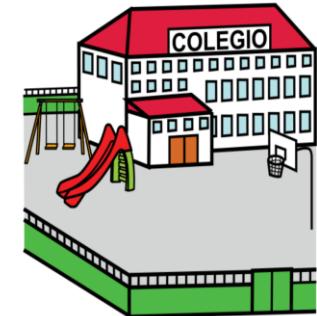
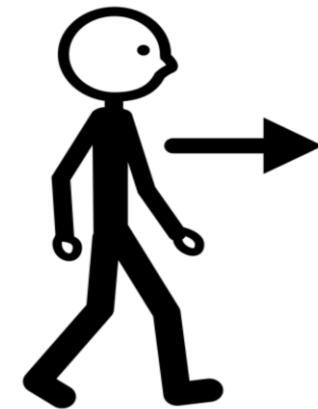
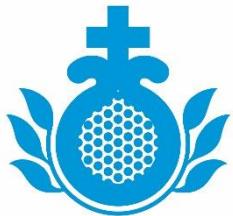




EL INICIO O VUELTA AL COLE

TIPS PRÁCTICOS



ALGUNAS ESTRATEGIAS ÚTILES

Ha pasado muuuucho tiempo para algunos y para otros es la primera vez, ¿cómo podemos ayudar a los peques en su adaptación al cole?

Os ofrecemos algunas estrategias que pueden ser útiles de cara a empezar con esta nueva rutina, que esperamos que dure toooooo el curso.

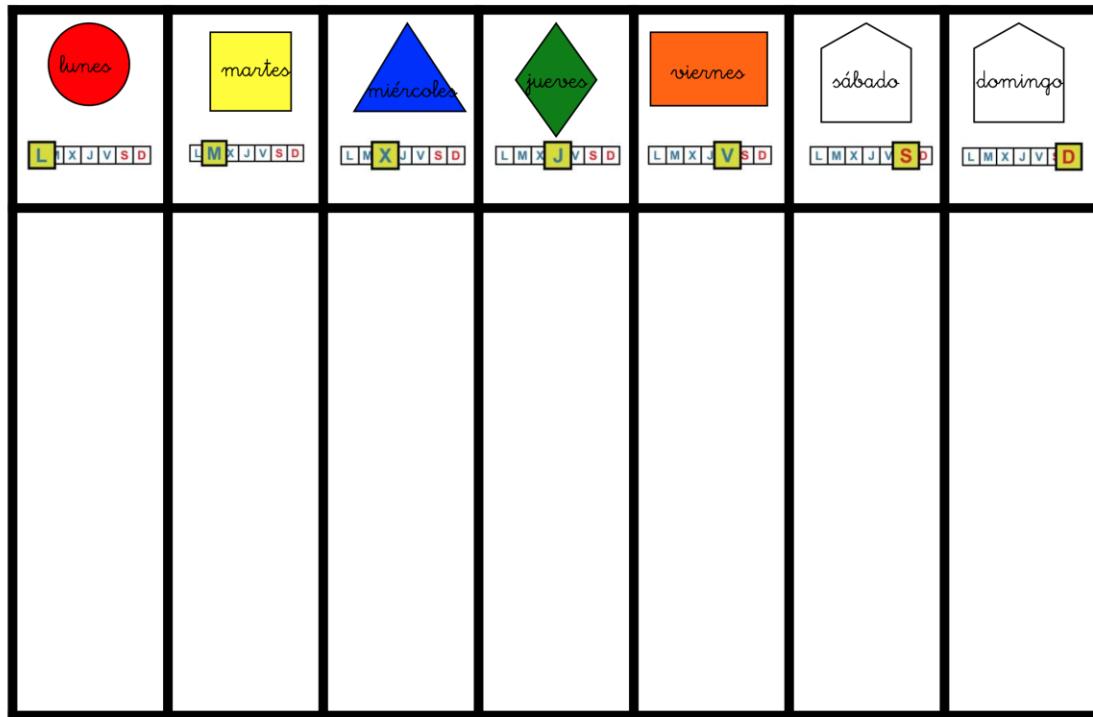


Como norma general:

- Empezar a organizar rutinas y horarios: comidas, ratos de juego-descanso
- Higiene de sueño: recortar siestas, acostarnos a la misma hora, un poco más temprano, reducir o eliminar pantallas un par de horas antes de dormir.

ANTICIPAR. AGENDA VISUAL SEMANAL

Podemos preparar una agenda semanal visual, pegada en la nevera o pared del salón, en la que reflejaremos de manera muy clara los hechos más relevantes de cada día (ir al cole, parque/piscina, casa de los abuelos, etc...), de manera que el niño sepa claramente qué días hay cole y cuales no. Iremos tachando cada día que pase. Si el viernes por la tarde o sábado preparamos alguna actividad especial, también podría ayudar a que el tiempo de semana “laboral” sea más llevadero.



Podemos utilizar pictogramas o simplemente dibujar sobre el propio papel de la agenda.

* Imagen del portal ARASAAC

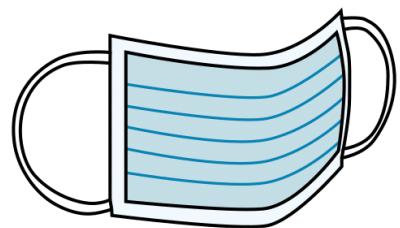
ANTICIPAR. PREPARAR LA MOCHILA

Juntos elegiremos una mochila y prepararemos la lista (dibujándola o con pictos) de las cosas que nos hacen falta para el cole:

- Babi
- Almuerzo
- Agua
- Colores
- Pañal
- Etc....



AHORA TAMBIÉN TENEMOS QUE LLEVAR:



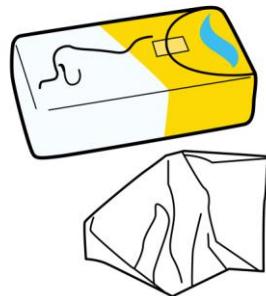
MASCARILLA



GEL HIDROALCOHOLICO



FUNDA PARA MASCARILLA



PAÑUELOS O TOALLITAS



BOLSA PARA GUARDARLO TODO

ANTICIPAR. LA SEPARACIÓN

Además de repetir que el tiempo de separación va a ser corto (podemos mostrárselo en la agenda visual que hemos preparado), a algunos niños les sirve que les demos algo para que les acompañe.

O bien alguna estrategia que puedan recordar: un besito en la mano y cada vez que me eches de menos puedes poner esa mano en tu carita y te acuerdas de mi.

O algún objeto: una pulserita de tela, por ejemplo.



ANTICIPAR. LA SEPARACIÓN.

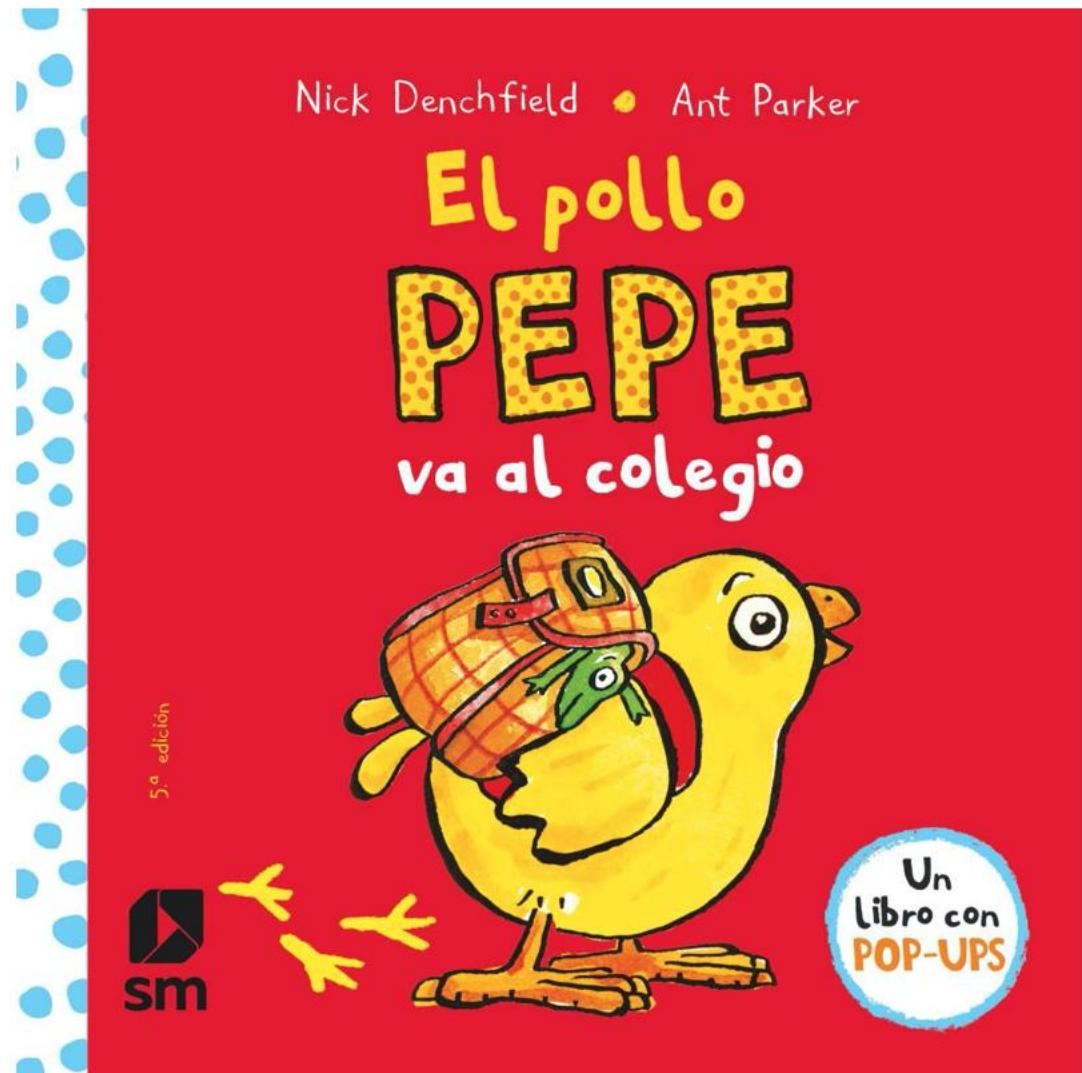
Como norma general suele ser mejor DESPEDIRSE y SALUDAR al pequeño cuando lo dejamos o lo recogemos, del cole y de cualquier otro sitio donde tengamos que dejarlo.



Salvo excepciones, si despistamos al niño y nos vamos sin que se de cuenta, no sabe si volveremos. Y puede ser que luego en casa y en otras situaciones no quiera separarse de nosotros por si volvemos a “abandonarlo”.

El pollo Pepe intenta no llegar tarde al colegio el primer día.

Muy sencillo y fácil de entender.





Lulú tiene miedo al primer día de cole porque no quiere separarse de sus papás.

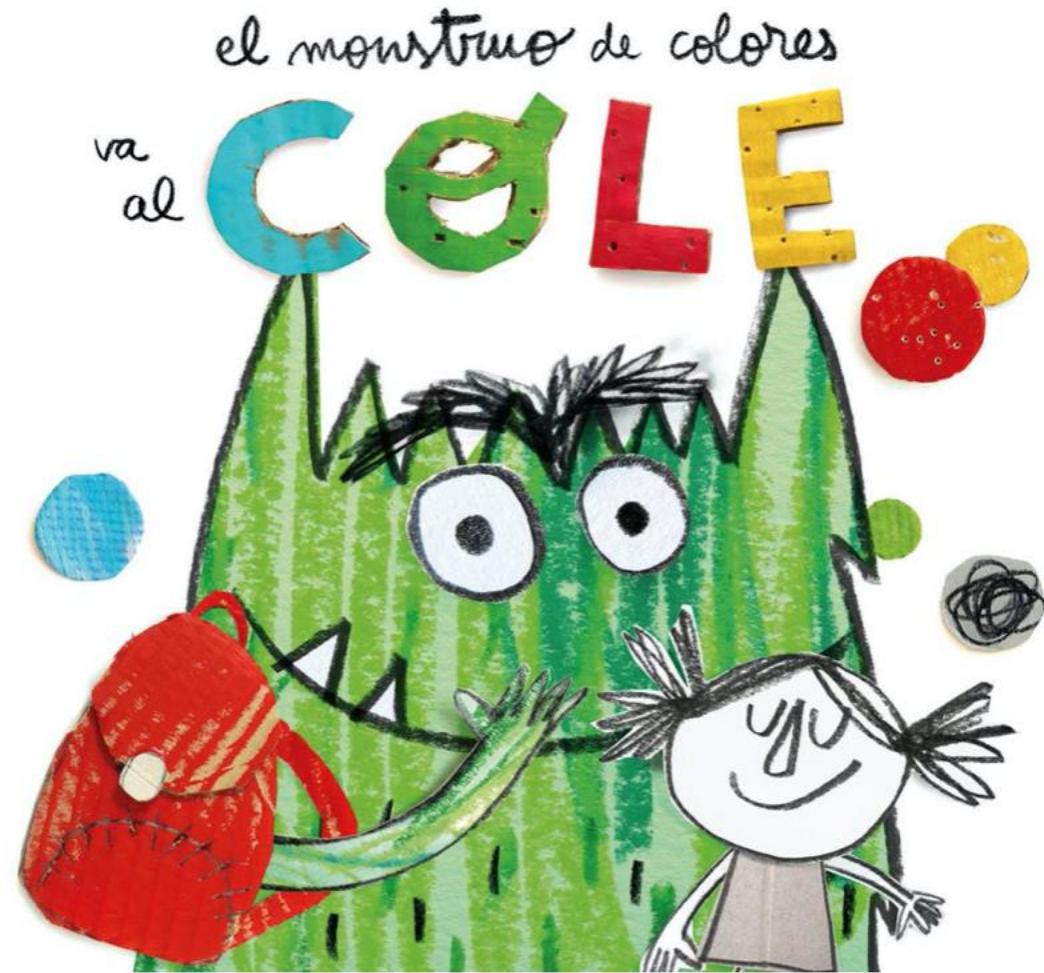
Poco a poco se va dando cuenta de que en el cole también puede pasárselo bien.

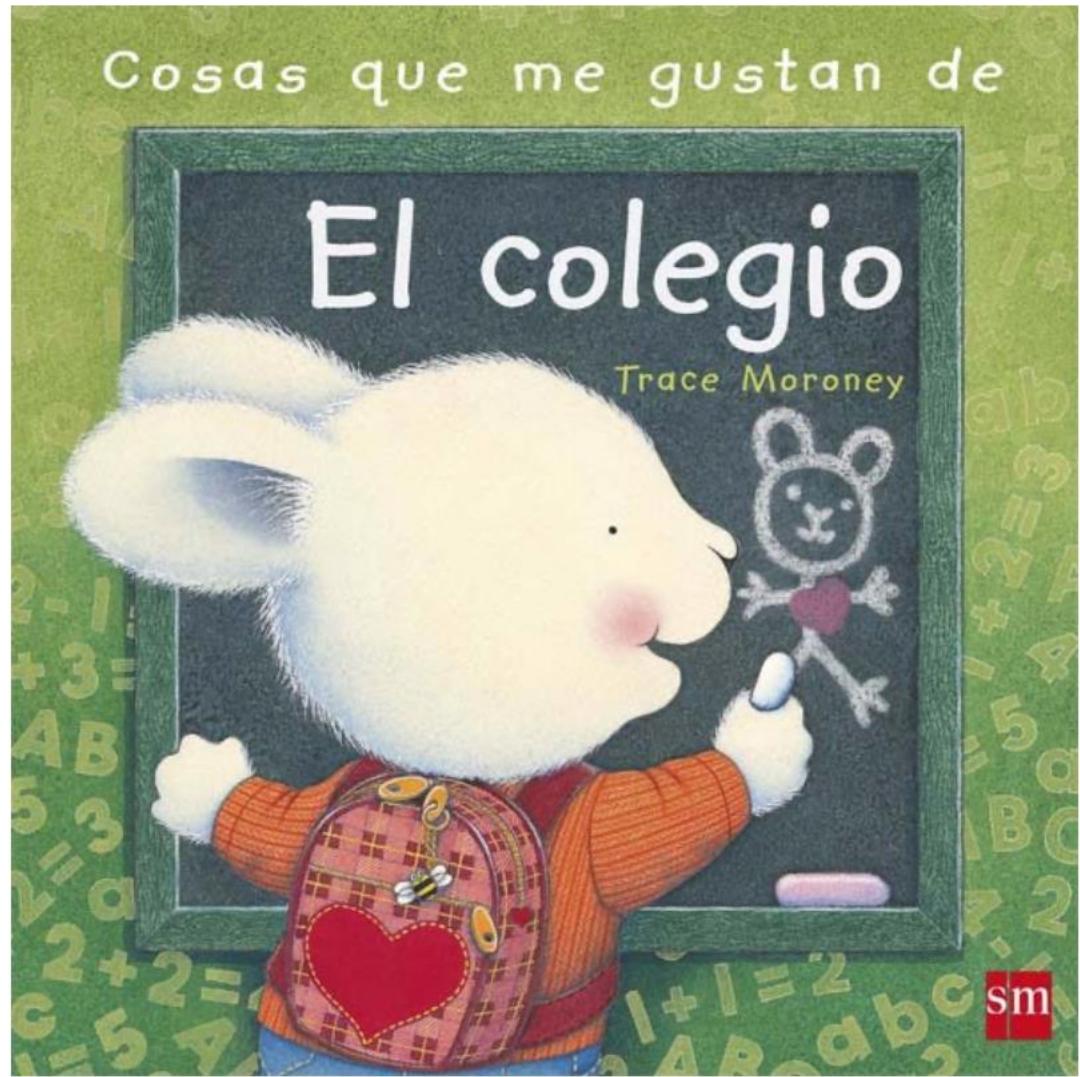
Al final del cuento hay un diploma que podemos llenar con los peques.

El monstruo de los colores está muy nervioso porque es su primer día de cole y no sabe qué va a pasar en ese lugar.

A lo largo del cuento el monstruo va pasando por todos los colores, pero al final termina disfrutando mucho del día.

ANNA LLENAS

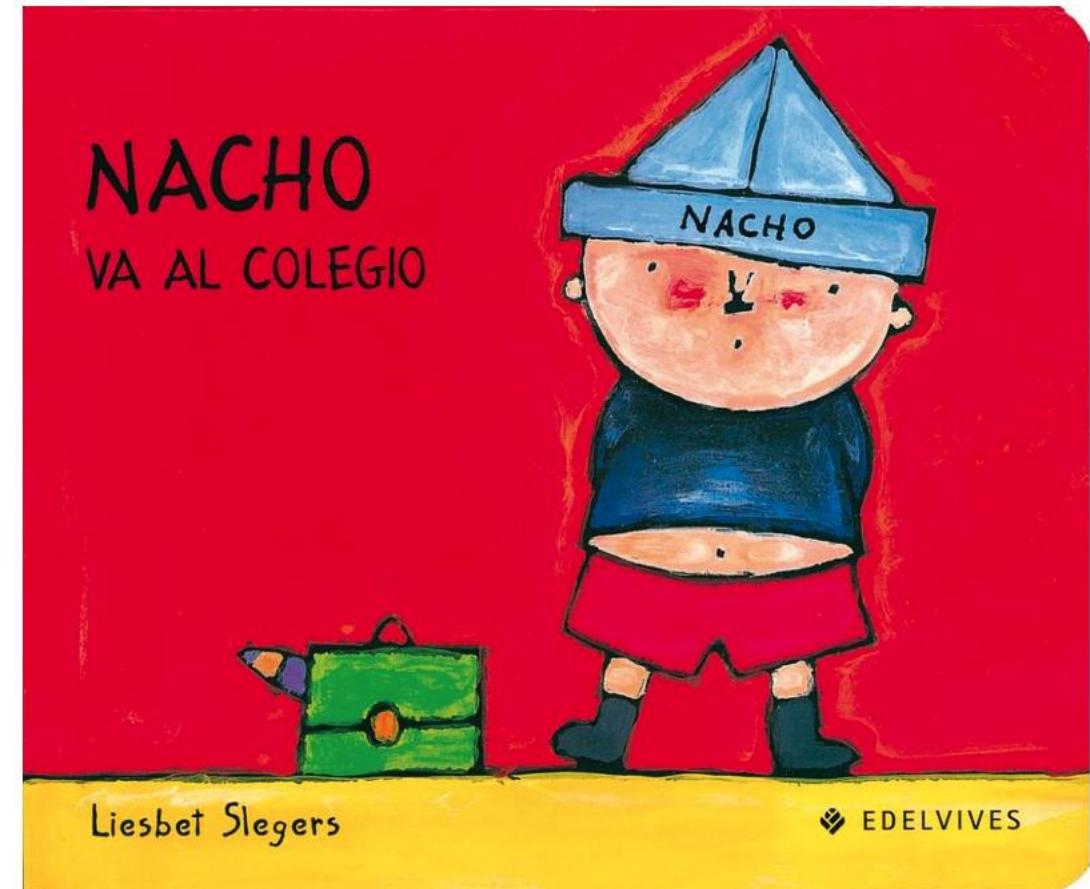




El protagonista de este cuento nos va enumerando todas las cosas que le gustan de ir al colegio: tener amigos, llevarse bien con su maestra o maestro, aprender cosas nuevas, etc...

Nacho nos va contando su primer día en el cole, desde que le lleva su mamá y le deja con su maestra, al amiguito que poco a poco va haciendo.

Muy recomendado para los más pequeños.



ANTICIPAR. ELEGIR SALUDO

ELIGE TU GESTO:



Ahora no vamos a poder abrazarnos como antes, pero podemos elegir otros saludos muy chulos para hacer con nuestros amigos y la maestra o maestro cuando volvamos a vernos.

ELIGE TU
SALUDO:

