



EOEP de Cuéllar - Junio 2025



Guía por edades para la exigencia de hábitos de autonomía.

6 AÑOS

- COMIDA.

- Come de todo y sin ayuda, aunque se le sirve menos cantidad de aquello que no le gusta.
- Aprende a manejar el cuchillo para cortar la carne, aunque a veces necesita ayuda.
- No sabe cortar una raja de melón, ni pelar la fruta, pero parte con cuchillo y tenedor trozos de fruta grandes.
- Come con la boca cerrada, aunque se le olvida frecuentemente.
- Empuja con pan.
- Hay que recordarle que no debe hablar con la boca llena.
- No usa babero, pero sí la servilleta colgada del cuello de la camisa.
- Puede aguantar bien sentado en un restaurante, pero necesita conversación.

- VESTIDO.

- Se viste solo todos los días antes de ir al colegio. Si se retrasa un día, el adulto puede regañarle, aunque le eche una mano.
- Se desviste y se pone el pijama solo.
- Ya no tiene problemas con los botones de la camisa o del vaquero.
- Aprende a atarse los cordones de los zapatos y se siente orgulloso de hacerlo.
- Suele dejar la ropa tirada porque, mientras se viste o desviste, juega.
- Se le exige que deje la ropa en una silla, aunque no hace falta que esté especialmente ordenada.
- Lleva la ropa sucia al cesto todas las noches, aunque el adulto le tiene que felicitar por ello y recordárselo.

- BAÑO.

- El adulto le prepara el baño.
- Se mete solo en el baño después de desvestirse y avisa.
- Se echa jabón en la esponja y se frota todo el cuerpo con poca supervisión del adulto.
- El adulto le lava el pelo.
- Él se echa agua para aclararlo.
- Ya no necesita jugar mucho rato en la bañera, aunque disfruta haciéndolo los fines de semana.

- CONTROL DE ESFÍNTERES.

- Por lo general todos controlan día y noche.



EOEP de Cuéllar - Junio 2025



- Si por la noche no controla, se le despierta, se le pide que se cambie, que quite las sábanas ajustables -debe ser una experiencia incómoda-, las cambie por otras y las lleve a lavar. Se le felicita el día que no ha mojado la cama. No se le presta mayor atención por haberse hecho pis.

- DORMIR.

- Se queda a dormir en casa de unos amigos sin problemas.
- No tiene miedo a ir a la cama solo.
- Se va a la cama sin rechistar, aunque en ocasiones se levante y dice que no puede dormirse. Intenta abusar, pero no se le deja.
- Se le despierta con tiempo suficiente para que vestirse y desayunar no sea una carrera contra reloj (hay niños especialmente lentos que necesitan más tiempo).
- Se levanta sólo por la mañana cuando se le llama, aunque le encanta que le despierten con mimos.

- AUTONOMÍA EMOCIONAL.

- Baja a jugar al jardín de casa (recinto cerrado) y sube o llama a la hora que se le ha marcado, pero debe ser felicitado por ello.
- Se va a una granja escuela sin dramas, echa de menos a todos, pero lo pasa bomba.
- Juega solo, aunque le gusta esta en el "ajo" y enterarse de todo.
- Necesita la aprobación de los adultos, pero comienza a valorarse a sí mismo.
- Siente celos, pero empieza a ser consciente de ellos y lo verbaliza.
- Puede aguantar demorar un premio uno o dos días, aunque le fastidia, no se descontrola.
- No se deja manipular por los amigos, y ha descubierto cómo atraerlos.

- RESPONSABILIDADES.

- Ayuda a poner la mesa de vez en cuando. Ya no confunde el lado de los cubiertos.
- A veces puede recordar que debe comer con la boca cerrada y no hablar con la boca llena, aunque todavía está aprendiendo y necesita que se lo reconozcan con felicitaciones.
- Sólo en ocasiones se le olvida que debe ponerse el abrigo antes de salir al recreo, aunque muchas veces no le da importancia a abrochárselo.
- Se ata los zapatos con orgullo, aunque tarda un rato y prefiere llevar al colegio los de velero.
- Quiere ser él el que dé al botón del ascensor cuando sube con sus padres.
- Se lava los dientes solo si el adulto le pone una pegatina cada vez.



EOEP de Cuéllar - Junio 2025

- Sabe llamar por teléfono a los abuelos, tíos,.... No se le deja usarlo a él solo, pero sabe qué tiene que hacer si algún día pasa algo. Sabe mirar la lista de teléfonos y pedir ayuda.
- Tiene una obligación diaria para con la familia: poner algo de la mesa, dar de comer a las tortugas, regar una planta o sacar la basura.
- Para que recuerde que debe hacerlo, siempre se le exigirá que lo haga a la misma hora, con un punto de referencia claro, por ejemplo, "antes de merendar, debes dar de comer a las tortugas". De esta forma, cuando se siente a merendar, lo recordará.
- Puede calentar leche en el microondas, hacer una ensalada, preparar un sándwich, pero no abre la nevera y dispone de la comida sin control.