



## PAUTES PER A FACILITAR L'ADQUISICIÓ DE L'AUTONOMIA PERSONAL

### 3 ANYS

Per aprendre és necessària una actitud activa per part del nen o la nena, com més autònoms siguin en els aspectes personals millor sabran resoldre altres situacions com les de l'aprenentatge escolar.

Presentem un llistat d'hàbits bàsics d'autonomia i conductes a fi de tenir una orientació d'allò que podem demanar a un nen o nena de tres anys.

- . Avisa quan té necessitat de fer pipí o caca.
- . S'eixuga tot sol/ tota sola després d'anar al lavabo.
- . Tira la cadena, quan acaba.
- . Necessita poca ajuda per rentar-se les mans i la cara.
- . Es raspalla les dents.
- . Col.labora quan se'l moca.
  
- . Es despulla tot sol/ tota sola.
- . Es posa alguna peça de roba sol/sola, en vestir-se.
  
- . Menja sol/sola, utilitzant els coberts.
- . Menja de tot i sense triturar.
- . Beu sol/ sola, amb el got.
- . Utilitza el tovalló o el pitet per eixugar-se.
- . No es mou de la cadira durant tot l'àpat.
  
- . Va a dormir a una hora fixa. Ha de dormir de 10 a 12 hores.
- . A l'anar a dormir, es queda sol/ sola, amb el llum apagat i sense xumet.
- . Dorm en una habitació diferent a les del pare o la mare.
- . No es desperta durant la nit.
  
- . Juga tot sol/ tota sola, almenys 15 minuts seguits.
- . Té cura de les joguines.
- . Recull les joguines.
- . No tira papers al terra.
  
- . Sap dir el seu nom i l'edat.
- . Contesta preguntes senzilles amb frases curtes.
- . S'entén quan parla.
- . Demana el que necessita.
- . Juga amb altres nens i nenes i comença a compartir les joguines.