



Colegio San Isaac Jogues  
R.B.D. 24769-3  
Lo Cruzat 164  
Fono: 983906987  
Quilicura

# PAUTAS **PARA ADAPTACIÓN AL CONTEXTO ESCOLAR**

Estamos de regreso a clase y para nuestros/as niños/as es su primer año, con lo que todo ello implica, expectativas, cambios y quizás muchas dudas.

El ingreso al colegio

Como padres y/o apoderados podemos contribuir de manera positiva con nuestra actitud y nuestras palabras, a que este periodo de adaptación se dé de la mejor manera posible. Esta etapa no debe ser captada por ellos/ellas con miedo o inseguridad, sino por el contrario, transmitirles confianza, pues es el inicio de una maravillosa etapa.

Lo primero a tener en cuenta es que cada niño/a es único/a y por lo tanto, tiene unas necesidades diferentes e individuales.

Todos los comienzos son difíciles, algunos/as niños/as tienen más facilidad para adaptarse a personas y ambientes distintos, y a otros les cuesta algo más. Este periodo de adaptación es la transición mediante la cual los/las niños/as abandonan su entorno familiar, que le proporcionaba seguridad y confianza, para ir descubriendo y adaptándose progresivamente a un nuevo medio desconocido: *el colegio*.

Este proceso educativo gradual, le permitirá ir desarrollando su autonomía y sociabilidad, sin embargo, en un primer momento representa un cambio significativo para el/la niño/a, que debe separarse (probablemente por primera vez), de sus padres o cuidadores principales, con los cuales estaba acostumbrado a convivir y a relacionarse, de los cuales solía recibir mucha atención y cuidados y la satisfacción de sus necesidades básicas, y con quienes compartía un vínculo afectivo esencial, y pasan a encontrarse en un contexto desconocido, donde tienen que compartir tiempo y espacio con personas hasta el momento desconocidas; aunque se trate de un contexto agradable, los niños tienen que compartir la atención con otros niños y acatar normas y límites hasta el momento desconocidas.

*La actitud de la familia es fundamental.*





- Para comenzar, la actitud lo es todo. La predisposición que tengamos ante la nueva situación es clave. Para los niños lo que les transmitimos y cómo se lo planteamos es muy importante. Somos el espejo donde se reflejan y si mostramos miedo, pena o incertidumbre, si verbalizamos que le vemos pequeño para este cambio o que no está preparado, esto influirá en él y el comienzo será más complicado.
- Es importante hacer una anticipación positiva pero real de lo que harán en el colegio, ya que muchos suelen pensar que solo tendrán periodos de juego. Anticipar al niño sobre cómo llegarán al colegio (en auto, bus, furgón, o si le llevará mamá, papá, otro familiar...), las actividades y normas que existen en la sala, quién lo va a retirar, etc.
- Es fundamental adaptar sus horarios, rutinas y actividades en casa con el fin de tener coherencia con las normas y rutinas trabajadas en la sala. Manejar rutinas y tiempos definidos para los deberes y la diversión, así entenderá que existe un momento y un lugar para cada actividad. De igual forma, es necesario contar con un lugar fijo, dedicado a las actividades escolares, libre de ruidos y distractores.
- Procuren tener manifestaciones optimistas acerca de esta nueva etapa escolar: "El nuevo colegio es un lugar maravilloso", que va a aprender muchas cosas que luego nos contará.
- Es necesario cuidar nuestro lenguaje. Evitar amenazas como, por ejemplo, "cuando te vea hacer esto tu profe te va a regañar". O evitar expectativas como, por ejemplo: "espero que no llores cuando llegues al colegio porque eso es de niños pequeños". Los mensajes sobre el colegio deben ser siempre positivos, y con un lenguaje claro que favorezca su comprensión y aprendizaje. Cuando los adultos hablamos como guagua solo los confundimos y no les ayudamos a aprender correctamente.





- A la hora de despedirse en la entrada del colegio, es bueno que los padres transmitan seguridad ante esa situación, naturalizándola y procurando que la entrada sea rápida, con una despedida cariñosas, pero firmes y sin alargarla demasiado. Si el/la niño/a llora, le despediremos con un beso y un abrazo tranquilo, y le diremos que cuando salga estaremos esperándole. Aunque los niños no tienen el concepto del tiempo que tenemos los adultos, es importante no mentirles. “Entra que en 5 minutos yo regreso”, esto solo generará mayor ansiedad, inseguridad y desconfianza.
- Creen momentos de calidad en casa para compartir las nuevas experiencias, saber cómo le fue y, cómo se sintió en el día.
- Es fundamental mantener una comunicación fluida con la profesora jefe, siempre aclarar dudas, miedos e inseguridades que puedan surgir durante el proceso.
- Es importante tener paciencia durante este periodo y tener en cuenta que la profesora no sólo tiene como alumno a nuestro/a hijo/a, sino a muchos más, por lo que tenemos que ser conscientes de que ella no podrá atender sus demandas o peticiones de forma inmediata, como hacemos nosotros en casa.
- A la hora de recogerles del colegio, no lo conviertan en un momento ‘salvavidas’. No van a salvarle de nada ni de nadie, simplemente acudan a recogerle de su tiempo en el colegio.
- Estudios han demostrado que el exceso de tiempo ante las pantallas y dispositivos, tiene un efecto negativo asociado a sentimientos de irritación, amargura y tristeza. Es por esto que para niños/as menores de 5 años el tiempo diario sugerido es de una (1) hora.





Colegio San Isaac Jogues  
R.B.D. 24769-3  
Lo Cruzat 164  
Fono: 983906987  
Quilicura

- Las colaciones en el colegio son muy importantes, ya que forman parte de la energía que deben consumir para aumentar su función cognitiva y concentración. Sin embargo, las colaciones chatarras – como galletas, dulces, papas fritas, bebidas azucaradas, ente otros - provocan un aumento excesivo en el nivel de azúcar en la sangre, impidiendo al niño concentrarse en clases e impactando notoriamente en su proceso de aprendizaje, aumentan la hiperactividad y generan un mal comportamiento, dificultando la correcta realización de las actividades escolares.
- Recuerden, adaptarse a nuevas rutinas toma tiempo, tanto para los niños, como para toda la familia. Sean pacientes, y motívelos de forma positiva a asumir los desafíos de esta nueva etapa.



*“La familia y el colegio son los dos contextos más importantes para el desarrollo humano. El potencial e influencia de ambos contextos aumentará si entre ambos sistemas se establecen relaciones fluidas, complementarias, cordiales y constructivas que tengan como objeto optimizar el desarrollo infantil”.*