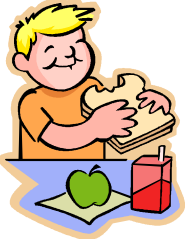








### HÁBITOS DE AUTONOMÍA EN NENOS E NENAS DE 5 ANOS

<p>COMIDA</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Come de todo, aínda que non lle guste.</li> <li>• Ten dificultades co coitelo, pero permíteselle adestrarse con alimentos brandos.</li> <li>• Pode colaborar en poñer a mesa.</li> <li>• Leva o prato ao vertedoiro de forma habitual.</li> <li>• Come nun tempo prudencial, sen necesidade de supervisión do adulto.</li> <li>• Bebe auga sen derramala.</li> <li>• Abre un iogur sen problemas. Pode botar azucre con coidado e remexer sacando e metendo a culler en vertical.</li> <li>• Cústalle estar sentado moito tempo nos restaurantes, pero se lle deixamos levantarse entre pratos, as comidas rematan sen incidentes.</li> </ul>
<p>BAÑO E ASEO</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Báñase coa axuda dun adulto. Con supervisión, frega todas as partes do corpo.</li> <li>• Mamá ou papá llévanlle o pelo, pero el ou ela sabe botar auga pola cabeza.</li> <li>• Pon o pixama só/soa.</li> <li>• Leva sempre a roupa para lavar.</li> </ul>
<p>VESTIDO</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pola mañá, se mamá o/a esperta, érguese docemente.</li> <li>• Desvístese só/soa sempre.</li> <li>• Pon só/soa o pixama e o albornoz.</li> <li>• Aprende a abotoar a camisa. O botón do vaqueiro cústalle.</li> <li>• Vístese só/soa as fins de semana. Distingue a parte dianteira e traseira da roupa e abotoa as camisas, aínda que ás veces non lle saia ben de todo.</li> </ul>
<p>ESFÍNTERES</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fai pis e caca só/soa e non necesita axuda para limparse.</li> </ul>
<p>DURMIR</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dorme só/soa.</li> </ul>
<p>AUTONOMÍA EMOCIONAL</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Xoga só/soa no seu cuarto durante unha hora se de cando en vez nos interesamos polo que fai.</li> <li>• Queda a durmir sen problema na casa dos/as amigos/as.</li> <li>• Goza tres ou catro días tranquilamente, por exemplo, nunha granxa-escola, na casa dun/ha amigo/a, aínda que pola noite recorde a papá e mamá e necesite que alguén o/a console.</li> <li>• Comeza a enfrontarse aos seus medos.</li> </ul>
<p>RESPONSABILIDADES</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sabe o seu enderezo e teléfono.</li> <li>• Sabe o que ten que facer se se perde.</li> <li>• Recolle os seus xoguetes, pero agradece que o miren cando fai as cousas ben.</li> <li>• Aínda que necesita que llo recorden, é quen de colocar a súa mochila preparada para o día seguinte.</li> <li>• Sabe aceptar un castigo no seu cuarto sen rabechas.</li> <li>• Pode cruzar a rúa sen problemas a carón dun adulto.</li> <li>• Aprende a anoar os amallós dos zapatos, do que se sente moi orgulloso/a.</li> <li>• Comeza a tomar decisións se se lle delimita o campo de elección. Por exemplo, de que prefires o bocadillo, de xamón ou de queixo? Esixiráselle coherencia na decisión tomada.</li> </ul>