apellido, sexo, el nombre de la calle en donde vive y algunas rimas infantiles.
- Puede hablar de un cuento o relacionar una idea u objeto.
- Usa oraciones compuestas de 4 a 5 palabras.

Lenguaje a los 3 años

- Aparecen oraciones adverbiales introducidas por preposiciones: “está en la escuela”.
- Puede pronunciar los sonidos de los siguientes fonemas: /m/, /n/, /p/, /b/, /t/, /k/, /g/, /l/, /s/, /ç/.
- Usa formas posesivas como: “mío”, “mía”, “tuyo”, “de”, más el nombre (de mi mamá), y los pronombres reflexivos “te” y “se”.
- Usa formas verbales simples y complejas tales como: “estoy jugando”, “voy a jugar”.
- Usa las oraciones de negación utilizando palabras tales como: “nada”, “nunca”, “nadie” y “ni”.
- Empieza a usar oraciones compuestas unidas por “y”, “que”, “donde”, “como”.
- Expresa verbalmente fatiga (dice que está cansado).

Lenguaje a los 4 años

- Posee un vocabulario de unas 1.500 palabras.
- Es preguntón/a y acepta las respuestas globalmente, sin llegar al análisis de las palabras.
- Juega deliberadamente con palabras que sabe incorrectas para el uso que les otorga.
- Sigue instrucciones aunque no estén presentes los objetos.
- Entiende conceptos de: “en la mañana temprano”, “el siguiente mes”, “a cualquier hora”, “el próximo año”.
- Señala y nombra el color rojo, el azul, el amarillo y el verde.



Lenguaje a los 4 años

- Identifica cruces, triángulos, círculos y cuadrados.
- Formula muchas preguntas acomodando las respuestas más a sus pensamientos que a la explicación.
- Utiliza oraciones empleando de 4 a 5 palabras.
- Hace preguntas usando: “Quién”, “¿Por qué?”.
- Utiliza oraciones complejas.
- Utiliza correctamente el tiempo pasado y pronuncia adecuadamente casi todos los fonemas: /p/, /b/, /d/, /k/, /g/, /t/, /f/, /s/, /y/, /m/, /n/, /l/ /ll/, /r/.

Lenguaje a los 5 años

- Posee un vocabulario de aproximadamente 2000 palabras.
- Conoce relaciones espaciales como: “arriba”, “abajo”, “detrás”, “cerca”, “lejos”.
- Puede definir objetos por su uso (“tú comes con el tenedor”) y puede decir de qué están hechos los objetos.
- Sabe su dirección.
- Construye oraciones utilizando de 5 a 6 palabras.
- Usa los sonidos del habla (fonemas) correctamente con las posibles excepciones de /ř/ y /θ/.

Lenguaje a los 5 años

- Conoce opuestos comunes como “grande/chico” o “suave/duro”.
- Entiende el significado de las palabras: “igual” y “diferente”.
- Cuenta 10 objetos.
- Sigue la secuencia de un cuento.
- Utiliza los tiempos presente, pasado y futuro de los verbos.
- Distingue izquierda y derecha en sí mismo.
- Tiene bien establecido el uso de los pronombres.
- Usa todo tipo de oraciones, algunas pueden ser complejas, por ejemplo: “Yo puedo entrar a casa después de quitarme mis zapatos mojados”.

Lenguaje a los 6 años

- Tiene una fonoarticulación correcta.
- Usa una gramática adecuada en oraciones y conversaciones.
- Comprende el significado de la mayoría de las oraciones.
- Nombra los días de la semana en orden y cuenta hasta 30.
- Predice lo que sigue en una secuencia de eventos y narra una historia compuesta de 4 a 5 partes.
- Nombra el día y mes de su cumpleaños, su nombre y dirección.
- Distingue entre izquierda y derecha.
- Conoce la mayoría de las palabras opuestas y el significado de “a través”, “hacia”, “lejos”, “desde”.
- Sabe el significado de las palabras: “hoy”, “ayer”, “mañana”.
- Formula preguntas utilizando frecuentemente: “¿Cómo?”, “¿Qué?” y “¿Por qué?”.

CONSEJOS GENERALES PARA ESTIMULAR EL LENGUAJE

- Conviene hablar mucho con el niño o niña, preguntándole por sus gustos, amigos/as, actividades favoritas, cómo va vestido...
- Aprovechar cualquier ocasión para nombrar cosas y usar conceptos.
- Presentar objetos e indicar su nombre, a la vez que se explica para qué sirve, que color tiene, la forma, sus características...
- En cuanto al esquema corporal, se le debe enseñar, las distintas partes del cuerpo y que lo generalice en los demás, enseñándole la parte izquierda y la derecha.



- Con apoyo visual de libros o fotografías, estimular una conversación a través del dibujo que aparezca, repasando los conceptos básicos: derecha-izquierda, arriba-abajo, colores, utilidad de cada objeto...
- Es muy motivante contar cuentos cortos, en los que intervengan animales, y que el niño o niña pueda participar haciendo ruidos, bailes, gestos, etc., luego se harán preguntas sencillas sobre el contenido.
- Se le debe enseñar su nombre completo, el de su familia y la dirección.
- La persona adulta debe manifestar entusiasmo y alegría cada vez que ponga interés en la actividad que está realizando, aunque no siempre le salga bien.



- Se debe escuchar atentamente a los niños y niñas, y siempre responder a sus preguntas, convirtiendo la comunicación en un placer.
- Aprenden mucho por imitación. Por ello, cuando hablamos con nuestros hijos/as, debemos hacerlo despacio y sin gritar, pronunciando correctamente, claro y bien, mirándoles a la cara.
- Nunca se les debe ignorar cuando quieran hablar, ni reforzar las expresiones defectuosas o incorrectas.
- Es conveniente felicitar cuando hable bien, ofrecer el modelo correcto cuando cometa errores, pero no criticar, ridiculizar o comparar con otros niños/as.



Lo que no debe hacerse

NO debemos:

- Decir al niño/a, mientras habla, que se detenga y comience de nuevo.
- Imitarle cuando hable mal, aunque nos parezca gracioso.
- Responder en lugar del niño/a. Será mejor que cuando formulemos preguntas lo hagamos de tal forma que no pueda responder con un "sí" o un "no", por ejemplo preguntaremos: "¿quieres una pera o una manzana?", en lugar de "¿quieres una pera?"
- Recortar los finales de palabras.
- Hablar con un lenguaje infantilizado. El niño/a utiliza este lenguaje infantil porque se encuentra en el proceso de adquisición del lenguaje y si lo imitamos estaremos frenando su proceso evolutivo.
- Regañar ni imitar, sí repetir correctamente.

- Dejar que se desarrolle a su ritmo, proporcionándole un ambiente verbal y articulatorio de calidad.
- Evitar hablar al niño/a si tiene una fuente sonora próxima. Reducir los ruidos ambientales mientras se le hable, un fondo ruidoso dificulta la comprensión.
- No hay que olvidar:
 - Todos los días, elegir un momento apropiado para practicar y estimular el habla.
 - Las muestras de cariño, de amor, de afecto ayudan a un mejor desarrollo del lenguaje.
- No se debe proteger demasiado a los niños y niñas, es necesario dar autonomía para que aprendan, se relacionen con los demás y participen en distintas actividades.

ALTERACIONES EN EL DESARROLLO DEL LENGUAJE

- Los problemas en el lenguaje infantil pueden tener repercusión en el desarrollo cognitivo, afectivo, social y cultural.
- Muchos de estos problemas no tienen una base orgánica, sino que son consecuencia de un contexto socio-ambiental inadecuado.
- Pueden darse problemas de lenguaje en niños y niñas en situaciones de riesgo biológico (prematuridad, hipoxia, traumatismos craneoencefálicos, tumores, etc.) o en casos con retrasos o discapacidades físicas, psíquicas o sensoriales claramente establecidas.



Detectar posibles alteraciones

- Si un niño o una niña de 2 años y medio no habla es importante discriminar: si comprende lo que se le dice, si puede haber alguna lesión neurológica, sensorial, motriz o déficit en los órganos de fonación, si su nivel de inteligencia es normal, si tiene un ambiente adecuado o si tiene algún problema psicológico (bloqueo emocional, nacimiento de un hermanito...).
- La ausencia de la expresión de palabras simples (o aproximaciones de palabras) alrededor de los 2 años y el fracaso en la elaboración de frases sencillas de 2 palabras hacia los 3 años, deben ser tomados como indicio significativo de un retraso.
- Hacia los 4-5 años es capaz de hablar correctamente como un adulto, aunque pueden resultar difíciles las palabras que contengan “r” doble, “r” simple, “z”, “s” o grupos consonánticos de la “r” o la “l”.
- Las distracciones frecuentes, repetir constantemente «¿qué?», hablar excesivamente alto o bajo... pueden ser indicios de un problema de audición.

RECURSOS Y BIBLIOGRAFÍA



Recursos y Páginas Web

Parentalidad positiva. UNICEF

- <https://www.unicef.es/blog/educacion/parentalidad-positiva-que-es-y-como-trabajarla>

Estilos de crianza y sus consecuencias. Formainfancia

- <https://formainfancia.com/estilos-crianza-tipos-consecuencias/#:~:text=Consecuencias%20del%20estilo%20negligente%20El%20estilo%20de,que%20experimentaron%20por%20parte%20de%20sus%20padres.>

Estilos de crianza y parentalidad positiva. Unobravo

- <https://www.unobravo.com/es/blog/estilos-de-crianza#:~:text=de%20los%20ni%C3%B1os.-,%C2%BFQu%C3%A9%20son%20los%20estilos%20de%20crianza?,su%20hijo%20si%20se%20equivoca?&text=A%20partir%20del%20an%C3%A1lisis%20de,de%20los%20ni%C3%B1os%20al%20entorno.>

Estilos de crianza, sus tipos y consecuencias. Terapify

- <https://www.terapify.com/blog/tipos-de-crianza/#:~:text=Existen%20cuatro%20estilos%20de%20crianza,el%20desarrollo%20de%20los%20ni%C3%B1os.>

Estimulación del lenguaje. EDUCASTUR

[Guía para la estimulación y prevención temprana de dificultades del lenguaje](#) (pdf)

Hábitos de autonomía. EOEP Torrejón de Ardoz

<https://site.educa.madrid.org/cp.lazarzuela.torrejondeardoz/wp-content/uploads/cp.lazarzuela.torrejondeardoz/2024/08/3.20ORIENT.HABITOS20AUTONOMIA20PERSONALCON20DISEc391O.pdf>

Consejo anticipado a los eventos del desarrollo (control de esfínteres, rabietas, límites, adolescencia).

AEP

<https://aepap.org/wp-content/uploads/2024/02/PSI-Consejo-anticipado.pdf>

Recursos y Páginas Web

PANTALLAS:

En Familia. Recomendaciones sobre pantallas. AEP

<https://enfamilia.aeped.es/noticias/nuevas-recomendaciones-sobre-pantallas-en-infancia-adolescencia>

Plan Digital Familiar. AEP

<https://plandigitalfamiliar.aeped.es/>

Plan Digital Familiar. Infografías. AEP

<https://plandigitalfamiliar.aeped.es/index.php?m=7>

Orientaciones uso de recursos digitales. Educastur.

<https://www.educastur.es/-/orientaciones-utilizacion-recursos-digitales-centros-educativos?redirect=%2F>

AUTONOMÍA, LENGUAJE, ATENCIÓN, AUTOESTIMA; DIFICULTADES...

Folletos. FAMILAYCOLE

<https://familiaycole.com/folletos-para-familias/>

Bibliografía

- BILBAO, A. (2015), *El cerebro del niño explicado a los padres*, Barcelona: Plataforma Actual.
- GARCÍA, O. F., FUENTES, M. C., GRACIA, E., SERRA, E., & GARCIA, F. (2020). Parenting warmth and strictness across three generations: Parenting styles and psychosocial adjustment. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33076230/>
- GOLBSERG, E. (2002). *El cerebro ejecutivo. Lóbulos frontales y mente civilizada*. Barcelona: Editorial Crítica S.L.
- MARINA, J.A. (2011) , *El cerebro infantil: la gran oportunidad*. Barcelona: Ariel.
- MARTINEZ, I., GARCIA, F., VEIGA, F., GARCIA, O. F., RODRIGUES, Y., & SERRA, E. (2020). Parenting styles, internalization of values and self-esteem: A cross-cultural study in Spain, Portugal and Brazil. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32244451/>
- MORA, F. (2013). *Neuroeducación. Sólo se puede aprender aquello que se ama*. Madrid: Alianza Editorial.
- MORA, F. (2017, 5ª ed.). *Cómo funciona el cerebro*. Madrid: Alianza Editorial.
- PINQUART M. (2017). Associations of parenting dimensions and styles with externalizing problems of children and adolescents: An updated meta-analysis. *Developmental psychology*, 53(5), 873–932. <https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2Fdev0000295>
- TIMONEDA, C. (2007). *La experiencia de aprender*. Girona: CCG Eds.
- TIMONEDA, C. (2013). *Educación con todas las letras. Una guía para padres*. Girona: Documenta Universitaria y Fundació Carme Vidal de Neuropsicopedagogia Ed.
- TORÍO-LÓPEZ, S., PEÑA-CALVO, J.-V., & RODRÍGUEZ-MENÉNDEZ, M.-C. (2008). Estilos educativos parentales: revisión bibliográfica y reformulación teórica. *Teoría de la Educación. Revista Interuniversitaria*, 20, 151-178. <https://doi.org/10.14201/988>

Algunos vídeos disponibles en Internet

Sobrepotección y baja tolerancia a la frustración	• https://www.youtube.com/watch?v=AQnBp5ZXT3w
Aprender a frustrarse	• https://www.youtube.com/watch?v=l2r6Gy-uT8s
Límites y frustración	• https://www.youtube.com/watch?v=EGL4SncCKaQ
Establecer límites desde la disciplina positiva	• https://www.youtube.com/watch?v=f5FDj_WSmel
Límites mejor que castigos	• https://www.youtube.com/watch?v=T60KuY8n82c
Emociones: guardianas del aprendizaje	• https://www.youtube.com/watch?v=r1MJlhLtggk
Pantallas	• https://www.youtube.com/watch?v=Yc-1BOcNtc0
Normas uso de tecnologías	• https://www.youtube.com/watch?v=iUVy8vE739M
¿Por qué no funcionan los premios y los castigos?	• https://www.youtube.com/watch?v=MDP8HK6tT3A
Cómo poner límites	• https://www.youtube.com/watch?v=wW5LdJT8FJQ
Antes de los dos años	• https://www.youtube.com/watch?v=JjNNXX7xIS0
Juego libre	• https://www.youtube.com/watch?v=rSSZiie7v-8
Cerebro infantil	• https://www.youtube.com/watch?v=pQEAY0nDZ3g

MUY IMPORTANTE

