



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 14 – ENERO DE 2009

“EN UN MAR DE AVENTURAS”

AUTORÍA MARÍA ISABEL BENÍTEZ MURILLO
TEMÁTICA PERÍODO DE ADAPTACIÓN
ETAPA EDUCACIÓN INFANTIL

Resumen

A través de este artículo queremos hacer llegar al resto de docentes de otras especialidades, a las familias, y a la sociedad en general, la gran importancia que tiene el período de adaptación para el niño y niña en lo que compete a su desarrollo integral; la manera de cómo llevarlo a cabo y el papel que tanto alumnos, maestros como padres y madres desempeñan y el valor que ello tiene. Desde estas líneas espero transmitir el valor que tiene y ofrecer algunas ideas para aquellos que lo necesiten.

Palabras clave

- Período de adaptación
- Escuela de educación infantil
- Familia
- Educadores
- Autonomía

1. ¿QUÉ ES EL PERÍODO DE ADAPTACIÓN?

1.1. Definición

Entendemos por período de adaptación el tránsito que el niño y niña inicia desde la separación del núcleo familiar hasta la incorporación a la escuela. La asistencia a la Escuela de Educación Infantil supone para el niño y la niña comenzar a familiarizarse con personas, espacios y materiales diferentes a los conocidos en su ámbito doméstico. Este cambio hará que vaya ampliando su mundo y descubra las pautas de comportamiento de los grupos sociales en los que se desenvuelve.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 14 – ENERO DE 2009

Para muchos de los niños y niñas de tres años, la asistencia al colegio supone la primera salida del ámbito familiar y por tanto, un alejamiento de los modelos de referencia. Incluso para los que ya han asistido con anterioridad a la guardería, les exige un esfuerzo de adaptación a unos espacios, ritmos, rutinas, compañeros y adultos con los que tendrá que establecer relaciones.

Pero al mismo tiempo, el Colegio supone una oportunidad para crecer y madurar, para afirmarse en su propia identidad e iniciar de este modo, el conocimiento y la adaptación al mundo exterior. El niño y la niña tienen que ser capaces de asimilar los cambios que supone esta nueva etapa en su vida cotidiana y para ello es de gran relevancia considerar el primer curso de educación infantil con un período de adaptación, en el cual se van a suceder una serie de actitudes en los niños y niñas que veremos a continuación.

1.2. Reacciones más importantes de los niños y niñas.

Se dan dos tipos de conductas según las actitudes de los niños durante este período:

- Conductas externas: se producen cuando se dan los siguientes indicios:
 - Niños que lloran
 - Niños que patalean
 - Niños que pegan
 - Niños que no quieren comer
 - Niños que se niegan a dormir
 - Aparición de la eneuresis
- Conductas internas: Se producen cuando se dan los siguientes indicios:
 - Niños que se muestran retraídos
 - Niños que se muestran callados
 - Niños que experimentan una reacción depresiva
 - Niños que evitarán la relación con los otros niños y con la maestra, se refugiará en su soledad o en el objeto que haya traído de su casa, preferirán estar solos.

2. EL PERÍODO DE ADAPTACIÓN VISTO DESDE DIFERENTES PERSPECTIVAS.

C/ Recogidas Nº 45 - 6ºA 18005 Granada csifrevistad@gmail.com



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 14 – ENERO DE 2009

2.1. Desde el punto de vista de los docentes

El período de adaptación desde el punto de vista del docente es muy enriquecedor pero a la vez muy característico, cada grupo con el que se vive el periodo de adaptación es diferente y para ello previamente necesitamos una preparación muy especialmente mental y psíquica. Al igual que los alumnos pasan momentos difíciles durante estos días, el docente no es para menos, la tensión, el qué pasará, cómo se dará el día hoy, que grupo llorará cuál no llorará..... y un sin fin de dudas que invaden nuestro pensamiento y nuestro estado.

No todos los períodos de adaptación son iguales y la primera vez que tenemos un grupo de tres años y pasamos el período pensamos, que si éste ya ha pasado y lo he llevado estupendamente, los demás irán mucho mejor, pero no es así, los demás nunca sabemos como irán hasta que no se terminan, hayamos vivido previamente uno o más periodos de adaptación, las características y los momentos que se vivan serán diferentes, porque los alumnos son diferentes.

De cualquier modo, nuestra actitud en estos momentos, más que nunca deberá ser muy importante; para ello hemos de demostrar habilidad, empatía y un gran equilibrio emocional, posibilitando así el manejo conductual en el aula. Las maestras y maestros también debemos adaptarnos, observando a cada niño y niña, conociendo las particularidades de cada uno, lo que le gusta o le molesta; todo ello creando estrategias que faciliten un clima afectivo y adecuado para el aprendizaje, ya que cuando iniciamos un nuevo curso escolar, lo hacemos con grandes dosis de ilusión por parte de todos: niños, profesores y padres. Queremos que todos juntos hagamos posible nuestro principal objetivo: **QUE EL NIÑO SEA FELIZ.**

2.2 Desde el punto de vista de las familias

Como ya hemos visto anteriormente, el período de adaptación es un proceso muy importante, ya que en algunas ocasiones se pueden dar sentimientos contradictorios: las familias tienen miedo de dejar en otras manos a un ser que hasta ese momento ha dependido totalmente de ellas. Pueden aparecer inseguridades: se pueden sentir juzgadas por las otras familias y por las educadoras, o bien pueden sentir la presión del entorno porque les cuesta separarse o porque deciden escolarizar a su hijo o hija a lo largo de todo el curso, en lugar de al principio.

Las familias que inscriben a sus hijos para escolarizarlos en educación infantil pueden pensar que su hijo o hija no necesita período de adaptación, pero no es así, todo lo contrario: todos necesitamos un período de adaptación, incluso ellas.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 14 – ENERO DE 2009

Durante los primeros días estarán acompañados en el aula por una figura de apego, mientras que se van construyendo los lazos con la escuela, el nuevo entorno, los compañeros y la maestra o maestro. Mientras la familia se queda con esa incertidumbre de “como estará mi niño/a”, ya que hay gente que vive bien la separación y se va con tranquilidad y otras personas que les cuesta más dejar a su hijo o hija, y sin darse cuenta alargan la despedida. Otras, quisieran desaparecer sin que el niño se de cuenta, lo que hace crear en el niño la sensación de abandono por parte de la madre.

En cualquier modo, es recomendable que la despedida sea alegre, transmitiéndole al niño/a seguridad y afecto, y haciéndolo sentir seguro siguiendo las siguientes indicaciones:

ACTITUDES POSITIVAS DE LOS PADRES

- Cuando pasen cerca del colegio con su hijo/a señalarlo, decirle cómo se llama... y que van a asistir a él.
- Contarle cosas buenas del mismo: que tiene un patio grande para jugar, una clase bonita con juegos, cuentos, pinturas, plastilina...
- Que van a tener amiguitos/as y un/a maestro/a que se llama...
- Darle seguridad y confianza sobre todo en los primeros días.
- Acompañarlo los primeros días, preguntarle qué ha hecho.
- Estar en la puerta del colegio a la hora de salida, dejarle claro que vamos a ir a recogerlo.

ACTITUDES NEGATIVAS DE LOS PADRES

- Hablarle mal del colegio.
- Poner a el/la maestro/a como un ogro.
- No dar importancia al período de adaptación.
- Sobreprotegerlo en exceso.
- Recompensarle a la salida del colegio con regalos y golosinas.
- Transmitirle ansiedad, temor, angustia...

C/ Recogidas Nº 45 - 6ºA 18005 Granada csifrevistad@gmail.com



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 14 – ENERO DE 2009

3. ALGUNOS CONSEJOS PARA LAS FAMILIAS

Todo lo nuevo, lo desconocido, ocasiona una especie de inquietud, moviliza sentimientos de nostalgia por lo vivido y ansiedad por aquello que vendrá.

En los niños y niñas, los cambios, los tránsitos de una etapa a otra, son condición fundamental para su crecimiento; por tanto es muy importante que los padres puedan acompañarlos y propiciar esos momentos en los que deben dejar en lugar para ocupar otro: dejar de “ser bebés” para entrar en el centro de Educación Infantil.

Esto supone un duelo por lo que se pierde, y un éxito, de mayor o menor importancia, por lo que se adquiere, y así, con pequeños duelos, se va creciendo.

Por ello, para contribuir diariamente al desarrollo de un hijo/a, es conveniente que sepamos algunos hábitos o costumbres que sería deseable que el niño o niña hubiera adquirido en el momento de comenzar la educación infantil:

Usar vaso para tomar leche: como sabemos, en el centro, solo se utilizan vasos para ingerir líquidos a esta edad. Haber adquirido este hábito facilitará su integración en el nuevo ambiente y reducirá la posibilidad de que dicho ambiente genere rechazos.

No utilizar el chupete: puede que el chupete logre descargar angustias y tensiones del bebé, pero, a medida que los pequeños van creciendo, se transforma en un mal hábito que incluso llega a deformar la dentadura y el paladar.

Dormir en su cama: al comenzar la educación infantil, niños y niñas deben dormir en sus camas; es decir, deben haber abandonado ya la cuna, y no deben dormir tampoco en la cama de sus padres. Deben contar con su propio espacio para el sueño o el descanso.

Haber abandonado los pañales: el control de esfínteres para comenzar esta nueva etapa es un pilar fundamental. Entre los dos y tres años deben dejar los pañales durante el día y también por la noche. Para colaborar en este aprendizaje es importante tener en cuenta estos puntos de interés:

- Observar en qué momento el niño es consciente de que se ha hecho pis en el pañal. Este dato nos confirmará que el sistema nervioso está maduro para controlar el esfínter.
- Aprovechar el verano para dejarlo sin pañales y propiciar los juegos con arena y agua, que resultan ideales para este momento.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 14 – ENERO DE 2009

- Llevar al niño al baño a las horas en las que sabemos que suele hacerse pis o defecar.
- Felicidad al pequeño cada vez que logre usar su orinal o el inodoro.

Todos estos cambios son importantes en la vida del niño, y la actitud de los padres es fundamental, la posibilidad de ser más o menos permeables a lo nuevo, a lo diferente, la predisposición favorable hacia la nueva maestra, las nuevas tareas y las costumbres, incidirán en la manera en que niños y niñas aborden este gran e importante cambio.

Pero si hay período de adaptación para los niños, también lo hay para los padres; en el fondo sentirán que están separándose de su niño, surgirán temores y dudas acerca de la profesora, del colegio.

Es importante que los padres no transmitan estos sentimientos e inseguridades al niño ya que dificultará el proceso de adaptación, lo mejor será que padres y educadores, se apoyen para que el niño y niña supere este proceso con éxito.

Sin embargo y pese a los cambios que el niño debe asumir antes de ser escolarizado en la etapa de infantil, una vez ocurrido esto, y el niño o niña se encuentre en el nuevo entorno, con los nuevos compañeros, la maestra o el maestro....pueden darse algunas de las reacciones citadas anteriormente y para lo cual ofrecemos los siguientes consejos para que desde casa se supere dicho periodo:

- Mostrad seguridad y confianza en el colegio.
- Cread actitudes positivas respecto al colegio.
- No hagáis comentarios negativos respecto a la escuela.
- Intercambiad con su profesor/a toda la información que facilite un mayor conocimiento a los niños y niñas.
- Participad en la comunidad educativa a través del consejo escolar y la escuela de padres.
- Dad importancia a las actividades cotidianas que os cuente vuestro hijo/a
- Respetad las normas del centro y las propias de la etapa.
- La asistencia debe ser regular
- La puntualidad es un hábito que se debe adquirir desde pequeños.
- Ante cualquier enfermedad contagiosa que contraiga vuestro hijo/a no le llevéis al colegio
- Comunicad siempre que podáis las ausencias de vuestro hijo/a.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 14 – ENERO DE 2009

- Aplicad buen criterio a la hora de prepararle el desayuno de media mañana para tomar en el recreo.
- Ponedle ropa cómoda que beneficie su autonomía a la hora de ir al cuarto de baño.
- Acostumbradle a recoger cada cosa después de utilizarla.
- Preparad a vuestro hijo/a el material que tendrá que necesitar en la escuela.

4. ACTIVIDADES PARA LLEVAR A CABO DURANTE EL PERÍODO DE ADAPTACIÓN

Actividades en la escuela:

Para empezar tienen que ser estables y rutinarias: donde el niño haga la misma secuencia:

- 1º. Guarda y cuelga sus cosas en el perchero.
- 2º. La asamblea.
- 3º. Actividades en Grupo.
- 4º. Juegos por rincones.

También hay que destacar la importancia de la recepción: la llegada de los niños al centro tiene una importancia crucial en el Periodo de Adaptación. Los maestros organizarán actividades divertidas para los niños y los padres con regalos de bienvenida. Así tendrán ganas de volver al día siguiente

Actividades para conocerse mutuamente

- Decir cada uno su nombre
- Pasarse la pelota de uno a otro
- Poesías con sus nombres

Actividades para conocer las dependencias del centro

- Visitar el salón de usos múltiples
- Jugar en el patio
- Visitar otras aulas



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 14 – ENERO DE 2009

- Visitar las dependencias administrativas

Actividades manipulativas

- Plastilina
- Pintura de dedos
- Rasgado de papel
- Colorear
- Pegar papel
- Estampación

Actividades en grupo

- Cantar y decir poesías en la asamblea
- Jugar con otros niños del colegio en el patio
- Juego por rincones
- Bailar

Actividades para los padres

Es primordial que los padres colaboren en la adaptación de su hijo, y para conseguir esto es importante que el niño esté acostumbrado a realizar una serie de tareas en casa que impliquen una autonomía en las áreas para evitar una gran diferencia entre la casa y la escuela, y también para apoyar la labor del docente. Por esta razón los padres deben realizar en casa las siguientes actividades y así potenciar las diferentes áreas de desarrollo de su hijo.

Área de lenguaje

- Hablar con el niño o niña cuando llega del colegio y preguntarle qué hizo, qué le gustó más, qué le gustó menos...
- Cuando está jugando, que nos exprese a qué juega y con qué.
- Decir las palabras con una pronunciación lo más correcta posible.

Área de hábitos y autonomía

- VESTIRSE Y DESVESTIRSE: puede comenzar a vestirse, ponerse los zapatos, desvestirse aunque tarde un poco en hacerlo y tengamos prisa.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 14 – ENERO DE 2009

- BAÑO: desde los tres años puede ir al baño por sí solo/a, cuando tenga ganas, sin necesidad de que siempre le acompañe un adulto. Cuando orine, que aprenda a secarse con papel y limpiarse al hacer caca.
- JUEGO: dedicar un rato cada día para jugar con tu hijo/a, que no lo haga siempre solo/a. Cuando termine, que recoja.
- BIBERÓN: el biberón no es necesario, pero sí un inconveniente para el buen desarrollo dental, afectivo y social.
- CHUPETE: muchas malformaciones dentales se evitan al quitarle el chupete a su debido tiempo.
- DIENTES: enséñale a limpiárselos correctamente, especialmente por la noche.
- DESCANSO: los niños y niñas necesitan descansar alrededor de 11 horas diarias. Un niño que no descansa lo suficiente estará malhumorado, cansado y tendrá pocas ganas de aprender y disfrutar. Debemos acostarlos temprano por la noche.
- PAÑAL: el pañal de la noche es el más difícil de eliminar pues supone un esfuerzo para la familia. Podemos tratar de que al menos, dos horas antes de dormir no beban líquido. Díganle que no le van a poner el pañal; pero que si se orina, que no pasa nada. Que pueden llamar por la noche para que se le acompañe al baño y de esta manera evitamos que duerman confiados en que pueden orinar porque tienen pañal. Aunque es un proceso que puede ser lento, hay que tener paciencia porque los resultados compensan.
- TELEVISIÓN: vigila que los programas que ve sean apropiados para su edad y evita los violentos, Aunque a los niños les guste ver la tele, procura no abusar y dedicar tiempo libre a leerles cuentos, sacarles de paseo...

5. BIBLIOGRAFÍA

<http://www.filomusica.com/filo57/educacion.html>

<http://www.cosasdelainfancia.com/biblioteca-etapa11.htm>

<http://www.info-salud.net/>

<http://www.agustinasva.net/Paginas/Temporal/Adaptacion/Actividades.htm>



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 14 – ENERO DE 2009

Autoría

- Nombre y Apellidos: María Isabel Benítez Murillo
- Centro, localidad, provincia: C.E.I.P. Ana Josefa Mateos Gómez, El Cuervo de Sevilla, Sevilla
- E-mail: mbenitez88@hotmail.com