

# PRE-PARARSE PARA LA VUELTA AL COLE (Orientaciones para las familias)

CUANDO LOS NIÑOS SE ENFRENTAN A  
DESAFÍOS EN UN AMBIENTE QUE APOYA,  
HAY CRECIMIENTO

## ALGUNOS DÍAS ANTES

- Si podéis, pasad por el colegio paseando; quizás desde la verja se puedan ver algunos cambios; ayudadle a que exprese lo que siente con la vuelta al cole.
- Leed el plan de inicio que os han enviado desde el colegio e ir comentando en casa: horarios - puertas de entrada y salida, uso de mascarilla, que estarán con sus compañeros en clase, etc..
- De forma divertida con un collage, role-playing, ...podéis simular en casa la llegada al cole el primer día (lo que habrá que hacer: entrada, temperatura, etc).

Estas 3 sencillas ideas ayudarán a vuestros pequeños a ir más seguros y confiados al colegio. Aunque los niños no pregunten y aparentemente no lo manifiesten, están expectantes con esta vuelta al cole después de tantos meses.



## EL PRIMER DÍA DE COLE

- En el desayuno buscad un momento tranquilo para describir lo que va a pasar; “hoy empiezas el colegio, ¿te acuerdas lo que hemos hablado estos días?; revisamos las cosas que tienes que llevar antes de salir de casa, vamos en coche/caminando/bici y cuando lleguemos al cole...”. Anticipa de nuevo lo que va a pasar.
- Divertíos en el camino al colegio: cantando, contando algo divertido,...siempre ayuda para reducir estrés.
- Entra con tu hijo/a, acompaña hasta donde te permitan. Saluda a la maestra/o, a otros padres/madres,...genera tranquilidad y confianza.
- Despidete de tu peque de manera clara y expresa cuándo vas a volver; por ejemplo: “recuerda que te recojo a las dos menos cinco y nos vamos a casa a comer; había pensado preparar esa comida que tanto te gusta”.

## DESPUÉS DEL PRIMER DÍA

- Llegad puntuales para que no se sienta inseguro/a.
- Ofreced tiempo de escucha, deja que se exprese y cuente lo que ha vivido, visto, sentido,...
- Interesaros cada día por las actividades que realiza en el colegio; por conocer lo que le gustó y lo que no; por cómo fue el recreo,...
- Valida sus emociones, ayúdale con palabras: “ya veo que no te gusta llevar la mascarilla...”.
- Leed con vuestros hijos cuentos/libros/historias en voz alta (¡aunque estén en Primaria!) y compartid tiempo con amigos y familia, en la medida de lo posible.



Sira Martín Hebrero (Orientadora del EOE Aranda de Duero)