

EDAD: 0 - 1 año

TITULO: Come alimentos licuados, por ejemplo cereal para bebé.

QUE DEBE HACERSE:

1. Sostenga al niño en una posición semi-levantada. Con una cuchara pequeña ponga una pequeña cantidad de comida en la boca del niño y espere a que se la trague antes de darle más alimento.
2. Coloque la comida hacia el centro de la lengua.
3. Ponga pedazos pequeños de hielo picado en la comida. Cuando el hielo le toque la lengua el niño se tragará el alimento por acción refleja.
4. Antes de vaciar la cuchara en la boca del niño, tóquele la lengua en 3 ó 4 lugares. Esto estimula al niño a que retraiga la lengua para tragar.

EDAD: 0 - 1 año

TITULO: Toma alimentos colados cuando lo alimenta uno de los padres.

QUE DEBE HACERSE:

1. Déle al niño cantidades pequeñas de alimentos colados cuando tenga hambre.
2. La hora de la comida debe ser alegre y agradable tanto para el adulto como para el niño. Háblele mientras le da de comer.
3. Tenga los alimentos, el babero, una toallita tibia a la mano para que la alimentación continúe sin interrupciones.
4. Sostenga al niño en posición vertical en su regazo. Con una cucharita ponga una pequeña cantidad de alimento más o menos en la mitad de la lengua.
5. Ponga trozos de hielo picado en la comida colada. Póngale la comida y el hielo en la lengua hacia atrás. Esto estimula al niño a que retraiga la lengua.
6. Emplee un depresor de lengua o palo de chupete para darle de comer al niño en lugar de cuchara. Antes de depositar la comida en la lengua, tóquesela 3 ó 4 veces con el depresor.



EDAD: 0 - 1 año

TITULO: Se lleva el biberón hacia la boca o lo rechaza empujándolo.

QUE DEBE HACERSE:

1. Ponga las manos del niño en el biberón y muévaselo suavemente hacia la boca. Deje que él sostenga el biberón mientras se alimenta y cuando termine, todavía con ambas manos del niño en el biberón, ayúdele a sacárselo de la boca. Poco a poco disminuya la ayuda a medida que el niño puede controlar mejor la botella por sí solo.
2. Sostenga el biberón donde el niño lo pueda ver y coger. Póngale las manos alrededor de éste y espere a que él lo dirija hacia su boca. No saque el biberón de la boca del niño cuando esté satisfecho. Deje que él lo haga.



EDAD: 0 - 1 año

TITULO: Bebe en taza que sostiene uno de los padres.

QUE DEBE HACERSE:

1. Póngale al niño un babero grande ya que al comienzo derramará el líquido.
2. Deje que el niño vea el contenido de la taza antes de alimentarlo.
3. Emplee una taza de 2 asas. Inclínela en la boca del niño para darle una pequeña cantidad de leche. Anímelo a que sostenga la taza colocándole las manos en ella y guiándosela hacia la boca.
4. Para aumentar el deseo del niño de beber líquidos, déle de comer galletas saladas antes de darle líquido en la taza y alterne tragos de éste con la comida sólida salada.
5. Déle al niño su bebida favorita para aumentar su deseo de beber en taza y si es posible haga que siempre beba en taza su bebida favorita.



EDAD: 0 - 1 año

TITULO: Bebe en taza y la sostiene usando ambas manos.

QUE DEBE HACERSE:

1. Párese detrás del niño y ayúdele a llevarse la taza hacia la boca. Guíele las manos para ayudarle a colocar nuevamente la taza en la mesa.
2. Ponga poco líquido en la taza (leche, agua o un líquido espeso como helado batido, sopa de crema).
3. A medida que adquiera destreza, deje que el niño haga cada vez más por sí mismo. Elógielo a medida que aprende.
4. Para facilitarle al niño el aprendizaje de esta nueva actividad, es recomendable el uso de tazas hechas especialmente para niños. Cuando el niño haya adquirido destreza use una taza de plástico común y corriente.
5. Use 2 tazas. Tome usted en una y haga que el niño la imite.



EDAD: 0 - 1 año

TITULO: Extiende los brazos y las piernas cuando se le viste.

QUE DEBE HACERSE:

1. Sostenga la prenda de vestir cerca del niño con la manga junto al brazo. Anime al niño a que levante el brazo hacia la manga. Elógielo cuando hace el esfuerzo. Si el niño no lo hace con sólo darle instrucciones, ayúdelo levantándole el brazo y elógielo mientras hace esto.
2. Haga lo mismo cuando le pone al niño los calcetines, los zapatos, los pantalones, etc.
3. Para animar al niño a que coloque los brazos o las piernas en la ropa, juegue con él a esconder y encontrar las manos y los pies. Por ejemplo, dígame: "¿Dónde está tu mano? Aquí está", cuando su mano desaparezca dentro de la ropa y luego aparezca.



EDAD: 1 - 2 años

TITULO: Come solo con una cuchara.

QUE DEBE HACERSE:

1. Después de poner la cuchara en la boca del niño, haga que cierre los labios para que cubran la cuchara y la comida. A medida que él saca la cuchara de la boca, cerciórese de que la saque vacía. Al principio quizás usted necesite usar sus dedos índice y medio para cerrar suavemente el labio del niño cuando saque la cuchara.
2. Guíele la mano, vaciándole la comida en la boca.
3. Déle al niño alimentos que se peguen a la cuchara (huevos pasados, helados, cereal cocido, puré de patatas, calabaza o salsa de manzana).
4. Emplee un plato hondo para que le sea más fácil al niño poner la comida en la cuchara.
5. Forre con tela o cinta adhesiva el mango de la cuchara para evitar que se le resbale de la mano al niño.

EDAD: 1 - 2 años

TITULO: Se quita los zapatos cuando los cordones (agujetas) están desamarrados y sueltos.

QUE DEBE HACERSE:

1. Si es posible, empiece con zapatos que sean ligeramente más grandes que los que usa normalmente el niño, como los de un hermano mayor, y animelo a quitarse el zapato, mientras está sentado.
2. Póngale los zapatos de manera que sólo le cubran la punta de los pies y animelo a que se los quite. Repita esto metiéndole cada vez más el pie en el zapato.
3. Anime al niño a que les quite los zapatos al papá, a la muñeca, etc. Repita esto con el propio zapato del niño empleando el mismo proceso y elogiándolo si puede hacerlo.
4. Finja que no puede quitarse el zapato y pídale al niño a que trate de hacerlo. Elógielo con entusiasmo si logra hacerlo.



EDAD: 1 - 2 años

TITULO: Se quita el abrigo cuando está desabotonado.

QUE DEBE HACERSE:

1. El abrigo debe ser del tamaño adecuado para el niño a fin de que se lo pueda quitar con facilidad. Se le puede decir: "Cuando te quites el abrigo puedes ____" y realice una actividad con él. Déle un bocadillo o cuénteles un cuento como recompensa por terminar la tarea.
2. Haga que el niño la observe mientras se quita el abrigo y la imite. Haga que ponga las manos a los lados mientras tiene el abrigo puesto pero abierto. Pídale que eche los hombros hacia atrás para que el abrigo se resbale por los brazos.
3. Haga que el niño le dé un tirón a la manga del abrigo, ayúdelo a jalarla (tirar). Así él puede quitarse el abrigo fácilmente. Continúe hasta que él pueda quitarse el abrigo sin ayuda.
4. Practique esta actividad en el momento oportuno, como cuando el niño llega de la calle con el abrigo puesto.
5. Animelo a que vista y desvista muñecas.

EDAD: 1 - 2 años

TITULO: Sube y baja una cremallera (cierre relámpago) grande sin enganchar el pie.

QUE DEBE HACERSE:

1. Coloque un cordón fuerte en el agujero del cierre o use una pequeña cuenta ensartada en un hilo y pásela por el agujero. Haga que el niño coja la cuenta o el cordón para que pueda mover la cremallera hacia arriba y hacia abajo. A medida que el niño adquiera destreza quítele la cuenta y empiece a reducir el tamaño del cordón haciendo que él coja la pieza de jalar (tirar) del cierre.
2. Empiece con una cremallera grande, luego reemplázela por una del tamaño de la que está cosida en la ropa del niño. Déjelo que suba y baje el cierre primero con la ropa sin poner y luego con la ropa puesta.
3. Guíele la mano al niño en el movimiento de subir y bajar la cremallera. Disminuya gradualmente la ayuda.
4. Deje que el niño abra y cierre la cremallera de una cartera que contenga dulces o un pequeño juguete.



EDAD: 2 - 3 años

TITULO: Toma una toalla de las manos del adulto y se seca las manos y la cara.

QUE DEBE HACERSE:

1. Muéstrole al niño cómo hacer esta tarea guiándole las manos y dándole instrucciones. Haga que el niño la imite cuando usted se seque la cara y las manos.
2. Elógielo por secarse bien.
3. Anímelo a que juegue con agua lavando y secando muñecas.
4. Haga que el niño use una toalla de manos en lugar de una de baño para que él pueda manejarla más fácilmente.
5. Déle al niño una toalla especial para él. Póngale decoraciones o su nombre.
6. Recompense al niño por secarse bien, dejándolo que use loción para manos que le permitirá practicar un movimiento parecido al de lavarse y secarse.



EDAD: 2 - 3 años

TITULO: Sorbe líquido de un vaso o taza usando una paja.

QUE DEBE HACERSE:

1. Coloque una paja grande de plástico en el líquido y tápele la punta con el dedo; el líquido ya se quedará en la paja. Con la paja en posición horizontal póngala en la boca del niño. Usted sentirá presión sobre el dedo cuando el niño succione y usted puede dejar salir un poco de líquido con cada movimiento de succión. Baje gradualmente la paja a su posición vertical normal.
2. Corte la paja en 2, póngala en una taza y anime al niño a que tome su bebida favorita. Para aumentar su sed déle al niño galletas saladas antes de darle la paja. Elógielo si lo hace.
3. Empiece con una paja muy pequeña y aumente gradualmente el tamaño de ésta.
4. Utilice una taza pequeña de plástico suave herméticamente cerrada y corte un agujerito en la tapa. Pase a través de éste un pequeño tubo de plástico. Al oprimir los costados de la taza empezará a subir el líquido lo que hará la succión inicial más fácil. Haga que el adulto o el niño apriete la taza.



EDAD: 2 - 3 años

TITULO: Mastica y traga únicamente sustancias comestibles.

QUE DEBE HACERSE:

1. Ponga delante del niño 2 objetos, uno comestible y el otro no y pregúntele al niño cuál se come. Elógielo si responde bien. Cuando el niño ha dominado esta tarea, utilice ilustraciones de sustancias comestibles y no comestibles y repita el procedimiento.
2. Elogie al niño por no ponerse juguetes en la boca.
3. Si el niño se pone objetos no comestibles en la boca dígame que se los saque y explíquele por qué no debe hacerlo.

EDAD: 2 - 3 años

TITULO: Se seca las manos sin ayuda cuando se le da una toalla.

QUE DEBE HACERSE:

1. Enséñele al niño a secarse las manos, dándole instrucciones y mostrándole cómo se seca usted las suyas. Haga que él la imite. Haga de esto una responsabilidad diaria del niño. Elógielo por secarse bien las manos.
2. Séquese usted las manos al mismo tiempo que se las seca el niño. Anímelo a que se seque toda el agua de las manos.
3. Tenga una toalla especial para el niño. Póngale su nombre o haga una cara de animal en ella.
4. Coloque un toallero al alcance del niño para que pueda coger la toalla y colgarla por sí solo.



PortageGuide

EDAD: 2 - 3 años

TITULO: Orina y defeca en la bacinica (orinal) 3 veces a la semana cuando lo sientan en ella.

QUE DEBE HACERSE:

1. Si el niño no permanece seco durante períodos de por lo menos 2 horas, no está aún preparado para el entrenamiento.
2. Deje que el niño la observe a usted y al resto de la familia usando el baño. Déjelo escuchar y mirar el resultado.
3. Esté pendiente de la hora y cuando usted crea que el niño está a punto de mojarse, póngalo en la bacinica (orinal). No obligue al niño a sentarse más de 5 minutos. Quédese con el niño mientras esté sentado.
4. Emplee las mismas palabras cada vez que usted se refiera al baño, como "bacinica, pipi, popo," etc.
5. Si el niño parece molesto, suspenda la práctica unos días y luego inténtelo nuevamente.
6. Anime y elogie al niño si tiene éxito en sus esfuerzos y déjelo jalar (descargar) el inodoro (excusado) como premio.
7. NO lo regañe ni lo castigue.
8. Déle al niño jugo de naranja 10 minutos antes de ponerlo en la bacinica (orinal).
9. El hacer correr agua en el lavabo o ponerle la mano al niño en agua tibia puede ayudar a aumentar la posibilidad de que orine.

EDAD: 2 - 3 años

TITULO: Se pone los zapatos.

QUE DEBE HACERSE:

1. Empiece con zapatos que sean por lo menos un tamaño más grande. Enséñele al niño cómo colocárselos en los pies, meter las puntas de los pies y jalar (tirar) el zapato sobre el talón. Reduzca el tamaño del zapato hasta el número que el niño calza. Repita la actividad y elogíe al niño diciéndole: "Bueno, estás aprendiendo a ponerte los zapatos tú solito".
2. Empiece con zapatos con tacones y talones de cuero duro. Luego haga que lo intente con zapatos de tenis o zapatillas.
3. Haga que juegue con las muñecas poniéndoles y quitándoles los zapatos.
4. Al principio póngale usted la mayor parte del zapato y deje que él meta el talón. Cuando él pueda hacer esto, póngale sólo la mitad del zapato. Deje que el niño haga más por sí solo.
5. Enséñele al niño a aflojar los cordones (cintas) si usa zapatos de amarrar.



EDAD: 2 - 3 años

TITULO: Usa el baño para defecar; sólo tiene un accidente diurno por semana.

QUE DEBE HACERSE:

1. El niño debe tener cierta regularidad en sus movimientos intestinales antes de que se espere que use el baño regularmente. Antes de iniciar el entrenamiento, haga una gráfica de los movimientos intestinales del niño durante una semana. Usela como guía para saber cuándo debe llevarlo al baño.
2. Anime al niño y permítale que observe a otros miembros de la familia. Exagere usted un poco sus expresiones y déjelo ver los resultados antes de descargar el inodoro (excusado).
3. Cuando se le mueva el intestino con regularidad, póngalo en la bacinica (orinal) a la misma hora más o menos cada día. Esté atento a las expresiones que le indiquen a usted que el niño quiere ir al baño. Anímelo y elógielo si tiene éxito en sus esfuerzos. Deje que el niño ayude a hacer su propio gráfica.

EDAD: 2 - 3 años

TITULO: Obtiene agua de la llave (grifo) sin ayuda, cuando se le proporciona un banquito.

QUE DEBE HACERSE:

1. Tenga un banquito disponible para que el niño alcance el lavabo. Póngale una marca en la llave de agua fría para que sepa cuál debe abrir. Al principio use un vaso de plástico.
2. Muéstrole cómo alcanzar un vaso y cómo abrir y cerrar la llave. Hable acerca de lo que usted está haciendo mientras lo hace.
3. Cuando el niño pida agua, vaya con él al baño, déle instrucciones y ayúdelo en lo que necesite para que él mismo se sirva el agua. Cuando él haya demostrado que lo puede hacer, no vaya con él pero recuérdle el procedimiento que debe seguir.



EDAD: 2 - 3 años

TITULO: Avisa que quiere ir al baño durante el día con tiempo para evitar accidentes.

QUE DEBE HACERSE:

1. Vista al niño con pantalones de elástico en la cintura para que sea fácil quitárselos. Póngale calzoncitos gruesos.
2. Poco a poco deje de poner al niño en el inodoro (excusado) regularmente y pídale que empiece a decirle cuando tiene necesidad de ir al baño. Si usa el inodoro no deje de proporcionarle un banquito para que pueda subirse por sí solo.
3. Si el niño está jugando afuera, observe cuidadosamente cuando da señales de que necesita ir al baño y pregúntele a intervalos regulares si quiere ir.
4. Recuérdele, alábelo y prémíelo por decirle que tiene que ir al baño. Por ejemplo, tenga un tablero en la pared y dibuje en él una cara feliz cuando le dice que tiene que ir al baño y luego va.
5. Cuando lleve al niño a un lugar que no le es conocido, asegúrese de decirle dónde está el baño o de hacerle saber que hay uno disponible a fin de evitar accidentes.



EDAD: 2 - 3 años

TITULO: Permanece seco durante las siestas.

QUE DEBE HACERSE:

1. Ponga al niño en la bacinica (orinal) justo antes de la siesta.
2. Limite la ingestión de líquidos antes de la siesta.
3. Elogie al niño por permanecer seco y no lo castigue ni le regañe si moja la cama. Haga que le ayude a cambiar las sábanas si están mojadas. Use una sábana de plástico para el colchón.
4. Vaya donde el niño en cuanto se despierte. Si está seco, llévelo al baño inmediatamente.
5. Si oye al niño despertándose, entre y haga que vaya al baño inmediatamente. Muchos niños se mojan cuando se están despertando.

EDAD: 2 - 3 años

TITULO: Usa una servilleta cuando se le recuerda.

QUE DEBE HACERSE:

1. Anime al niño a que use la servilleta dándole servilletas de colores y con dibujos.
2. Haga que imite a otros miembros de la familia y elógielo cuando lo haga.
3. Recuérdele que use la servilleta y si es necesario ayúdelo a usarla, dejando gradualmente que el niño haga cada vez más por sí solo.
4. Pídale al niño que ponga las servilletas en la mesa antes de cada comida.
5. Haga que juegue a "tomar el té" con las muñecas y enfatice el uso de servilletas.



EDAD: 2 - 3 años

TITULO: Sirve líquidos de una jarra pequeña ($\frac{1}{4}$ l.) (6-8 oz.) al vaso, sin ayuda.

QUE DEBE HACERSE:

1. Enséñele al niño cómo colocar el vaso e inclinar la jarra para servir el líquido. Déjelo practicar con agua en el lavabo.
2. Déjelo servirse el líquido en su propio vaso con una pequeña jarra que esté sólo parcialmente llena. Juegue con él a "tomar el té" con vajilla de juguete.
3. Muéstrole cómo servir líquidos de un objeto pequeño a otro.
4. Anímelo a que juegue con agua, empleando una jarra y una taza.
5. Use agua teñida para interesar al niño. Emplee arroz en vez de agua para servir de la jarra.
6. Use jarra y vaso de plástico para evitar que se rompan.
7. Deje que el niño practique sirviendo agua en envases de diversos tamaños mientras juega en la tina (bañera).
8. Deje que el niño le ayude a regar plantas.



EDAD: 2 - 3 años

TITULO: Se desabrocha la ropa.

QUE DEBE HACERSE:

1. Coloque usted broches en pedazos de tela y haga que el niño los desabroche.
2. Emplee prendas de vestir que no se usen o ropa de muñeca para que el niño aprenda a desabrochar.
3. Empiece ayudando al niño a jalar (tirar) el broche. Reduzca poco a poco la ayuda. Sostenga usted la tela y haga que el niño jale (tire); luego haga que coja un lado y jale (tire) el otro.
4. Cuando el niño sea capaz de desabrochar, haga que practique la actividad en una prenda de vestir que él lleve puesta.
5. Haga que la actividad sea útil para el niño: cuando él pueda desabrocharse la ropa deje que él asuma la responsabilidad de hacerlo cuando se desvista.



PortageGuide

EDAD: 2 - 3 años

TITULO: Se pone el abrigo, el suéter, la camisa.

QUE DEBE HACERSE:

1. Empiece con una camisa de manga corta. Emplee una prenda una o dos tallas más grandes.
2. Haga que el niño meta un brazo en el abrigo, que alcance por detrás con el otro brazo y lo meta en la manga. Al principio sosténgale el abrigo. Disminuya gradualmente la ayuda.
3. Coloque el abrigo en una mesa baja con el cuello hacia el niño y la abertura hacia arriba. Haga que coloque sus brazos en las mangas y que se pase el abrigo sobre la cabeza.



EDAD: 3 - 4 años

TITULO: Se limpia la nariz cuando se le recuerda.

QUE DEBE HACERSE:

1. Coloque los pañuelos de papel donde el niño los pueda alcanzar fácilmente. Dígale cuándo debe usarlos y elógielo por limpiarse la nariz y por arrojar el papel en el cesto de los papeles.
2. Muéstrole al niño cómo debe limpiarse la nariz. Haga que la imite. Elógielo por limpiarse la nariz cuando usted se lo recuerda.
3. Tenga un pañuelo especial para uso del niño.
4. Deje que el niño lleve un paquete pequeño de pañuelos de papel en el bolsillo, especialmente si está resfriado.



EDAD: 3 - 4 años

TITULO: Se despierta seco 2 de cada 7 mañanas.

QUE DEBE HACERSE:

1. Pregúntele al niño si ha ido al baño inmediatamente antes de que se acueste. Si no lo ha hecho, llévelo o recuérdale que lo haga.
2. No le ponga pañales al niño por la noche. Emplee una sábana de plástico para proteger el colchón.
3. Limite la cantidad de líquido que toma el niño después de la cena.
4. Despiértelo y llévelo al baño antes de que usted se acueste.
5. Elógielo o prémiole con alguna actividad especial cuando permanezca seco toda la noche. Se pueden pegar aplicaciones engomadas de caras sonrientes o cualquier otra figura en un tablero o en la puerta del baño, por cada noche que permanezca seco. Si el niño tiene un accidente, no lo critique pero pídale que le ayude a cambiar las sábanas.
6. Si el niño tiene dificultad para permanecer seco toda la noche, trate de tocarlo cada 2 horas una noche para saber a qué hora se moja. Ponga el despertador de modo que usted pueda despertarlo para ir al baño antes de la hora que generalmente se moja.



EDAD: 3 - 4 años

TITULO: Los varones orinan de pie en el baño (inodoro, excusado).

QUE DEBE HACERSE:

1. Haga que otros varones de la casa le sirvan de modelo al niño.
2. Dígale al niño que se ponga de pie frente al baño, se sostenga el pene y orine. Elógielo, diciéndole que es un hombrecito cuando orina de pie. Al principio no espere que acierte perfectamente. Tal vez sea necesario usar un banquito.
3. Haga "botes" de hojas de papel higiénico y anime al niño a que les "dé" y los hunda, o haga flotar una pelota de tenis de mesa en el baño y dígame al niño que trate de "darle".
4. Ponga un tablero en el baño. Deje que el niño ponga una cara sonriente o una aplicación cuando orina de pie.



EDAD: 3 - 4 años

TITULO: Se abrocha los ganchos y los broches de la ropa.

QUE DEBE HACERSE:

1. Cosa broches y ganchos en pedazos de tela. Ayude al niño a abrochar o enganchar. Disminuya gradualmente la ayuda.
2. Haga que el niño la observe abrochar o enganchar mientras le describe lo que va haciendo. Pídale que haga lo mismo mientras usted le da instrucciones.
3. Coloque broches o ganchos en el reverso de caras felices o animales dibujados en tela. Haga que el niño practique abrochándolos o enganchándolos en un cuadro de tela.
4. Al comienzo, sostenga usted la hembra del broche y haga que el niño empuje el macho. Gradualmente, deje que el niño sujete la hembra del broche a medida que coloca al macho encima.
5. Sostenga la hembra del gancho y deje que el niño enganche la otra parte. A medida que el niño adquiera destreza, déjelo que coja la hembra mientras coloca el gancho.
6. Al comienzo, emplee broches o ganchos muy grandes, reduciendo gradualmente su tamaño.
7. Haga que practique con la ropa en una mesa o en otra persona. Cuando el niño pueda hacerlo déjelo que practique en la ropa que tiene puesta. Haga "cinturones" con retazos de tela, poniéndoles broches y ganchos. Deje que el niño se los ponga y los abroche o enganche.



EDAD: 3 - 4 años

TITULO: Se suena cuando se le recuerda.

QUE DEBE HACERSE:

1. Enséñele al niño a sonarse. Demuéstrele a medida que usted le describe cómo hacerlo.
2. Al comienzo, ayude al niño guiándole las manos y diciéndole cuando debe sonarse.
3. Cuando el niño necesite sonarse, dígame que lo haga o que se limpie la nariz. Elógielo cuando lo haga.
4. Haga que el niño lleve ropa con bolsillo. Déle un pañuelo de tela o de papel para llevar en el bolsillo. Elógielo cuando lo use por sí solo o recuérdesele cuando sea necesario.



PortageGuide

EDAD: 3 - 4 años

TITULO: Cuelga el abrigo en un gancho y lo pone en una barra baja cuando se le dan instrucciones.

QUE DEBE HACERSE:

1. Tenga siempre un gancho al alcance del niño.
2. Recuérdale que cuelgue el abrigo y animelo a que lo haga.
3. Elógielo cuando cuelgue el abrigo. Si se le olvida y tira el abrigo al suelo o sobre la cama, haga que se vuelva a poner el abrigo, que salga y que regrese inmediatamente a la casa para colgarlo.
4. Coloque el abrigo en el suelo y muéstrelle al niño cómo poner el gancho en las mangas y hombros. Recójalo y cuélguelo en una barra baja.
5. Si es posible, use un gancho pequeño de plástico o madera adecuado al tamaño del abrigo del niño.



EDAD: 3 - 4 años

TITULO: Se pone mitones.

QUE DEBE HACERSE:

1. Muéstrole al niño cómo encaja toda la mano en el mitón con un lugar especial para el dedo pulgar.
2. Emplee un mitón de tamaño cómodo para el niño. Trate de no usar mitones pequeños o excesivamente grandes.
3. Use mitones que representen cabezas de animales (botones por ojos, boca pintada de rojo entre el pulgar y la mano) para estimular al niño.
4. Al principio, ayúdele a ponerse los mitones. Reduzca la ayuda a medida que el niño adquiere destreza.
5. Haga que el niño practique poniéndose un mitón con la mano libre y adquiriera destreza antes de enseñarle a ponerse el otro mitón con la mano que ya está enguantada.



EDAD: 3 - 4 años

TITULO: Se pone las botas.

QUE DEBE HACERSE:

1. Muéstrole cómo ponerse las botas, tirando de ellas. Ayúdele al niño mientras trata de ponérselas y elógielo por sus esfuerzos. Ayúdele a tirar si tiene dificultades pero reduzca poco a poco la ayuda a medida que se adquiere más destreza.
2. Practique con botas que le queden un poco grandes. Cuando sepa ponerse las botas, haga que use botas del tamaño apropiado.
3. Si el niño tiene puestos zapatos de gamuza o tela que se pegue al forro de la bota y haga difícil el que se la ponga, póngale una bolsa de plástico sobre el zapato para que resbale fácilmente dentro de la bota.
4. Haga que el niño se ponga las botas sólo cuando lleva puestos los calcetines (medias).



PortageGuide

EDAD: 4 - 5 años

TITULO: Busca un trapo para limpiar lo que ha derramado.

QUE DEBE HACERSE:

1. Tenga un trapo o esponja en un lugar especial para limpiar lo que se derrama.
2. Anime a todos los miembros de la familia a que sirvan de modelo, limpiando lo que derraman.
3. No castigue si algo se derrama accidentalmente.
4. Elogie al niño cuando limpie más o menos bien lo que se derrama.



EDAD: 4 - 5 años

TITULO: Evita los venenos y otras sustancias dañinas.

QUE DEBE HACERSE:

1. Coloque etiquetas en los envases de sustancias venenosas y dígame al niño que no las toque. Emplee calcomanías con caras que asusten.
2. Ponga frente al niño varias botellas, algunas con estas calcomanías y otras con etiquetas normales. Haga que el niño clasifique las botellas de modo que pueda reconocer las etiquetas.



EDAD: 4 -5 años

TITULO: Se lava las manos y la cara.

QUE DEBE HACERSE:

1. Quizás sea necesario recordarle al niño cuando debe lavarse las manos y la cara.
2. Elógielo cada vez que completa la tarea con éxito.
3. Deje que el niño tenga jabón, toalla y esponja especiales en un lugar que pueda alcanzar.
4. Proporciónale un banquito si lo necesita para verse en el espejo o alcanzar la llave (grifo).
5. Al comienzo, muéstrole al niño cómo se usa la esponja para lavarse la cara y las manos. Ayúdalo si es necesario. Gradualmente, elimine la ayuda, hasta que el niño sólo requiera indicaciones verbales y finalmente pueda lavarse la cara y las manos sin ayuda.
6. Coloque un tablero en el baño y deje que el niño ponga una cara sonriente y limpia cuando complete con éxito la tarea por sí solo. Haga que el niño destape el lavabo y cuelgue la toalla antes de elogiarlo.

EDAD: 4 - 5 años

TITULO: Emplea los cubiertos apropiados para comer.

QUE DEBE HACERSE:

1. En la mesa sea usted un buen modelo para el niño empleando los cubiertos apropiados. Hable acerca de qué cubierto usa y por qué.
2. Repase antes de cada comida qué cubierto se debe usar para cada alimento. Después, haga que el niño se lo repita si puede.
3. Elogie al niño al final de cada comida si usa los cubiertos adecuados.

EDAD: 4 - 5 años

TITULO: Se despierta durante la noche para ir al baño o permanece seco toda la noche.

QUE DEBE HACERSE:

1. Limite la cantidad de líquidos que bebe el niño antes de acostarse.
2. Durante la noche, deje una luz encendida en el baño y en el dormitorio si el niño las necesita.
3. Use un tablero con figuras engomadas y elogie al niño cuando permanece seco.
4. Si la cama está mojada por la mañana, pídale al niño que ayude a cambiar las sábanas pero no lo castigue ni lo regañe. Emplee una sábana plástica para cubrir el colchón.
5. Al comienzo, despierte al niño a una hora fija durante la noche para que vaya al baño. Haga que, poco a poco, él asuma la responsabilidad de levantarse.
6. Si el baño y el dormitorio del niño se encuentran en distintos pisos, deje una bacinica (orinal) en el dormitorio del niño.



EDAD: 4 - 5 años

TITULO: Se limpia la nariz y se suena el 75% de las veces cuando necesita y sin que se le recuerde.

QUE DEBE HACERSE:

1. Tenga pañuelos de papel al alcance del niño en los baños y en los dormitorios. Fomente y alabe el uso de ellos.
2. Si el niño tiene un resfriado fuerte, déle un paquete pequeño de pañuelos de papel para que lo lleve consigo.
3. Déle al niño un pañuelo para que lo lleve en el bolsillo.
4. Elogie al niño cada vez que se limpia la nariz o se suena sin que se le recuerde.



EDAD: 4 - 5 años

TITULO: Emplea un cuchillo para untar sustancias blandas en la tostada.

QUE DEBE HACERSE:

1. Mantenga la mantequilla o margarina blandas. Use tostadas, ya que éstas no se rompen fácilmente.
2. Emplee un cuchillo sin filo, con un mango grande fácil de coger.
3. Muéstrole al niño cómo se unta y animelo a que la imite.
4. Déle mantequilla de cacahuete (maní) o mermelada como recompensa.
5. Guíele la mano y reduzca gradualmente la ayuda.



PortageGuide

EDAD: 4 - 5 años

TITULO: Se abrocha y desabrocha las hebillas del cinturón de los vestidos o pantalones y de los zapatos.

QUE DEBE HACERSE:

1. Ayude, físicamente, al niño a abrochar y desabrochar la hebilla. Reduzca la ayuda gradualmente.
2. Practique con el cinturón sobre la mesa. Cuando el niño adquiriera destreza en esto, hágalo practicar con el cinturón puesto.
3. Al principio use una correa de hebilla grande. Cuando el niño ya sepa abrocharla, reduzca el tamaño de la hebilla hasta que sea del tamaño del cinturón del niño.



EDAD: 4 - 5 años

TITULO: Cuando se le dan indicaciones verbales, ayuda a poner la mesa colocando bien los platos, servilletas y cubiertos.

QUE DEBE HACERSE:

1. Coloque los cubiertos en el cajón, separando los cuchillos, tenedores y cucharas.
2. Ayúdele al niño a contar el número de cubiertos que se necesita.
3. Guarde los platos en una alacena baja para que el niño pueda ayudar o coloque los platos donde él pueda alcanzarlos.
4. Ponga la mesa con el niño las primeras veces. Luego elimine gradualmente la ayuda.
5. Elogie al niño cuando ayuda. Cuénteles a la familia cómo ayudó el niño a poner la mesa.
6. Ponga un puesto en la mesa que sirva de modelo al niño. Luego, deje que él ponga los restantes.
7. Dibuje en una toalla de papel cómo se pone un puesto, señalando los lugares exactos donde se ponen cada objeto y haga que el niño coloque los cubiertos, etc., directamente encima de los dibujos.
8. Ponga usted la mesa, dejando sin poner un plato o un cubierto en cada puesto. Vea si el niño puede colocar el objeto que falta, o ponga todas las piezas menos las cucharas y haga que el niño termine de poner la mesa. Luego ponga todo menos cucharas y tenedores, etc.



EDAD: 4 - 5 años

TITULO: Cuelga su ropa en un gancho.

QUE DEBE HACERSE:

1. Haga que el colgar la ropa sea parte de la rutina diaria del niño.
2. Elógielo al niño cuando cuelgue la ropa sin que se le recuerde.
3. Adapte la barra del armario para que esté al alcance del niño.
4. Proporciónale ganchos pequeños para que la ropa del niño no se caiga.
5. Muéstrole cómo se ponen las prendas en el gancho y ayúdelo física y verbalmente mientras sea necesario.
6. Emplee ganchos forrados para que la ropa no se resbale.



EDAD: 4 - 5 años

TITULO: Mete los cordones (agujetas) en los ojete de los zapatos.

QUE DEBE HACERSE:

1. Empleando un tablero con 4 agujeros, pídale al niño que imite sus movimientos mientras usted mete y entrelaza los cordones. A medida que el niño adquiere destreza, hágale más agujeros al tablero. Luego haga que el niño entrelace los cordones de sus zapatos.
2. Haga que practique en un zapato de adulto.
3. Amarre un cordón blanco y uno negro y úselos como un cordón en un zapato grande. Esto le ayudará al niño a recordar qué cabo debe soltar y recoger a medida que los entrelaza. Si el niño necesita ayuda, déle instrucciones con referencia al color.



EDAD: 4 - 5 años

TITULO: Se ata los cordones (agujetas) de los zapatos.

QUE DEBE HACERSE:

1. Muéstrole al niño cómo hacer un nudo, dejando que la observe mientras usted lo hace lentamente. Después, haga uno de los lazos, pase el otro parcialmente por el nudo y deje que el niño termine. Poco a poco deje que el niño haga más, ayudándolo si es necesario, hasta que él pueda hacer todo el nudo solo.
2. Alabe y recompense al niño a medida que él realice estas actividades y déjelo que le amarre los zapatos a usted o a papá como premio adicional.
3. Use cordones planos fáciles de coger (los cordones redondos son resbaladizos y más difíciles de amarrar).
4. Haga que el niño imite lo siguiente: 1) cruzar los cordones, 2) hacer el primer nudo, 3) hacer un lazo con un cordón y llamarlo un árbol, 4) llame conejito al otro cordón y dígame que está saltando alrededor del árbol, mientras usted enrolla el segundo cordón alrededor del primer lazo, 5) haga un lazo con el segundo cordón y empújelo por debajo del camino del conejito; ésta es la oreja del conejo, 6) dígame al niño que tire del árbol y de la oreja del conejito, y 7) los zapatos ya están amarrados.
5. Emplee una lana gruesa de color (para amarrar el cabello a las niñas). Cuando esté sentado, enróllela alrededor de la pierna del niño por encima de la rodilla. Haga que practique amarrando el nudo: primero, hace un lazo y lo sostiene con el pulgar y el índice; luego, pone la lana alrededor del pulgar y el índice. Después empuja la lana y el pulgar a través del lazo con el índice de la otra mano y finalmente suelta y tira de los lazos.

EDAD: 5 - 6 años

TITULO: Sin que se le recuerde se detiene al borde de la acera (banqueta), mira a ambos lados y cruza.

QUE DEBE HACERSE:

1. Recuérdele al niño cómo se cruza la calle, antes de que vaya a la casa de un amigo o a la tienda.
2. Pregúntele qué debe hacer cada vez que cruza la calle.
3. Elógielo cuando cruce la calle con cuidado.
4. Camine usted con el niño y muéstrole cómo se cruza la calle. Cuando demuestre destreza, déjelo ir solo.
5. Dramatice cómo se cruzan las calles de manera segura o emplee muñecas o coches de juguete para demostrárselo.
6. Déle al niño una placa en forma de estrella cuando cruce la calle en la forma debida.

EDAD: 5 - 6 años

TITULO: Se prepara su propio emparedado (sándwich).

QUE DEBE HACERSE:

1. Guarde las cosas que el niño necesita en lugares que estén fácilmente a su alcance.
2. Emplee un cuchillo de mesa dentado.
3. Primero, haga que el niño imite los pasos que usted sigue y luego que haga el emparedado por sí solo.
4. Deje que el niño haga emparedados con cortadores de galletas, cortando pedazos de pan, queso y carne fría de la misma forma.



PortageGuide

EDAD: 5 - 6 años

TITULO: Corta comidas blandas con el cuchillo (salchichas, plátanos, patatas cocidas).

QUE DEBE HACERSE:

1. Emplee un cuchillo de mesa dentado.
2. Muéstrole al niño cómo se corta y guíele las manos al cortar. Reduzca la ayuda a medida que el niño adquiere destreza.
3. Deje que el niño corte plátanos, gelatina, etc. y haga que esto sea parte de la comida de la familia. Elogie al niño.
4. Supervise al niño mientras juega a cortar arena en una caja de arena.
5. Haga una torta gruesa de plastilina. Ayúdele a cortarla en pedazos con un palo de chupete o un cuchillo de plástico. Disminuya la ayuda gradualmente.