

# PERÍODO DE ADAPTACIÓN CURSO 2024-2025

## CEIP EL PEÑASCAL



INFORMACIÓN A LAS FAMILIAS  
DE LOS ALUMNOS DE 3 AÑOS.



## ¿QUÉ ES PERÍODO DE ADAPTACIÓN?

Cuando los niños van al colegio por primera vez, es un momento crucial y significativo en sus vidas, pues su desarrollo futuro depende en gran parte de esta experiencia. La percepción que cada niño tenga del colegio afectará sus relaciones sociales futuras, por lo que familias y maestros tenemos una gran responsabilidad en los primeros días de clase. Sin duda, será la base de un buen desarrollo de todas las capacidades de vuestros hijos.

El período de adaptación es un proceso mediante el cual, el niño va elaborando el sentimiento de pérdida y ganancia que le supone la separación de la familia, hasta llegar a la aceptación de esta nueva situación. Durante este tiempo, el niño se adapta a un nuevo entorno, una nueva forma de comunicación y de relaciones sociales.

Durante los primeros días de clase, los niños descubrirán que son acogidos, aceptados y queridos, sintiéndose seguros y protegidos. Este paso favorece su autonomía personal, su socialización y el aprendizaje de que los cambios, también tienen sus ventajas.

## TU PAPEL COMO PADRE O MADRE

Cuando las familias dejáis por primera vez a sus hijos en la escuela, es normal experimentar sentimientos y sensaciones contradictorias. Sin embargo, es importante recordar que las emociones que mostréis pueden influir en cómo los niños afronten el momento de la separación. Si la familia muestra indecisión o tristeza en este momento, el niño puede sentir ansiedad y vivirlo como una experiencia traumática, dificultando su adaptación. Para evitar esto, los padres deben demostrar una actitud de confianza y seguridad hacia los niños, los maestros y la escuela.

## RECOMENDAMOS QUE LLEVÉIS A CABO UNA SERIE DE RUTINAS

- ✚ Pasead cerca del colegio y o haced la ruta de casa al colegio para que se vaya familiarizando.
- ✚ Contadle cosas buenas del cole: el patio, los amigos, los juegos, cuentos, pinturas...
- ✚ Los primeros días, si es posible, debe acompañarlo la misma persona, aquella con quién la niña o el niño tenga más apego.
- ✚ Dejadle claro que vas a ir a recogerlo cuando terminen las clases.
- ✚ Esperadle en la puerta a la hora de la salida. Sé puntual.

## HÁBITOS DE HIGIENE Y AUTONOMÍA:

- ✚ Acostumbrad a los niños a ir al baño solos y que puedan limpiarse de forma autónoma.
- ✚ Es conveniente que los niños traigan ropa que les permita subirse y bajarse la ropa de forma autónoma, así como calzado con velcro en lugar de cordones. Es importante que la ropa esté identificada con el nombre de los niños.
- ✚ Fomentad el hábito de masticar. Acostumbradles a comer fruta y bocadillos.
- ✚ El chupete, en caso de usarlo, debe dejarlo en casa. Lo niños deben abandonar los pañales y biberones.

## OTROS ASPECTOS IMPORTANTES

✚ La asistencia regular a la escuela durante estos días es fundamental para una buena adaptación.

✚ La puntualidad es un hábito que los niños/as deben adquirir desde bien pequeños, por ello, el horario de entrada y salida se debe seguir de forma rigurosa. Se ruega a las familias que tomen las medidas oportunas para cumplirlo correctamente.

✚ Las despedidas de los familiares que le acompañen al colegio (padre, madre, abuelo, hermanos...) serán efusivas pero cortas, aunque los niños/as lloren, estos familiares tendrán que marcharse.

✚ Levantadles con el tiempo suficiente para que desayunen bien y con tranquilidad. Acostadles temprano de forma que duerman las horas suficientes para estar descansados (mínimo 10 horas). Hacedles valorar una serie de hábitos y normas de higiene, salud y autonomía: iniciarlos en vestirse solos, ir al aseo, lavarse las manos, hacerles responsables de pequeñas tareas, etc.

✚ Utilizad un lenguaje correcto con los niños/as: no utilizar diminutivos, no decir tacs, no cortar las palabras... así como un lenguaje inclusivo, del femenino y masculino, evitando estereotipos y roles de género.

✚ Es necesario poner límites y normas en su comportamiento, para los cuales, ambos padres deben estar de acuerdo y no pasarlos por alto bajo ninguna excepción.

✚ Fomentad en casa los mismos hábitos que trabajamos en el colegio.

✚ Los niños necesitan que sus padres jueguen con ellos habitualmente. Debemos encontrar un tiempo diario de dedicación exclusiva para estar con ellos. Recordad que la televisión, tablets o móviles, no sustituyen a las personas.

✚ Hablad mucho con los niños/as y sobre todo escuchadlos.