

## TU HIJA o HIJO COMIENZA EL COLE

Es fundamental para el buen desarrollo cognitivo, emocional y social de las niñas y niños de 3 años que la adaptación escolar y adquisición de hábitos de autonomía y rutinas se realicen en el primer mes de clase, para ello necesitamos la colaboración de las familias.

### ¿CÓMO PREPARAR LA ENTRADA AL COLE?

Es aconsejable que las familias preparen con tiempo, dedicación y esmero este momento tan crucial en la vida de las personas. Para ello:

- 1º. Animen y motiven a su hija o hijo para ir al colegio
- 2º. Enséñenle el cole y faciliten información de las instalaciones....
- 3º. Hablen del centro como un lugar de convivencia donde se aprende, se juega con otras niñas y niños, se disfruta y se hacen amigas y amigos.
- 4º. Favorezcan que esta separación de la familia sea lo más normalizada posible. En vez de decir *“mamá se quedará solita y te echará mucho de menos”* mejor decir *“vas a ir por la mañana al cole y después iremos juntas al parque o jugaremos a ....”* *“ te dejo tres besitos en la mano para que cuando te acuerdes de mamá cojas uno y te lo des”* .
- 5º. Pongan modelos de personas que van al cole: hermanos, primas, vecinos,
- 6º. Procuren que se relacione con niñas y niños en parques, playas, o fiestas, también es aconsejable que se relacione con un número diverso de personas adultas (yayos, tías, vecinos, amigas de los papás,...)
- 7º. Háganle participar de los preparativos del cole como la compra de la mochila, de pinturas, plastilina, ropa,...

### ¿QUÉ COMPETENCIAS FAVORECEN LA ADAPTACIÓN ESCOLAR?

- 1ª. Lenguaje: Expresar de forma oral sus necesidades básicas: *“quiero hacer pipi”*, *“tengo caca”*. *“me duele la ....”* *me he caído...* *“quiero jugar a ...”*
- 2ª. Autonomía: Controlar esfínteres, retener el pipi por lo menos 1 h, subirse y bajarse la ropa cuando va al baño; comer de forma autónoma trozos de fruta, un pequeño bocadillo, etc; permanecer sentada por lo menos 15' realizando tareas como pintar, manipular plastilina, mirar un cuento, etc;

3ª Emocionales: saber esperar su turno, saber calmarse pronto cuando se frustra, compartir juguetes, relacionarse con normalidad con sus iguales.

EL ORIENTADOR