



Este verano me preparo para INFANTIL

Pequeños pasos que les ayudan a crecer, ganar autonomía y empezar el colegio con confianza e ilusión



1

Voy al baño cada vez más solo.



¿Cómo puedo ayudarle?

- Respetando su ritmo, sin presiones.
- Ofreciéndole ir al baño en momentos clave: después de comer, antes de salir, después de dormir...
- Felicitando sus logros y avances.
- Usando ropa cómoda y fácil de quitar.



Recuerda

Cada niño y niña tiene su ritmo.

Lo importante es acompañarle con paciencia, cariño y confianza.



Señales de que está preparado:

Permanece seco durante periodos largos	Comunica que ha hecho pipí o caca	Muestra interés por usar el baño	Puede bajar y subir la ropa sencilla	Puede seguir instrucciones sencillas

2

Practico vestirme y desvestirme.



¿Qué puede practicar?

- Ponerse y quitarse camisetas, pantalones, calcetines y zapatos con velcro.
- Abrir y cerrar cremalleras sencillas.
- Colocar su ropa en su sitio.
- Desabrochar botones grandes.

¿Para qué le sirve?



Gana autonomía y confianza



Se siente capaz de hacer cosas por sí mismo/a



Le ayuda a estar más a gusto en el cole desde el primer día

3

Pruebo alimentos variados.



¿Qué podemos hacer?

- Ofrecer alimentos de todos los grupos: frutas, verduras, proteínas, cereales y lácteos.
- Comer sentados en la mesa.
- Usar cuchara, tenedor y beber en vaso.
- Permitir que prueben nuevos sabores sin forzar.
- Evitar distracciones (pantallas, juguetes) durante las comidas.

Beneficios



Lleva una alimentación saludable



Gana autonomía en la comida



Mejora su digestión y bienestar



Favorece sus hábitos para toda la vida

También es un buen momento para reducir el uso del biberón y del chupete, si aún los utiliza.



4

Escucho cuentos todos los días.



¿Por qué es importante?

- Desarrolla su lenguaje y vocabulario.
- Estimula su imaginación y creatividad.
- Fortalece el vínculo afectivo.
- Le ayuda a comprender el mundo que le rodea.

Ideas fáciles para cada día



Leer un cuento antes de dormir o en un momento tranquilo del día.



Contar historias propias y cantar canciones.



Hablar sobre lo que hace, lo que siente, lo que ve.



Evitar el exceso de pantallas.

5

Hablamos del colegio con ilusión.



¿Cómo podemos hacerlo?

- Hablamos del cole como un lugar bonito donde aprender y hacer amigos.
- Le contamos cosas positivas sobre la experiencia.
- Visitamos el cole (si es posible), contamos quién le acompañará el primer día...
- Transmitimos seguridad y confianza.

Frases que ayudan

"Vas a aprender muchas cosas divertidas."

"Vas a conocer nuevos amigos y amigas."

"Tu profe te cuidará y te ayudará."

Estamos muy contentos e ilusionados por ti.



Recuerda

Cada pequeño paso que das con tu hijo o hija este verano, le acerca a una nueva etapa llena de oportunidades, juegos, aprendizajes y felicidad.

¡Juntos familia y escuela formamos el mejor equipo!



MENOS PANTALLAS, MÁS PALABRAS

Las palabras
son semillas
que crecen cada día
con amor, tiempo
y conversación.

Cómo ayudar a nuestros hijos a desarrollar el lenguaje este verano

1 ¿CÓMO APRENDE A HABLAR UN NIÑO?

El lenguaje no se aprende mirando una pantalla.
Se aprende cuando:

- Nos mira a la cara.
- Escucha nuestra voz.
- Participa en conversaciones.
- Juega con otras personas.
- Comparte momentos con su familia.

RECUERDA

Cada conversación
alimenta su cerebro.



Ninguna pantalla puede
sustituir una interacción real.



HABLAR, ESCUCHAR Y JUGAR

hacen crecer su lenguaje
y también su corazón.

2 ¿QUÉ NECESITA PARA DESARROLLAR EL LENGUAJE?



HABLAR CON ÉL MUCHO

- Describir lo que hacemos.
- "Vamos a lavar las fresas."
"Ahora nos ponemos los zapatos."



DARLE TIEMPO PARA RESPONDER

- Hacer preguntas sencillas.
- Esperar unos segundos.



ESCUCHARLE

- Mostrar interés por lo que dice.
- Mirarle cuando habla.

3 EL TRUCO DE LOS LOGOPEDAS: AÑADIR UNA PALABRA MÁS

Perro	→	Sí, un perro grande.	
Coche rojo	→	Sí, un coche rojo muy rápido.	
Quiero agua	→	Quieres agua fresquita.	

¿QUÉ CONSEGUIMOS?

- Ampliar vocabulario
- Mejorar frases
- Favorecer la comunicación

4 ACTIVIDADES QUE DESARROLLAN EL LENGUAJE



CUENTOS

10 minutos al día.

Preguntar:

- ¿Quién es?
- ¿Qué está pasando?
- ¿Qué crees que ocurrirá?



CANCIONES

Favorecen:

- ✓ Pronunciación
- ✓ Memoria
- ✓ Vocabulario



JUEGO SIMBÓLICO

Cocinitas, muñecos,
supermercado, médicos...

Porque hablando se
aprende a hablar.



5 LAS PANTALLAS Y EL LENGUAJE

Cuando las pantallas ocupan
demasiado tiempo...

- Disminuyen las conversaciones.
- Reducen las oportunidades de juego.
- Empobrecen el vocabulario.
- Dificultan la atención.
- Pueden favorecer retrasos en el lenguaje.



LO QUE MÁS NECESITA
UN NIÑO PEQUEÑO ES...
PERSONAS, NO PANTALLAS.

6 SITUACIONES COTIDIANAS QUE VALEN ORO

En el coche	Hablar de lo que vemos y hacemos.
Durante las comidas	Nombrar alimentos, colores, sabores...
En el supermercado	Buscar, elegir, nombrar, comparar...
En el parque	Observar, describir, preguntar...
Durante el baño	Nombrar partes del cuerpo, acciones, objetos...
Mientras juega	Acompañar su juego con palabras.

Hablar de lo que vemos, hacemos y sentimos.

7 NUESTRO RETO PARA ESTE VERANO



Leer un cuento
cada día.



Tener una conversación
sin prisas.



Cantar una
canción juntos.



Jugar juntos
sin pantallas.



Reservar momentos
sin pantallas.

PEQUEÑOS MOMENTOS, GRANDES LOGROS



¿CUÁNDO CONVIENE CONSULTAR?

Si observamos que:

- Habla muy poco para su edad.
- No combina palabras.
- Parece no comprender instrucciones sencillas.
- Se comunica casi siempre señalando.
- Su lenguaje resulta difícil de entender incluso para la familia.

Hablar con la tutora, orientadora o pediatra
puede ayudar a resolver dudas.



LAS PALABRAS SON SEMILLAS.
LAS CONVERSACIONES SON AGUA.
EL TIEMPO COMPARTIDO ES EL MEJOR FERTILIZANTE PARA EL LENGUAJE.



Habla, escucha,
juega y disfruta.
¡CADA CONVERSACIÓN
CUENTA!



PERÍODO DE ADAPTACIÓN

Un comienzo lleno de confianza

UN PASO A PASO PARA QUE TODO SEA MÁS FÁCIL

Cada niño y niña es único.
Este periodo respeta su ritmo para que se sienta seguro, querido y acompañado.

1. ¿QUÉ ES EL PERÍODO DE ADAPTACIÓN?

Es un tiempo de acogida progresiva para que los niños y niñas se familiaricen con el colegio, su nueva rutina, los espacios, los adultos y los compañeros.



Su objetivo principal: favorecer su bienestar emocional y la creación de vínculos de confianza.

2. ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE?

- ✓ Reduce la ansiedad y el llanto.
- ✓ Favorece la seguridad y la confianza.
- ✓ Ayuda a crear vínculos afectivos positivos.
- ✓ Permite conocer a cada niño/a respetando su ritmo.
- ✓ Facilita una incorporación positiva y feliz.

3. ¿CÓMO SERÁ EN NUESTRO COLE?

La entrada será gradual, con horarios progresivos y flexibles.

Os informaremos previamente del horario concreto y cómo se organizará cada día.



Cada familia recibirá un calendario detallado antes del inicio del curso.

4. CLAVES PARA UNA DESPEDIDA TRANQUILA Y SEGURA

SÍ HACER



Despedidas breves, claras y cariñosas.



Transmitir confianza y seguridad.



Mantener una actitud positiva hacia el colegio.



Cumplir lo que decimos: "Te recogeré después de la siesta / del patio".

MEJOR EVITAR



Alargar la despedida o mostrar dudas.



Transmitir nerviosismo o inseguridad.



Desaparecer sin avisar.



Utilizar el colegio como amenaza.



Es normal que llore. Es su manera de expresar lo que siente. Con vuestra confianza y nuestra ayuda, irá sintiéndose mejor cada día.



5. EJEMPLO DE HORARIO PROGRESIVO*

DÍAS	HORARIO APROXIMADO	¿QUÉ HACEMOS?
DÍAS 1-3	9:30 - 11:00	Entradas escalonadas. Conocemos la clase, los juegos y a la seño.
DÍAS 4-6	9:30 - 12:00	Nos quedamos un poco más. Jugamos, exploramos y empezamos a participar.
DÍAS 7-9	9:30 - 13:00	Seguimos ampliando el tiempo. Comemos en el cole (si corresponde).
10 EN ADELANTE	Horario habitual* del centro	Nos sentimos más seguros y empezamos la rutina completa.

*Los horarios pueden variar según las necesidades del grupo y las características de cada niño y niña.



6. ¿CÓMO PODEMOS AYUDAR DESDE CASA?



Hablar del cole con ilusión y naturalidad.



Leer cuentos sobre la escuela y las emociones.



Preparar juntos la mochila y sus cosas.



Mantener rutinas estables de sueño, comida y juego.



Fomentar el juego con otros niños y niñas.



Respetar sus emociones y acompañarlas.

La mejor preparación para el cole es que se sientan queridos, escuchados y seguros en casa.



7. LAS EMOCIONES SON NORMALES



Pueden aparecer: llanto, enfado, inseguridad, apego... Es su manera de adaptarse a algo nuevo.

Con tiempo, acompañamiento y mucha paciencia, todo irá mejorando.



8. FAMILIA Y ESCUELA, UN MISMO EQUIPO

La comunicación y la confianza mutua son esenciales para acompañar a vuestros hijos e hijas en este gran cambio.

Estamos aquí para ayudaros en todo lo que necesitéis.



¡JUNTOS LO HAREMOS POSIBLE!



Con cariño, paciencia y mucha confianza, este será el comienzo de una etapa maravillosa.





CONTROL DE ESFÍNTERES

comprender, acompañar y celebrar

cada pequeño logro

Cada niño tiene su ritmo. Nuestro papel es ofrecerle seguridad, oportunidades y mucho apoyo.



1. ¿Qué es la integración sensorial?

Es el proceso por el cual el cerebro organiza la información que recibe del cuerpo y del entorno para poder responder de manera adecuada.

Para el control de esfínteres, el niño necesita integrar diferentes sensaciones y señales:

- ✓ Sentir que la vejiga o el intestino están llenos.
- ✓ Reconocer esa sensación y comprender lo que significa.
- ✓ Comunicar que necesita ir al baño.
- ✓ Planificar y realizar la acción de ir al baño.



¿Por qué es importante?

Cuando la integración sensorial está bien desarrollada, el niño puede:

- ✓ Identificar sus sensaciones corporales.
- ✓ Tolerar estar seco o mojado sin malestar.
- ✓ Aguantar el orín o la caca hasta llegar al baño.
- ✓ Coordinar su cuerpo para sentarse, relajarse y hacer sus necesidades.



2. Ejercicios que ayudan a la integración sensorial

Estos juegos y actividades fortalecen el sistema sensorial y favorecen el control de esfínteres.



PROPOCEPCIÓN (conocer y sentir nuestro cuerpo)

- Saltar en colchonetas, circuitos de obstáculos, trepar, empujar objetos, cargar peso (mochilas, cajas...).



VESTIBULAR (equilibrio y movimiento)

- Columpios, toboganes, giros, bailar, montar en bicicleta o patinete.



TACTO (percibir texturas y temperaturas)

- Jugar con agua, arena, plastilina, arroz, espuma, masajes con pelotas o cepillos suaves.



INTEROCEPCIÓN (escuchar el interior de mi cuerpo)

- Juegos de respiración, estiramientos, yoga infantil, preguntar "¿cómo está mi barriga?: vacía, llena, cansada...".



ACTIVIDADES TRANQUILAS

- Rincones de calma, lecturas, puzzles, dibujo, canciones suaves.

3. Rutinas que ayudan a aprender a pedir y/o ir al baño solo

La constancia y la anticipación son claves.

¿CUÁNDO OFRECER EL BAÑO?



Al levantarse



Después de desayunar



Antes de salir de casa



Antes y después del parque



Después de comer



Después de la siesta



Antes de bañarse



Antes de acostarse

¿CÓMO ACOMPAÑAR?

Anticipa y avisa
"Dentro de un ratito, iremos al baño."



Ofrece opciones sencillas
"¿Quieres pipi o caca?"



Dale tiempo y privacidad
Respetar su tiempo, sin prisas.



Refuerza su comunicación
Si dice "pipi" o "caca", valora su intento.



Elogia el esfuerzo, no solo el resultado
"¡Lo has hecho muy bien avisando!"



Si hay escapes, tranquilidad
Es normal. No regañar. Limpiar, cambiar y seguir.

SEÑALES DE QUE ESTÁ PREPARADO

- ✓ Permanece seco durante periodos más largos.
- ✓ Se muestra incómodo con el pañal sucio.
- ✓ Comunica de alguna forma que necesita ir.
- ✓ Muestra interés por el baño o por imitar a otros.
- ✓ Puede seguir instrucciones sencillas.



LO QUE NO AYUDA

- ✗ Castigos o regaños.
- ✗ Comparaciones con otros niños.
- ✗ Quitar el pañal antes de que esté preparado.
- ✗ Presionar o forzar.
- ✗ Usar el baño como premio o amenaza.



4. Ejemplo de rutina diaria

(PUEDES ADAPTARLA A VUESTRA CASA)

HORA	QUÉ HACEMOS	¿QUÉ HACER?
08:00	Nos levantamos	Ir al baño al levantarse
08:30	Desayuno	Ir al baño después
10:30	Antes de salir	Ir al baño antes de salir de casa
12:30	Comida	Ir al baño después de comer
16:30	Siesta / Descanso	Ir al baño al despertar
19:00	Antes del baño	Ir al baño antes del baño
21:00	Antes de dormir	Ir al baño antes de acostarse

5. Materiales que pueden ayudar



Orinal cómodo y seguro



Taburete para subir al baño



Rutina visual (con dibujos o fotos)



Ropa cómoda y fácil de quitar



Cuentos sobre ir al baño



Tabla de logros (opcional)



- ✓ El control de esfínteres es un proceso madurativo.
- ✓ Nuestro acompañamiento respetuoso es su mejor apoyo.
- ✓ Con paciencia, rutinas y juegos... ¡LO CONSEGUIRÁ!



JUNTOS, HACEMOS EQUIPO PARA QUE ESTE APRENDIZAJE SEA UNA EXPERIENCIA POSITIVA Y FELIZ

