

DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN

Queridas familias:

¿Qué tal estáis? ¿Qué tal están los peques? Deseo de todo corazón que todos vosotros y vuestros seres queridos os encontréis bien. Los míos y yo estamos bien, deseando que todo esto pase cuanto antes, para volver a la normalidad y a la, tan deseada, rutina.

Estos días son un auténtico reto de superación, no sólo por el estado de alarma en el que nos vemos todos sumergidos, acompañado de tantos datos tristes, sino también por las pequeñas situaciones que vivimos en nuestros hogares, donde pueden aparecer discusiones y roces con más frecuencia. El poder compaginar esta nueva situación atípica con la atención de nuestros hijos lo hace todo más complicado si cabe.

Para intentar facilitar esta labor, os envío unas orientaciones para los alumnos de Infantil.

Fijar una rutina durante la cuarentena será fundamental tanto para los papis, mamis, como para los más pequeños y así llevar mucho mejor esta nueva vida de carácter temporal. Repasar las rutinas de día de la semana, meses del año y las estaciones, leerles un cuento antes de ir a la cama... son actividades que a ellos les da seguridad porque se pueden anteponer a lo que va a pasar.

Os adjunto un horario de rutinas orientativo para cada día con los niños y niñas.

Fomentar la **autonomía**. Es recomendable enseñarles a adquirir más autonomía y que hagan solitos todo aquello que son capaces de hacer: vestirse, desnudarse, comer, ayudar en las tareas de la casa. Son capaces de hacer muchas más cosas de las que nos imaginamos.

Es un buen momento para trabajar la **motricidad fina**, hacer figuras de plastilina, rasgar, arrugar papel, colorear, recortar con tijeras, pegar, hacer un collage... Hay multitud de recursos y enlaces como este para hacer manualidades. <https://www.pequeocio.com/manualidades-infantiles/>

Aprovechad cada rincón de la casa para trabajar los **números**: podéis contar objetos habituales (fruta, juguetes, toallas, camisetas) se puede hacer en el día a día (cuando se guarda la ropa, los juguetes, cuando ponemos la mesa). Se pueden buscar números en etiquetas, botes de conserva, libros. Y los más mayorcitos pueden escribirlos y hacer sumas y restas muy simples.

Que mejor que **aprender jugando**. Los juegos tradicionales son un importante recurso para trabajar memoria, conciencia fonológica, razonamiento matemático, la atención... y lo mejor, pasar un buen rato en familia. Memory, puzles, bingos, dominós de imágenes, "Veo, veo", palabras encadenadas, La Oca, parchís, cartas de familia, rompecabezas, son algunos de los múltiples juegos que podemos tener por casa.

Es importante mover el esqueleto: la **motricidad gruesa** también se puede trabajar botando una pelota, pasándola de unos a otros, con las palas, haciendo volteretas, saltando a la comba, bailando canciones infantiles... Que nos quedemos

en casa no quiere decir que tengamos que estar todo el tiempo sentados. Los peques necesitan su momento de movimiento y desenfreno, si eso lo hacemos de forma dirigida será mejor para todos.

Cada cosa a su tiempo. El estar las 24 horas del día con nuestros pequeños hace que les prestemos más atención. Os recomiendo que les acostumbréis a esperar, que aprendan que sus necesidades o deseos no se pueden satisfacer en el momento. Es importante que en esta situación novedosa para todos ellos también aprendan a manejar sus emociones y resolver sus conflictos de manera autónoma y razonable. El tono de voz, así como el volumen, juegan un papel importante. Es recomendable hablar en voz baja y no gritar. Si actuamos como modelos lo entenderán mejor.

Cuentos y más cuentos. Además del cuento de buenas noches, podemos leerles y dejar que ellos "nos lean" el cuento. Inventar historias, cambiar el final, el principio, los personajes, incluso dibujarlas.

Hablar con ellos de esta situación les ayudará a entenderla. Es una situación en la que ellos también están implicados. Necesitan entenderla para poder sobrellevarla. Hay cuentos infantiles que pueden ayudar en esto.

<https://www.copmadrid.org/web/publicaciones/rosa-contra-el-virus-cuento-para-explicar-a-los-ninos-y-ninas-el-coronavirus-y-otros-posibles-virus>

Espero que estas recomendaciones os sean de utilidad. Sé que cada familia es única y tiene sus propias necesidades. Por eso os recuerdo que estoy a vuestra disposición para atender todas vuestras situaciones a nivel particular.

Cuidaos mucho. Un beso muy grande.



Gloria Sánchez Fernández
Psicopedagoga de Educación Infantil