

Los Padres

¡hacen la diferencia!

Rockdale County Public Schools



Seis maneras en que los niños pueden proteger el planeta

El 22 de abril es el Día de la Tierra. Y si bien proteger la Tierra es un trabajo que todos debemos hacer a diario, puede usar este día especial para implementar o reforzar el hábito con su hijo preescolar.

Muchas actividades que ayudan a la Tierra son educativas y gratuitas. Y también son adecuadas para niños pequeños.

Aquí tiene seis ideas para probar:

1. **Apague la luz y el televisor** cuando salga de una habitación y pídale a su hijo que haga lo mismo.
2. **Deje un vaso en el lavabo del baño.** Enséñele a su hijo a llenarlo con agua antes de lavarse los dientes. Una vez que se haya cepillado los dientes, puede usar el agua del vaso para enjuagarse la boca. No es necesario dejar la canilla abierta mientras se cepilla los dientes.
3. **Plante algo con su hijo.** Planten semillas afuera, de ser posible. De lo contrario, plántenlas en una maceta. Considere sumarse a una actividad de plantación de árboles en la comunidad.
4. **Llene botellas de agua reutilizables** con agua de la canilla en lugar de usar agua envasada. A menos que haya una emergencia, como una inundación u otra situación inusual, en los Estados Unidos y Canadá es seguro beber el agua de la canilla.
5. **Recicle.** Pídale a su hijo preescolar que lo ayude a clasificar los materiales reciclables en cestos especiales.
6. **Participe en un día de limpieza.** Muchas comunidades planifican eventos para celebrar el Día de la Tierra. Reúna a los vecinos para limpiar una zona del vecindario o de la cuadra.

El tiempo sin estructura tiene beneficios



Antes de la pandemia por COVID, la vida de muchos niños pequeños estaba llena de actividades

organizadas. Entre el preescolar, el entrenamiento de fútbol, la clase de arte, etc., las familias casi no tenían tiempo para juntarse a comer.

En gran parte, eso ha cambiado a causa de la pandemia. Los niños están más tiempo en casa. El lado positivo es que no tener horarios es importante para el aprendizaje. Estos son algunos de los motivos:

- **Todos los niños necesitan** tiempo para estar en familia. Pasar tiempo con los miembros familiares ayuda a su hijo a fortalecer los vínculos y a sentirse querido y seguro.
- **Las actividades estructuradas** dejan menos tiempo para el juego autodirigido. Cuando su hijo hace actividades manuales que puede planificar y controlar él mismo, desarrolla habilidades de resolución de problemas, confianza en sí mismo y un sentido de independencia.
- **Pasar de una actividad a la otra** puede ser estresante para los niños, lo que a veces puede conducir a llantos, cansancio y dolor de cabeza y de panza.

Fuente: J.E. Barker y otros, "Less-structured time in children's daily lives predicts self-directed executive functioning," *Frontiers in Psychology*, Frontiers Media.

Anime a su hijo preescolar a hablar sobre ideas y acciones



Cuando su hijo comience la escuela, su maestro de jardín de infantes querrá que hable sobre lo que piensa, y sobre sus ideas y experiencias.

Para desarrollar estas habilidades de comunicación valiosas:

- **Averigüe la historia** detrás de los dibujos de su hijo. Pídale que le cuente sobre el dibujo y escriba la descripción debajo.
- **Hable sobre su día.** No diga simplemente “Vamos a salir”. En cambio, diga “Vamos a ir a llevarle el almuerzo a la tía Ana esta tarde. ¿Qué más deberíamos llevarle? ¿Qué te parece si le llevamos uno de tus dibujos?”
- **Ayude a su hijo** a contar un cuento en una secuencia. Esto lo ayudará a aprender que un acontecimiento le

sigue a otro. Por ejemplo, pregunte: “¿Qué cosas haces *después* de cenar y *antes* de dormir?”.

- **Anime a su hijo a dar detalles.** Si le dice que le resultó divertido visitar a su tía, hágale preguntas que lo ayuden a recordar más detalles de esa experiencia. “¿De qué hablaron? ¿Jugaron a algún juego divertido?”

Fuente: N. Gardner-Neblett y K.C. Gallagher, *More Than Baby Talk: 10 Ways to Promote the Language and Communication Skills of Infants and Toddlers*, The University of North Carolina Chapel Hill, FPG Child Development Institute.

“Los bebés nacen con la necesidad de ser amados, y eso nunca cambia”.

—Frank A. Clark

Enséñele a su hijo cómo respetar y cuidar las pertenencias



En la escuela, los estudiantes son responsables de un montón de objetos físicos: carpetas, lápices, libros, notas del maestro, etc. Los tienen que llevar de casa a la escuela y viceversa.

Si pierden o dañan estos objetos, los mensajes no llegarán a destino y su hijo no almorzará y, cuando vaya pasando de grado, no terminará trabajos importantes.

Pero al promover la responsabilidad, su atención no deberá centrarse en que su hijo tan solo cuide sus pertenencias. También deberá respetar las pertenencias de los demás, incluidas las cosas que le pertenecen a la escuela.

Para ayudar a su estudiante preescolar a cuidar las pertenencias:

- **Muéstrele cómo usar las cosas** de manera correcta. Por ejemplo, debería usar los crayones en un papel y no sobre los muebles o las

paredes. Si juega con un monopatín, debería guardarlo antes de entrar a casa. No debería dejarlo afuera ya que podría dañarse con el clima o alguien podría robarlo.

- **Dele un contenedor** para colocar papeles. Incluso a los niños pequeños se les puede enseñar a abrir la mochila cuando llegan a casa luego del preescolar o la guardería, sacar los papeles y colocarlos en un contenedor para que usted los revise.
- **Enséñele a cuidar** especialmente las pertenencias de los demás. Si su hijo le pide prestado un juguete a un amigo, por ejemplo, pídale que lo devuelva lo antes posible. Si toma prestados libros de la biblioteca, enséñele cómo leerlos con cuidado. Una vez que llegue la fecha de devolución de los libros, pídale que los ponga con cuidado en la caja de devolución.

¿Le está enseñando a su hijo a ser amable con los demás?



Si su hijo preescolar aprende a preocuparse por las personas y las cosas, es más probable que también le interese que le vaya bien en la escuela. También será un mejor amigo y compañero de clase.

¿Está ayudando a su hijo a ser una persona amable y cariñoso? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para averiguarlo:

1. **¿Da el ejemplo** de amabilidad agradeciendo, ayudando y demostrando respeto a su hijo y a los demás?
2. **¿Fomenta** el sentido de gratitud de su hijo recordándole que debe agradecerles a los demás personalmente o con dibujos de agradecimiento?
3. **¿Anima** a su hijo a hacer actos de bondad aleatorios, tales como ofrecer compartir un libro nuevo?
4. **¿Le enseña** a su hijo a cuidar a los seres vivos, como las plantas y las mascotas?
5. **¿Anima** a su hijo a pensar en los sentimientos de los demás?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de las respuestas fueron *sí*, usted está fomentando la amabilidad y la bondad en su hijo. Si la mayoría de las respuestas fueron *no*, use las ideas del cuestionario.

Primera Infancia
Los Padres[™]
¡hacen la diferencia!

Ideas prácticas para que los padres ayuden a sus hijos. ISSN: 1523-1305

Para obtener información llame o escriba a:
The Parent Institute®, 1-800-756-5525,
P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474.
Fax: 1-800-216-3667.
O visite: www.parent-institute.com.

Publicada mensualmente de septiembre a mayo.
Copyright © 2021, The Parent Institute,
una división de PaperClip Media, Inc.,
una entidad independiente y privada.
Empleador con igualdad de oportunidades.

Editora Responsable: Doris McLaughlin.
Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.
Editora: Rebecca Miyares.
Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Aproveche al máximo las lecturas en voz alta en familia



Los expertos concuerdan en que leer con su hijo es la mejor manera de prepararlo para alcanzar el éxito en la escuela. Y es algo que usted y su hijo pueden hacer a diario.

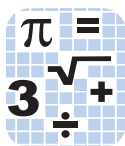
Para que la lectura en voz alta sea una gran experiencia:

- **Tómese un momento** antes de comenzar a leer para mirar el libro. Pregúntele a su hijo de qué cree que trata el libro. ¿Puede obtener algunas ideas del dibujo de la tapa?
- **Lea algunas páginas** y luego haga una pausa para hacerle una o dos preguntas a su hijo. Una buena pregunta que podría hacerle es: “¿Qué crees que ocurrirá luego en el cuento?” Eso animará a su hijo a hacer una predicción. Predecir es una habilidad importante para la comprensión de la lectura.

- **Mantenga el interés de su hijo.** Trate de usar un tono de voz distinto para cada personaje. Pregúntele a su hijo: “¿Cómo crees que es la voz de este personaje? ¿Puedes hacer la voz de este personaje?” ¡También anímelo a representar algunos de los movimientos de los personajes!
- **Permítale que le lea a usted.** Si su hijo comenzará el jardín de infantes en otoño, es posible que pueda leer algunas de las palabras del libro. O podría aprender algunas palabras reconocibles a simple vista. Anímelo a señalar una palabra si la sabe. Luego dele la oportunidad de leerla.
- **Cree anticipación.** Si el libro es largo, deje de leer en una parte emocionante para que su hijo quiera volver a leer al día siguiente.

Fuente: “Make the Most of Reading Aloud,”
ReadWriteThink, International Literacy Association.

Muéstrele a su hijo que matemáticas es una parte natural de la vida



La primera infancia es un momento estupendo para mostrarle a su hijo que las matemáticas no solo son divertidas, sino que también son una parte natural de la vida cotidiana. En casi todo lo que hace su hijo intervienen las matemáticas. Cada vez que se viste, por ejemplo, sigue una cierta secuencia. Esa es una habilidad matemática básica.

Estas son algunas otras maneras de ayudar a su hijo a ser consciente de las matemáticas que lo rodean.

- **Buscar números en todos lados.** Busquen juntos números que su hijo sepa. Si todavía no reconoce los números, señáleselos.
- **Calcular.** Dígale a su hijo “Creo que puedes terminar este sándwich en 10 bocados. Veamos si es así”. Luego ayúdelo a contar los bocados.
- **Buscar patrones.** Ayude a su hijo a buscar patrones en sábanas, cortinas y ropa. “Tu camiseta tiene una línea roja, una línea amarilla, luego una línea roja y otra línea amarilla”.
- **Tener una “forma del día”.** Por la mañana, muéstrele una forma a su hijo. “Mira tu plato. La forma de tu plato es un círculo. ¡Hoy vamos a hacer una búsqueda de círculos!” A lo largo del día, señale los círculos que vea. Felicite a su hijo cuando señale uno.
- **Observar las secuencias.** A los niños preescolares les encantan las rutinas diarias y saber qué va a suceder luego. Hable sobre el día que tiene por delante. “Primero, te llevaré a la escuela preescolar. Cuando termine el preescolar, papá te va a buscar. Luego, volverás a casa a jugar”.

P: Estoy preocupado por las habilidades de escritura de mi hijo de cuatro años. Su hermana mayor comenzó a escribir su nombre cuando tenía su edad, y él todavía no dibuja una figura con palitos. ¿Qué puedo hacer para ayudarlo? Debería comenzar el jardín de infantes en menos de un año.

Preguntas y respuestas

R: Los niños desarrollan diferentes habilidades a distinto ritmo. No es extraño que un niño de cuatro años parezca estar un poco más atrasado que una niña de cuatro años en el desarrollo de la motricidad fina. (Estas son las habilidades de los pequeños músculos de la mano que se utilizan para escribir y dibujar). Aparentemente, las niñas desarrollan la motricidad fina un poco más rápido que muchos de los niños.

Por eso, no se preocupe por el momento. Ofrézcale actividades que fortalezcan sus habilidades. Juntos:

- **Jueguen con masa o arcilla.** Presionar y amasar la masa lo ayudarán a desarrollar los músculos de la mano.
- **Pinten con los dedos.** Puede usar pintura real para pintar con los dedos si lo desea, pero a los niños también les agrada “pintar” con crema de afeitar y pudín.
- **Armen rompecabezas** para ayudarlo a desarrollar la coordinación manos-ojos.
- **Jueguen con bloques** de construcción que se encastran. Muchos niños disfrutan de hacer este tipo de actividad durante largos períodos de tiempo.
- **Experimenten** con distintos elementos de escritura. Comiencen con rotuladores y luego con tiza, crayones y, por último, lápices.

Las actividades prácticas, como vestirse y desvestirse, peinarse y cepillarse los dientes, también ayudan a desarrollar la motricidad fina.

Si luego de algunos meses sigue preocupado, hable con el maestro preescolar o el pediatra.

Aventuras en el jardín de infantes

La mentalidad positiva conduce al éxito en matemáticas



Según las investigaciones, los centros “emocionales” e “intelectuales” del cerebro están conectados. Están permanentemente entrelazados.

Esto significa que la mentalidad de su pequeño estudiante puede afectar su capacidad para resolver problemas de matemáticas. Piénselo: si está nervioso o preocupado por la hoja de actividades que tiene frente a él, es posible que tenga dificultades para responder las preguntas. Pero si está tranquilo y confiado, es más probable que le vaya mucho mejor.

Para fomentar la mentalidad positiva:

- **Recuérdale a su hijo** que el esfuerzo conduce a los logros. Su hijo, ¿dice que no puede resolver los ejercicios de matemáticas porque “no es inteligente”? Eso presupone que las personas nacen inteligentes o no. Pero eso no es cierto. La determinación también conduce a la inteligencia.
- **Transmita el mensaje correcto.** En lugar de decir “Ese problema parece difícil”, diga “Ese problema parece interesante”. Si su hijo se preocupa porque algo es muy difícil, es posible que decida que no puede hacerlo. Pero si es *interesante* —ni fácil o difícil— podría abordarlo de manera más positiva.
- **Enséñele a su hijo a relajarse.** Si los nervios lo superan cuando se enfrenta a un problema de matemáticas, dígame que respire profundo. Sugierale que piense en algo alegre o divertido. Recuérdale que sabe más de lo que cree. Si ayuda a su hijo a calmar sus nervios antes de que tome el lápiz, será más posible que alcance el éxito.

Fuente: S. Sparks, “Positive Mindset May Prime Students’ Brains for Math,” Education Week.

Refuerce el concepto de tiempo con su hijo de jardín de infantes

Los maestros se esfuerzan mucho para enseñarles a los estudiantes sobre el concepto de tiempo. Y los niños de jardín de infantes tienen mucho que aprender. ¿Cuánto es un *segundo*, un *minuto*, una *hora* y un *día*? ¿Cuánto es una *semana*, un *mes* y un *año*? ¿Qué significa *pasado*, *presente* y *futuro*?

Los estudiantes logran dominar bien el tiempo en la escuela primaria. Pero cuanto más pueda hacer ahora para ayudar a su hijo a comprender el concepto de tiempo, mejor.

Pídale a su hijo que:

1. **Elija una tarea para hacer.** Podría elegir saltar 50 veces, hacer un dibujo, tender la cama o comer un bol de cereales.
2. **Calcule cuántos minutos** le llevará completar la tarea.
3. **Use un cronómetro** para contar el tiempo que le lleva terminar la tarea.



4. **Se fije qué tan cerca** estuvo su cálculo del tiempo real que le llevó completar la tarea.

Si su hijo hace esto —calcular y verificar el tiempo— con varias tareas, su sentido del tiempo mejorará.

Aprender a trabajar con otros conduce al éxito académico



Hay mucho que decir sobre cómo animar a los niños a exhibir habilidades de liderazgo. Pero seamos realistas: algunos niños simplemente son mandones. No quieren turnarse. No quieren compartir. No quieren escuchar lo que dicen los demás.

Se esperará que su hijo trabaje con otros a lo largo de sus años en la escuela. Tendrá más éxito si sabe cómo trabajar en equipo.

Para ayudar a su hijo a aprender a contribuir en lugar de ser un dictador:

- **Pídales a los miembros familiares** que se turnen para tomar algunas decisiones para todo el grupo,

desde qué película mirar hasta qué comer.

- **Ponga algunas reglas básicas** del hogar. Por ejemplo, si un niño corta el pastel, el otro podrá elegir el primer trozo. Si un niño elige el juego, el otro tendrá el primer turno.
- **Enseñe maneras justas** de tomar decisiones. Pídales a sus hijos que jueguen a “piedra, papel o tijera” para ver quién puede usar la computadora primero. Lance una moneda para decidir quién se baña primero.
- **Elogie a su hijo** cuando vea que trabaja en equipo. “Fue amable de tu parte dejar que tu hermana eligiera la galleta que quería primero”.