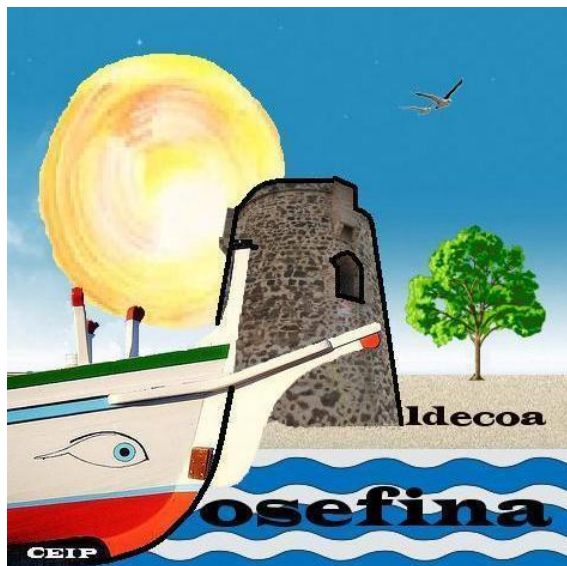


DE LA GUARDE AL COLE



CEIP JOSEFINA ALDECOA

Os damos la BIENVENIDA al que será vuestro cole, el

CEIP Josefina Aldecoa

Queremos compartir temas importantes para la incorporación de vuestras hijas e hijos al mismo.

TENER EN CUENTA:

El arbolito... ...desde chiquitito

UN NUEVO COLE

La entrada del alumnado en el colegio supone cambios y una "separación" que puede afectar tanto a niñas y niños como a las familias.

Es lógico que al principio utilice todos sus recursos para oponerse, pudiendo producirse reacciones (inapetencia, rabietas, lloros, fijación por juguetes...) y regresiones (se vuelve a hacer pipí, quiere dormir con mamá o papá...)

Como ayudar en la Adaptación

Introduciendo hábitos y rutinas

- ⇒ Es conveniente ir introduciendo en verano todos los cambios relacionados con las normas: patrones de sueño, horarios, hábitos de comida... para que no noten luego el cambio.
- ⇒ Es importante que les vayamos planificando rutinas: por ejemplo "ve acabando esto que hay que hacer esto otro". Anticipando lo que viene a continuación no tendrá cambios bruscos.
- ⇒ Es importante que antes de entrar a la escuela haya adquirido hábitos básicos de autonomía (control de esfínteres, uso autónomo del wc, quitarse la mochila, un abrigo...)
- ⇒ Es fundamental la comunicación y la socialización: se deben relacionar con otras niñas y niños, educar el respeto y la tolerancia...
- ⇒ También conviene eliminar hábitos inadecuados como el chupete, el biberón, los pañales... que les infantiliza más.

Con referencias positivas del centro

- ⇒ Hablar del centro en el que estará; los juegos, las amigas y amigos, lo cariñoso que será el profesorado...
- ⇒ Evitar comentarios como: "ya verás cuando llegues al colegio", "en el colegio te enterarás..."
- ⇒ Evitar mostrar miedos y desconfianzas, ya que se transmiten.

Manteniendo actitudes adecuadas

- ⇒ Evitando despedidas exageradas, ya que transmiten esa angustia. No mostrar sentimiento de culpabilidad que, finalmente, se suele transmitir a las niñas y niños.
- ⇒ Evitando una actitud de sobreprotección y de exceso de atención para compensar este miedo.
- ⇒ Tener pautas comunes entre las personas que tratan con sus hijas e hijos. Las mismas rutinas, normas y consecuencias.
- ⇒ El tiempo que le dediquemos tiene que ser de calidad. Potenciar la costumbre de manifestar afecto: besos, abrazos, caricias y palabras de cariño. Jugar, contar cuentos, hablar...con sus hijas e hijos.
- ⇒ Evitar el chantaje afectivo ("no llores, que mamá se pondrá tris-te"), el sentimiento de vergüenza ("si lloras, se reirán de ti"), o la utilización de juguetes o chucherías para ir al colegio.
- ⇒ No poner etiquetas "mi niño es torpe", "mi niña es mala", destacar las cosas que hacen bien, sus virtudes y cualidades.

Importante una coordinación adecuada con el centro

Canalizar la información a través del tutor o tutora.

Como dice un proverbio africano: "**para** educar a un niño **hace falta la tribu** entera". Y una sociedad educadora, es una sociedad inclusiva

IMPORTANTE

- ⇒ Hay que desarrollar hábitos de alimentación adecuados. Que coman de todo y autónomamente, no darles chucherías entre horas, respetar la hora de la comida, mantenerles sentados durante la comida, tienen que morder y masticar para fortalecer musculatura del lenguaje.
- ⇒ El sueño es reconstituyente. A esta edad deben dormir un mínimo de diez horas y en su propio cuarto.
- ⇒ Debemos limitar el uso de la televisión y de cualquier otro dispositivo móvil, vigilar la calidad de los programas que usa. Más horas de las adecuadas da lugar a problemas de vista, sueño, sobrepeso, vagancia e incluso agresividad.
- ⇒ El lenguaje se adquiere por imitación. Por ello, debemos hablarle con un tono adecuado y con riqueza de palabras. No hay que imitar su lenguaje infantil, sino repetir la frase correcta.
- ⇒ Estimular su lenguaje con movimientos de la boca, nombrar objetos, hacer frases, juegos del veo veo, barco cargado de... poesías, canciones, trabalenguas, refranes, chistes...
- ⇒ Es tiempo de rabietas, deberemos ignorarlas. Prestaremos atención solo a las conductas correctas.
- ⇒ Es importante venir al colegio con ropa cómoda, sin tirantes, cinturones, cordones...

FÓRMULA MÁGICA PARA EDUCAR

$$\text{Educar} = (R + P) \times C^2 / TO2$$

R: Ritual, repetición, rutina.

P: Paciencia, positividad.

C: Cariño

TO2: Todos y todas las personas que intervienen