



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° – MES DE 2008

## “LA IMPORTANCIA DEL PERÍODO DE ADAPTACIÓN EN EDUCACIÓN INFANTIL”

AUTORÍA <b>ANA BELÉN CRIADO CASTRO</b>
TEMÁTICA <b>EDUCACIÓN</b>
ETAPA <b>EI</b>

### Resumen

El período de adaptación es uno de los momentos clave en la vida del niño/ a. De ahí la importancia de una buena planificación de dicho período desde la escuela, donde se deberá tener en cuenta el proceso educativo, a los propios alumnos/ as y a las familias.

### Palabras clave

Período de adaptación, niño/ a, familia, maestro/ a, socialización, separación, angustia, autonomía, hábitos, rutinas, colaboración, planificación, conducta.

### 1. ¿QUÉ ES EL PERÍODO DE ADAPTACIÓN?

-El período de adaptación es el proceso por el cual el niño/ a va formando y preparando, desde el punto de vista de los sentimientos, la aceptación de un medio nuevo como es la escuela. Este período y la forma de resolverlo será muy importante en proceso de socialización del niño/ a y su actitud hacia la escolaridad y el aprendizaje.

-Este período está considerado uno de los momentos más difíciles en la vida del niño/ a ya que la entrada al colegio le supone romper con la seguridad y la protección que le ofrece su entorno familiar para incorporarse a otro mundo totalmente desconocido donde debe superar una dificultad, que constituye el conflicto básico: la separación mutua niño/ a – familia. Por tanto, durante los primeros días



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° – MES DE 2008

de clase cada uno/ a debe vivir su particular proceso de adaptación para poder afrontar la separación de sus familias y adaptarse a su nuevo entorno.

-El proceso de adaptación es individual en cada niño/ a. Hay que respetar los ritmos de adaptación de cada uno pues no todos los niños/ as llegan a la escuela con el mismo grado de madurez social y emocional. Se trata de una situación que afecta a todos los niños/ as, aunque no siempre se presenta con la misma intensidad. Hay niños/ as que no presentan síntomas visibles, en cambio, lo normal es que en la mayoría aparezcan diversos síntomas:

- Desde el plano somático: alteraciones del sueño, de la alimentación, fiebre.
- Llantos, angustias, sudoración.
- Reacciones regresivas: volver a pedir el chupete, volver a hacerse pipí.
- Sentimiento de abandono, celos de los hermanos/ as, desmotivación, inactividad.

-Todas estas respuestas son lógicas; todo ello se debe, en buena parte, a que a esta edad la orientación espacial y temporal de los niños/ as están muy poco desarrolladas y no comprenden el esquema separación – ausencia – reencuentro y viven la separación como indefinida. Se siente menos protegido y seguro, se siente solo/ a y con miedo.

-Esta angustia la viven igualmente algunos padres/ madres. No sólo se adapta el niño/ a , los padres/ madres también. La influencia de la familia es muy grande en este momento, y viene determinada por el modo en que vivan esta separación: sus temores, expectativas, seguridad o inseguridad en el paso que dan, grado de confianza en el niño/ a y en la escuela, etc. Todo ello es captado por el niño/ a y si los padres viven este momento con dificultad, el niño puede vivir este cambio como algo inseguro, lo que hará que peligre su adaptación.

-Por tanto, es de gran importancia la buena planificación de este período para los niños y niñas que acuden al colegio por primera vez. La labor de los docentes será, pues, la de guiar a las familias y dirigir este proceso para que el niño/ a lo supere sin traumas.

## 2. OBJETIVOS DEL PERÍODO DE ADAPTACIÓN.

- El objetivo principal de este período es que el niño/ a se adapte fundamentalmente a:
  - El espacio:** conocer el centro y sus dependencias, el aula y sus materiales.
  - Los adultos:** fundamentalmente su maestro, un adulto distinto de sus padres, abuelos...



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° – MES DE 2008

-La **separación** de la familia y su aceptación.

-Pero como ya se comentó anteriormente, no sólo se tienen que adaptar los alumnos/ as, también los padres/ madres y el tutor. Así pues, todas las partes implicadas deben proponerse una serie de objetivos para este período.

### **2.1.: Objetivos para el alumnado.**

- Conocer el entorno escolar.
- Conocer el aula y las distintas dependencias del centro.
- Conocer al maestro/ a y a sus compañeros/ as.
- Identificar su clase y rincones.
- Conocer a su mascota.
- Iniciarse en la práctica de algunos hábitos.
- Adaptarse a los ritmos y rutinas del aula.

### **2.2.: Objetivos para los maestros/ as.**

- Mostrar una actitud receptiva a cada niño/ a posibilitando el contacto.
- Adaptarse a los ritmos de cada uno.
- Crear un ambiente acogedor y atractivo que invite a los alumnos/ as sentirse cómodos en el aula.
- Ofrecer al niño/ a un clima de afectividad y seguridad.
- Diseñar actividades que motiven a los alumnos/ as a participar.
- Fijar de forma clara los límites, tiempos, hábitos, etc. que se llevarán a cabo durante el curso.
- Fomentar la relación familia – escuela.
- Proporcionar a las familias la información necesaria.

### **2.3.: Objetivos para las familias.**



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° – MES DE 2008

- Colaborar en el período de adaptación.
- Conocer al maestro/ a de su hijo/ a.
- Conocer el centro y el aula.
- Conocer los objetivos de la etapa.
- Desdramatizar la incorporación del niño/ a al colegio.
- Fomentar en su hijo/ a actitudes positivas frente al momento que va a vivir.

-Una vez establecidos los objetivos, queda por desarrollar la planificación que se debe realizar en los tres niveles: alumnado, profesorado, familia.

### 3. LA PLANIFICACIÓN DEL PERÍODO DE ADAPTACIÓN.

#### 3.1.: La planificación para el alumnado.

-El principal punto de partida para que la planificación que se realice del período de adaptación en un centro consiste en tener información de cada alumno/ a, para lo cual se realizarán una serie de estrategias que se detallarán posteriormente. A partir de este punto, se organizarán una serie de estrategias en el aula a seguir durante estos primeros días de clase. Dichas estrategias se centran principalmente en:

• **Los tiempos:** es fundamental que , al menos durante los primeros quince días del curso, el horario de entrada y salida del centro sea flexible, con un horario progresivo. Igualmente es conveniente que no entren todos los niños/ as juntos, sino en grupos.

**Ejemplo:** para una clase de 21 alumnos/ as, se establecerán 3 grupos (normalmente agrupados por orden alfabético). Durante la primera semana tendrán el siguiente horario:

GRUPO A: de 9:30 h a 10:30 h

GRUPO B: de 10:30 h a 11: 30 h

GRUPO C: de 11: 30 h a 12: 30 h.

-En la segunda semana, los 3 grupos se refunden en dos, siendo el horario el siguiente:

GRUPO A: de 9:30 h a 11:30 h

GRUPO B: de 11:30 a 13:30 h.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° – MES DE 2008

•**Los espacios:** el tutor/ a programará para estos días actividades que permitan a los niños ir familiarizándose con los espacios, organizando y decorando las aulas con ellos/ as, e introduciendo los materiales paulatinamente. Un espacio no menos importante es el patio del colegio, donde muchas veces los niños/ as se sienten inseguros y muestran miedo. A la hora del recreo, su tutor/ a estará siempre presente, facilitando la relación con los demás niños / as y respetando los casos en que el niño/ a necesite permanecer junto a su adulto de referencia.

•**Los materiales:** en estas edades es normal que los niños/ as tengan un “objeto de apego” con el que se sienten más seguros/ as. Es aconsejable que lo lleven al colegio durante los primeros días. Dicho objeto de apego se retirará en el momento en que el niño/ a se encuentre cómodo en la escuela.

-Igualmente el tutor/ a deberá incluir en su programación una serie de actividades que ayude a los nuevos miembros a conocerse entre sí y relacionarse. Dichas actividades deben ser motivadoras, socializadoras, significativas, lúdicas y globales. Como ejemplo se proponen las siguientes:

• Establecimiento de rutinas: en estas edades las rutinas les proporcionan seguridad. Así pues, todos los días realizaremos las rutinas en el mismo orden:

- Colgar los abrigos y las mochilas en las perchas.
- Sentarse en asamblea, donde se pasará lista, se hablará del tiempo, etc.
- Realización de actividades en grupo .

• Actividades para conocer el espacio y conocerse mutuamente:

- Decir cada uno su nombre y pasar una pelota a otro.
- Dar a los niños regalos de bienvenida.
- Presentación de la mascota de la clase.
- Preparar entre todos un mural con las fotos y nombres de todos.
- Juegos de encontrar su sitio y los rincones de la clase.
- Presentación de las normas de la clase.
- Canciones y retahílas .

### 3.2.: La planificación para la familia.

-Antes de iniciar el curso escolar, los padres/ madres mantendrán una reunión con el maestro/ a de su hijo/ a. En dicha reunión se les entregará un cuestionario donde deberán aportar datos relativos a:



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº – MES DE 2008

- El medio en el que se desarrolla la vida del alumno/a.
- Si anteriormente ha estado escolarizado en una Escuela Infantil.
- Sus hábitos.
- Nivel de autonomía.
- Su estilo y preferencias de juego.
- Su estilo de relación.

-A continuación serán informados sobre la importancia del período de adaptación y de la necesidad de su participación en él. Se les proporcionarán una serie de sugerencias y actividades para realizar con su hijo/ a, que le ayuden a superar este período. Y es aquí donde comienza el verdadero trabajo de las familias, pues como ya se reflejó anteriormente, la familia juega un papel fundamental en la superación del proceso de separación que sufrirá el niño/ a.

## SUGERENCIAS A LA FAMILIA

- Es conveniente que lleven a su hijo a visitar el colegio. Después intentarán contar al resto de la familia los patios tan grandes, los amigos/ as tan simpáticos/ as, los maestros y maestras tan buenas y cariñosas...que hay en su colegio.
- Intentar contactar con algunos amigos/ as que vayan a ser compañeros el próximo curso para que comenten y creen expectativas juntos, así no se sentirán solos.
- No mentirles sobre la escuela, ni idealizarla, diciéndole que todo será maravilloso, ni amenazarle con ella. No engañar al niño al dejarle en la escuela. Debe asumir que su madre se va, pero vuelve.
- No prometerle regalos a cambio de ir al cole, este es un lugar suficientemente dulce como para no tener que endulzárselo con premios.
- No exigirles excesiva responsabilidad, culpando al colegio.
- No inducirles a que estén a la defensiva : “si te pegan te defiendes”. Son mejores frases como: “ verás que buenos son todos los niños y niñas, quiérelos mucho, serán tus amiguitos”.
- No olvidéis que vuestros temores y angustias los transmitís a vuestros hijos/ as.
- Tratar de no inducir cambios bruscos respecto a comidas, normas, ropa...
- Favorecer su autoestima.
- Con vuestro hijo/ a, preparar con cariño los materiales del cole.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° – MES DE 2008

- No menospreciarle con frases despectivas: “otra vez se ha hecho pipí el tonto...”.
- No sobreprotegerle.
- Comprensión, por parte de los padres, de la importancia del proceso y de la necesidad de su colaboración.
- No usar frases que puedan inducirle al miedo o la desconfianza: “con lo chiquito que es...”.
- Jugar con el/ ella, contarle cuentos, escúchale, acarícielo y haga cosas con él / ella. Así le demostrarán cada día que le quieren y el / ella crecerá feliz.
- Habituar al niño/ a al nuevo horario escolar en lo que a la hora de dormir se refiere. Los niños/ as deben venir al colegio descansados.
- Una vez comenzado el período de adaptación, no prolongarse en las despedidas de los niños/ as.
- Facilitarles la autonomía personal en el colegio: pantalones sin tirantes, zapatos con velcro, ropa cómoda, etc.
- Fomentar un buen desayuno en casa antes de ir al colegio.

## ACTIVIDADES PARA REALIZAR EN CASA CON SU HIJO/ A

- Actividades que impliquen realizar “la pinza” con los dedos (colorear, jugar con los pinchitos...)
- Aprender a abrocharse y desabrocharse los botones.
- Aprender a subirse y bajarse el pantalón.
- Fomentar la autonomía en los desplazamientos.
- Fomentar la adquisición de vocabulario, verbalizando con él/ ella las acciones cotidianas (prendas de ropa cuando se viste, partes del cuerpo cuando se baña, etc.)



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° – MES DE 2008

-Independientemente de las actividades que se pueden realizar en casa con los niños/ as, los padres/ madres deben tener claro las destrezas que su hijo/ a debe poseer a la edad de 3 años y que también hay que trabajar, como son:

- Si aún no se ha producido, retirar durante el verano el chupete y el biberón.
- Debe tomar la comida sin pasar ni machacar.
- Es bueno que tenga un horario fijo para comer, jugar, bañarse y dormir.
- Aunque se le preste ayuda, debe ir desnudándose , vistiéndose y durmiendo solo.
- Debe jugar y tener amigos de su misma edad.
- Debe controlar los esfínteres.
- En cualquier actividad cotidiana: comer, pintar, ver la tele, el niño/ a debe permanecer sentado.
- La higiene personal de manos, cara y dientes debe realizarla diariamente, y a ser posible solo .

-Si la familia colabora con la escuela, mantiene unas expectativas positivas ante la entrada al colegio , no muestra nerviosismo y proporciona a su hijo/ a un clima de confianza y seguridad, facilitará a su hijo / a el éxito durante su período de adaptación.

### **3.3.: La planificación para el maestro.**

-El maestro/ a debe planificar su actuación en el aula y con las familias en torno a varios ejes:

#### **a)En el aula:**

-El tutor debe tener información sobre los alumnos/ as que le ayuden a conocerlos y a tratarlos con cercanía y afecto.

-La planificación de las actividades debe ser, más que nunca, flexible y adaptarse al ritmo de los alumnos/ as.

-Durante este período debe realizar una evaluación inicial mediante la observación de las conductas de los niños/ as.

-Utilización, durante el desarrollo de las actividades, de la expresión corporal como un elemento fundamental de apoyo en sus explicaciones.

-El maestro/ a debe realizar una evaluación del proceso de adaptación de los niños/ as mediante la observación directa y la elaboración de un diario de clase.





ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° – MES DE 2008

#### **b) Con las familias:**

-El tutor/ a debe tener claro que es primordial la comunicación con la familia. A través de ella podremos conocer al alumno/ a y sus características, su grado de desarrollo y madurez, sus conductas, sus expectativas, etc .Y la base de una buena comunicación comienza con una colaboración informativa. Transmisión mutua de datos acerca del comportamiento del niño/ a, orientaciones recíprocas sobre pautas educativas...por tanto acciones como las entrevistas, mantenidas tanto de forma individual con cada familia, como colectivamente con el grupo de padres/ madres de la clase, son de gran valor. Igualmente, los cuestionarios sirven para intercambiar puntos de vista y son muy válidos para enriquecer el conocimiento del niño.

-Por tanto es aconsejable que el maestro/ a planifique ,antes de comenzar el curso, una ronda de reuniones, tanto individuales como colectivas, donde además de la información obtenida a través de ella, proporcionará un cuestionario que previamente habrá preparado, a fin de obtener toda la información necesaria que anteriormente se ha citado.

#### **4. ¿CUÁNDO TERMINA EL PERÍODO DE ADAPTACIÓN?**

-Se considera que un niño/ a está adaptado a la escuela, cuando es capaz de intercambiar experiencias, cuando ofrece y acepta una comunicación afectiva con su tutora y sus iguales. Cuando esto ocurre se hace también evidente una mayor independencia de su educadora, utiliza con más facilidad los espacios y se integra con el grupo de niños/ as.

-Igualmente, podemos considerar que el niño/ a está adaptado cuando presenta, entre otras, la siguientes conductas:

##### **•Somáticas:**

- El niño/ a descansa bien.
- No tiene problemas a la hora de comer.
- Tiene buena autonomía motriz
- Controla esfínteres.

##### **•Psíquicas:**

- Se encuentra relajado/ a , contento/ a.
- Comunicador
- Extrovertido



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° – MES DE 2008

-Alegre

-Se relaciona con los demás

•**Afectivo-sociales:**

-Actitud cariñosa con el maestro/ a y con los demás niños/ as.

-Actitudes cooperativas.

-Buena autoestima.

## 5. BIBLIOGRAFÍA.

-García Rodríguez, M.L. (1996). *Organización de la Escuela Infantil*. Madrid: Escuela Española.

-Mustin, G. y otros (1988). *Familia y Educación*. Barcelona: Labor.

-Palacios, J. Y Lamiagna, G (1992). *Colaboración de los Padres*. Madrid: MEC.

### Autoría

---

- Nombre y apellidos: Ana Belén Criado Castro.
- Centro, localidad, provincia: CEIP Las Lomas , Roquetas de Mar, Almería.
- E-mail: alion2@hotmail.com.