

## HÀBITS QUE TREBALLEM EN EL DIA A DIA DE LA LLAR

Us passem un recull de rutines. És l'eix principal del que fem en el dia a dia de la llar, que afavoreixen l'autonomia i per tant l'autoestima dels infants. A l'inici ho fan amb ajuda, els ho anem mostrant i acompanyant-los fins que arriben a fer-ho sols. És important recordar que no tots els nens i nenes són iguals i cadascú té el seu ritme evolutiu, no tots ho aconseguiran al mateix temps. Les educadores els acompanyem en aquest procés d'adquisició de les rutines i a més aconsellem que també es faci a casa, amb paciència, confiant en ells, creient que són capaços de fer-ho i si no surt bé no passa res, anirem practicant...deixant-los experimentar amb l'assaig-error i sobretot entendre “ *no facis el que puc fer jo per mi mateix*” .

- Començar a servir-se aigua: got i gerreta a la mida de la seva mà.



Foto extreta de : aidtolife

- Tenir a mà una baieta per eixugar l'aigua quan els hi cau a la taula o a terra.  
A mida que poden controlar el pal, els donem fregona.  
<https://youtu.be/W7wS5IM8Y4o>
- Mocar-se i llençar el mocador a les escombraries.
- Anar a buscar, penjar i despenjar la jaqueta (posem el penjador a la seva alçada o un alçador).

- Posar i treure's la jaqueta:



<https://www.youtube.com/watch?v=FDAAdsIEvTo>

- Cordar cremalleres: aquest truc es pot utilitzar amb la roba o amb la motxilla. Es tracta de posar-li una anella de clauer a la cremallera o una cinta de roba perquè sigui fàcil d'agafar per pujar-la o baixar-la.



Foto extreta [www.aprendiendoconmontessori.com](http://www.aprendiendoconmontessori.com)

- Llençar el seu bolquer a les escombraries i acompanyar-los després a rentar-se les mans.



Foto extreta de : [rolloid.net](http://rolloid.net)

- Començar a seure a l'orinal/vàter.

Aprofitant la curiositat que en tots els infants neix per l'estona d'anar al lavabo, podem posar un orinal al seu abast i oferir-los seure. Normalment això succeeix cap als 18 - 24 mesos, però és només una dada orientativa. També és important, a l'hora d'iniciar aquest procés, que l'infant pugui distingir entre el Sí i el No. L'adult ha de recordar que per ells, el fet de seure a l'orinal, és un joc més i de mica en mica l'infant podrà anar distingint les sensacions que passen en el seu cos quan fa el pipi i associar aquestes sensacions als fets. Els adults els acompanyarem en aquest nou aprenentatge, respectant el seu ritme i posant paraules a aquestes noves sensacions que experimenta : "Oh mira, ha sortit un pipi!" "com t'has sentit"? "no passa res si no surt..."



Foto extreta de [aidtolife.org](http://aidtolife.org)

Necessita un espai preparat per que pugui fer-ho. A l'hora de fer pipí, baixar-se i pujar-se la roba (ensenyant-los que amb les mans agafin dels costats i de darrere dels pantalons, calcetes o calçotets), eixugar-se i tirar de la cadena.

- Rentar-se, assecar-se les mans i llençar el paper a les escombraries.
- Anar a buscar i posar-se la bata i el pitet. A l'inici els posem la bata pel cap i ells busquen les mànigues i un cop anem veient que ja poden, quan tenen més control motriu la posem sobre una taula o a la nostra falda, els mostrem que agafin la bata per la part de baix, l'obrin i se la passin primer pel cap, i després que busquin les mànigues, pensem que a vegades se la posen girada, el davant al darrere i al revés. Quan ja controlen més se la posen com nosaltres.
- Seure a la cadira i posar-la bé: per no fer mal a l'esquena de l'infant, la manera més correcta de seure a la cadira és mantenint l'esquena recta, recolzant-la en el respall i formant un angle de 90º, amb els peus tocant a terra i els colzes a sobre de la taula. Al principi els haurem d'ajudar, però de seguida buscaran recursos per fer-ho tot sols, com per exemple, acostant-se molt la cadira a la taula. Estar a prop de la taula facilita arribar al plat o als estris. L'adult estarà al costat per ajudar a l'infant si ho necessita. Un cop han acabat d'utilitzar la cadira, quan s'aixequen, els mostrarem com desmar-la correctament, si no pesa aixecant-la i sinó empenyent-la pel respall.  
Aquí tenim un exemple clar de quin nen està assegut correctament i quin no.
- Començar a recollir els estris de dinar (got, bol, plat...). A casa també podeu animar-los a parar la taula quan ja tenen una marxa segura.
- Utilitzar adequadament els estris a l'hora de dinar: agafar la cullera i la forquilla per dinar, com fem els adults, és un procés que requereix molta pràctica. Els infants de seguida que s'aguanten asseguts (cap als 6 o 7 mesos) podem seure'ls a taula, veurem que tenen molt d'interès per als aliments nous, pels colors i les textures. S'inicia l'alimentació complementaria. El primer instint de l'infant és agafar els aliments amb les mans, experimentar i manipular, és totalment normal. Oferirem una cullera a l'infant i l'adult en tindrà una altra per poder ajudar-lo en el

moment que sigui necessari. És hora de practicar i ser conscients de que és un aprenentatge.

- Pelar la fruita, treure la pell de la mandarina o del plàtan.
- Posar el pitet i la bata bruts a la motxilla-penjador (o a casa pot ser a la rentadora, cossi...)

- Posar-se i treure's les sabates i endreçar-les al seu lloc:

Treure: <https://youtu.be/jju9i-7HK88>

Posar: <https://youtu.be/7pLc8OfkHIU>

Una de les coses que els petits no saben és que hi ha una sabata pel peu esquerre i una altra pel dret. De la mateixa manera que si se la posen al revés, per norma general, no se'n solen adonar. Per tant, no existeix un control d'error evident per a ells. El que farà que si no tenen una ajuda d'algun tipus per a verificar que se les han posat bé (no val que siguem els adults, si volem fomentar la seva autonomia) segueixin repetint l'error un cop i un altre, ja que per ells no hi ha error. Així que un bon truc per aquest "control d'error" en calçar-se pot ser, per exemple, fer una marca a la goma per fora i per la part de dins amb un puntet amb boli o retolador i ensenyar-li perquè pugui identificar a quin peu va cada sabata. Ho podem veure en aquesta foto:



Foto extreta [www.aprendiendoconmontessori.com](http://www.aprendiendoconmontessori.com)

- Treure's els mitjons i posar-los, còmodes i fàcils de posar: les famílies solem comprar els mitjons, per norma general, llargs d'aquells que arriben fins al turmell.... Així que aquest seria un dels aspectes a canviar. Els millors mitjons perquè els nens els puguin manipular són els que no tapen el turmell. Per què són més fàcils? Perquè hi ha menys recorregut i no cal estirar tant, i el peu no es queda enganxat tantes vegades.
- Acompanyar-los a recollir les joguines o els materials que hagin utilitzat, posar-los al seu lloc abans de posar-se a jugar amb alguna altra cosa. Podem aprofitar per ensenyar a classificar. Calculeu que serà més o menys cap a l'any i mig.
- Mantenir un ordre a casa amb les joguines i materials (que no estiguin totes per terra). No cal omplir massa els mobles de joguines, després costa més de recollir, és millor anar fent canvis de tant en tant. I que sàpiguen on ho han de posar.



Foto extreta de hola.com