

## Actividades para hacer aflorar el científico que su hijo tiene dentro

**A** los niños pequeños les encanta descubrir cómo funciona el mundo. Al observar y hacer pruebas y predicciones, desarrollan destrezas científicas importantes.

Estas son algunas de las actividades que podría probar:

- **Pídale a su hijo preescolar** que use una lupa para inspeccionar objetos de cerca. Puede observar cosas tales como piñas, bellotas o las semillas de una manzana. Luego puede hacer dibujos y guardarlos en un “diario de ciencias”.
- **Observen animales.** Anime a su hijo a contarle todo lo que sabe sobre un pájaro o una ardilla.
- **Hable con su hijo sobre el clima.** ¿Qué es la nieve? ¿Por qué tenemos más frío cuando sopla el viento?
- **Ponga un poco de nieve** en un recipiente. Llévela adentro para

mostrar cómo el aire cálido la derrite y la convierte en agua. Coloque el recipiente en el congelador y muéstrele a su hijo cómo el aire frío solidifica el agua otra vez.

- **Experimenten con los juguetes.** Haga rodar una pelota por una superficie plana y luego por una pendiente. ¿En cuál de los dos casos se mueve más rápido? ¿Por qué?
- **Ayude a su hijo a descubrir** qué juguetes se hunden y cuáles flotan durante la hora del baño.
- **Coloque colorantes para alimentos** en vasos con agua. ¿Qué sucede cuando se mezclan los colores?
- **Tome dos hojas de papel.** Forme una pelota con una de ellas. Déjala caer. Luego deje caer la hoja de papel sin arrugar. ¿Cuál cae más rápido? ¿Por qué?

## Muéstrele a su hijo preescolar cómo escuchar



A veces, los niños pequeños hablan ... y hablan ... ¡y hablan! Y lo que dicen no siempre parece tener

sentido. De todas maneras, es importante prestar atención.

Cuando usted escucha a su hijo, lo ayuda a desarrollar sus habilidades lingüísticas y también le enseña a ser un buen oyente. Estas habilidades lo ayudarán a alcanzar el éxito cuando comience la escuela.

Para demostrarle a su hijo que lo está escuchando:

- **Deje de lado las distracciones.** Préstele atención, incluso si eso implica soltar un libro, apagar la computadora o ignorar el teléfono.
- **No lo interrumpa.** Cuando su hijo esté hablando, dele todo el tiempo que necesite. Algunas veces, a los niños preescolares les toma tiempo poner en palabras lo que piensan.
- **Haga preguntas** luego de que su hijo termine de expresar una idea para asegurarse de que la ha comprendido. Repita lo que dijo.
- **Preste atención** al lenguaje corporal de su hijo. Observe su tono de voz, su expresión facial y su comportamiento. Muchas veces, no importa *qué* dice un niño sino *cómo* lo dice.

# Anime a su hijo preescolar a trazarse propósitos de Año Nuevo



¿Debería su hijo preescolar establecer propósitos de Año Nuevo? La Academia Americana de Pediatría dice que sí.

Este grupo de médicos especializados en bebés, niños y adolescentes también ofrece algunas ideas específicas. Algunas de esas ideas ayudarán a su hijo a mantenerse saludable. Otras ideas también lo ayudarán a evitar el contagio de resfriados y gripes en la escuela preescolar. Y otras refuerzan los buenos hábitos que su hijo debería implementar en casa y en la escuela.

Su hijo podría:

- **Dedicarles menos tiempo** a los aparatos electrónicos y más tiempo a los libros.
- **Lavarse las manos** después de usar el baño y antes de comer.
- **Ordenar sus juguetes.**
- **No molestar jamás a un animal**, ni siquiera a la mascota de la familia.

- **Buscar una actividad física** (como jugar al pillapilla, saltar la sogá o montar un triciclo) que le guste y hacerla unas tres veces por semana.
- **Cepillarse los dientes** dos veces al día.
- **Ser amable con sus compañeros** de clase que necesiten un amigo o con aquellos que estén tristes o solos.
- **Hablar con un adulto de confianza** cuando necesite ayuda o cuando esté asustado.

Fuente: "Healthy New Year's Resolutions for Children & Teens," American Academy of Pediatrics, [nswc.com/ec\\_healthyresolve](http://nswc.com/ec_healthyresolve).

**"El año nuevo se presenta ante nosotros, como un capítulo de un libro, esperando ser escrito. Podemos ayudar a escribir esa historia estableciendo metas".**

—Melody Beattie

# Jugar a juegos de mesa ayuda a su hijo a concentrarse y seguir reglas



La mayoría de los niños preescolares están listos para comenzar a jugar a juegos de mesa. Estos juegos son divertidos y pueden ayudar a su hijo a desarrollar habilidades como la concentración, la cooperación y el espíritu deportivo.

Las ventas de garaje son un buen lugar para encontrar juegos de mesa, a veces por un dólar o menos. Para elegir juegos que le interesen a su hijo:

- **Busque en la caja** cuál es la edad adecuada de los jugadores. Su hijo aprovechará al máximo aquellos juegos que tengan reglas simples y estén orientados a su edad y nivel de habilidades.
- **Busque juegos** sobre temas que sean atractivos para su hijo. A la mayoría de los niños preescolares les divierte más los juegos sobre animales

que los juegos relacionados con el dinero, por ejemplo.

- **Anime a su hijo** a contar mientras se mueve por el tablero o a mencionar los colores que vea en el juego. A los niños les gusta mostrar lo que saben.
- **Ayude a su hijo** a usar sus habilidades de pensamiento una vez que conozca el juego. "¿Qué crees que ocurrirá si tomamos esta carta?" "¿A qué espacio debería moverme ahora?"

Para ayudar a su hijo a ser un buen jugador:

- **Explíquele que las reglas** son importantes en los juegos (y en la vida) y anímelo a seguirlas.
- **Recuérdle que nadie** gana todo el tiempo. A algunos niños les resulta difícil perder. Por lo tanto, felicite a su hijo cuando juegue limpio, siga las instrucciones y respete los turnos; no solo cuando gane.

# ¿Ayuda a su hijo preescolar a ser independiente?



Los padres son protectores por naturaleza. Pero también es importante dejar que los niños pequeños exploren el mundo y desarrollen su independencia. Esto los preparará para la escuela y para hacerse cargo de otras responsabilidades.

Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para determinar si usted está logrando un equilibrio entre la seguridad y la independencia de su hijo:

1. **¿Supervisa** a su hijo cuando juega con amigos sin controlarlo excesivamente?
2. **¿Le ofrece** a su hijo opciones simples, como "¿Quieres usar un jersey azul o uno rojo?"
3. **¿Le da** a su hijo la oportunidad de resolver problemas menores antes de ayudarlo?
4. **¿Demuestra** interés en las opiniones de su hijo y las respeta, incluso si no está de acuerdo?
5. **¿Juega** con su hijo pero también fomenta que juegue de manera independiente?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus respuestas fueron *sí*, usted está fomentando la independencia. Para cada respuesta *no*, pruebe la idea correspondiente 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](http://www.parent-institute.com).

Publicada mensualmente de septiembre a mayo.

Copyright © 2020, The Parent Institute, una división de PaperClip Media, Inc., una agencia independiente y privada. Empleador con igualdad de oportunidad.

Editor Responsable: Doris McLaughlin.

Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Rebecca Miyares.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

# Tomar buenas decisiones requiere mucha paciencia y práctica



El éxito en la escuela (y en la vida) depende de la capacidad de tomar buenas decisiones.

Cuando su hijo vaya a la escuela, tomará un montón de decisiones, ya sea si cumplir o no con las normas de la clase, si terminar la tarea asignada o no, etc. Sus decisiones afectarán su educación y su futuro.

Para ayudar a su hijo preescolar a iniciar la senda de las buenas decisiones:

- **Ofrézcale opciones.** Pregúntele a su hijo si quiere desayunar yogur o huevo. ¿Quiere ir al parque o a la biblioteca el sábado?
- **Pídale consejos.** Puede pedirle a su hijo que escuche la música de dos emisoras de radio distintas y que decida cuál debería escuchar usted. Escuche la emisora que elija. Su hijo se sentirá empoderado al decidir algo por usted.

- **Permítale participar** en la planificación. Si su hijo va a invitar a un amigo a casa, anímelo a planificar las actividades que van a hacer. Ofrézcale una lista de actividades posibles entre las cuales puede escoger.
- **Dele explicaciones.** Tomar buenas decisiones requiere mucha práctica, y algunas veces usted tendrá que rechazar las decisiones que tome su hijo preescolar. Cuando lo haga, asegúrese de tomarse el tiempo para explicarle *por qué*. Enfóquese en las consecuencias de la elección. “Sé que quieres mirar esa película, pero da miedo y no te va a hacer bien verla. Cuando seas un poco más grande, podemos volver a considerarlo”.

Fuente: J. Roehlkepartain y N. Leffert, Ph.D., *What Young Children Need to Succeed: Working Together to Build Assets From Birth to Age 11*, Free Spirit Publishing.

# Ayude a su hijo a comprender los conceptos de *comienzo y final*



Comprender los conceptos de *comienzo y final* ayudará a su hijo a mejorar en la clase. Muchas de las actividades de la

escuela están divididas en segmentos que tienen un comienzo y un final.

Hay miles de maneras de ayudar a su hijo preescolar a aprender y dominar estos conceptos. Estas son algunas de ellas:

- **Hable sobre los conceptos** en el día a día. Recuérdele a su hijo qué sucede al comienzo y al final de una comida o de un baño. La hora del cuento es otra gran oportunidad para hablarlo: todos los cuentos tienen un comienzo y un final.
- **Hágale preguntas a su hijo.** Cuando suba al carro y se abroche el cintu-

rón, pregúntele si es el comienzo o el final del viaje en carro. Cuando llegue a destino, vuelva a preguntárselo.

- **Juegue a juegos.** Muchos juegos de mesa para niños tienen caminos que deben recorrerse con las fichas del juego. Esos caminos tienen un comienzo y un final.
- **Cree laberintos simples** en una hoja. Guíe la mano de su hijo y muéstrelle cómo el lápiz hace un recorrido desde el comienzo del laberinto hasta llegar al final.

A medida que su hijo crezca, usted podrá darle laberintos más complicados para seguir desarrollando estos conceptos y sus habilidades de pensamiento.

Fuente: B. Daniel, *The Playful Child*, School Specialty Publishing.

**P:** A principios del mes próximo, tengo que decidir si voy a inscribir a mi hijo en el jardín de infantes o en otro año de preescolar. Cumple años en el verano y aún no sé si estará listo para el jardín de infantes. ¿Qué debo tener en cuenta para tomar esta decisión?

## Preguntas y respuestas

**R:** ¡Usted no es el único! Muchos padres se preguntan si sus hijos tienen la madurez suficiente para lograr que el año en el jardín de infantes sea exitoso. Una razón podría ser que se enfocan excesivamente en el aspecto académico.

Las destrezas académicas son lo que su hijo menos necesita para comenzar el jardín de infantes. Esto se debe a que son gran parte de lo que va a aprender allí.

Entonces, ¿qué es lo que necesita? Tres elementos importantes para lograr el éxito en jardín de infantes son el autocontrol, las habilidades sociales y el entusiasmo por aprender.

Para saber si su hijo cuenta con esas características, o si está avanzando para obtenerlas, observe si él puede:

- **Esperar** su turno.
- **Seguir** las instrucciones de su maestro preescolar y de otros adultos.
- **Llevarse bien** con sus compañeros y sus amigos.
- **Trabajar** por su cuenta en proyectos de la clase con las indicaciones de su maestro.
- **Concentrarse** en una tarea durante unos minutos por vez.
- **Poder ocuparse** de necesidades personales básicas, como colgar su abrigo o ir al baño.
- **Sentarse sin moverse** y disfrutar al escuchar a un adulto leer un cuento.

Si tiene dudas sobre si su hijo estará listo para comenzar el jardín de infantes o le preocupa su desarrollo, pida una cita con el maestro o con el pediatra para hablarlo.

# Aventuras en el jardín de infantes

## Ayude a su pequeño lector a mejorar sus destrezas de lectura



La mayoría de los niños aprenden a leer entre el jardín de infantes y segundo grado. Sin embargo, suele haber

algunos lectores avanzados en el jardín de infantes que a veces preocupan a los padres de los demás estudiantes.

Si su hijo todavía no sabe leer, no se preocupe. ¡Ya va a aprender a hacerlo! Para ayudar a su hijo con sus habilidades de lectura en ciernes:

- **Establezca un horario** de lectura diario. Lean cuentos y poemas juntos. Cada tanto, pídale a su hijo que le vuelva a contar un cuento con sus propias palabras. O vea si puede actuarlo.
- **Utilice el arte** para promover la lectura. Cuando su hijo haga un dibujo, pídale que le cuente un cuento relacionado con el dibujo. Escriba el cuento mientras su hijo lo cuenta.
- **Juegue a juegos de palabras.** Diga: “Estoy pensando en algo rojo”. Vea si su hijo puede adivinar en qué está pensando. O vea quién puede armar una lista más larga de palabras que riman.

Hay algunos indicios de que un niño podría tener problemas con la lectura. Hable con el maestro si su hijo no puede hacer lo siguiente:

- **Diferenciar la izquierda** y la derecha. Es importante que entiendan esa diferencia cuando siguen el texto durante su lectura.
- **Identificar formas comunes**, como el círculo y el cuadrado. Esta es la misma habilidad que su hijo necesitará para entender la diferencia entre la letra *d* y la letra *b*.
- **Reconocer los sonidos iniciales.** Diga una palabra como *mono* y haga énfasis el sonido *mmm*. Pídale que repita el sonido inicial.

## Las habilidades sociales son clave para el éxito en la primaria

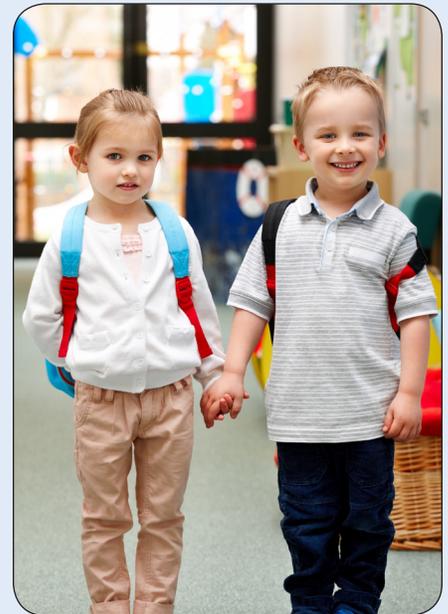
Con frecuencia, los maestros indican que las habilidades sociales son más importantes para lograr el éxito en el jardín de infantes que saber leer o agarrar un lápiz. Sin embargo, ellos informan que muchos estudiantes no cuentan con esas habilidades.

Los niños de jardín de infantes que tienen habilidades sociales bien desarrolladas se llevan bien con los demás, tienen autocontrol y se sienten seguros, y todo esto les permite concentrarse en el aprendizaje.

Si bien su hijo tiene muchas oportunidades para poner en práctica sus habilidades sociales en la escuela, usted también puede ayudarlo a fortalecerlas en casa.

Anímelo a:

- **Jugar y cooperar con los demás** miembros de un grupo. Invite a sus amigos de la escuela o lleve a su hijo a un patio de juegos.
- **Compartir con amigos y familiares.** Anímelo a turnarse, a dejar que los demás jueguen con sus juguetes y a compartir dulces.



- **Empatizar con lo que sienten** las demás personas. Comprender cómo se sienten los demás ayudará a su hijo a ser más bondadoso. Pregúntele cómo se siente el personaje de un libro que estén leyendo luego de que sucede algo malo.

## Ayude a su hijo a tener una actitud positiva sobre la escuela



Cuando su hijo disfruta algo, es normal que quiera seguir participando. Para fomentar en su hijo el amor por la

escuela:

- **Pregúntele** qué es lo que más le gusta sobre la escuela. Dedíquele tiempo todos los días a hablar sobre todo lo que está aprendiendo allí.
- **Anímelo** a establecer un vínculo con sus maestros. Hable con él sobre cuánto los aprecia.

Recuérdle a su hijo que sus maestros se preocupan por él y que quieren ayudarlo a aprender.

- **Ayúdelo** a conocer mejor a sus amigos de la escuela. Considere invitar a un compañero de clase a jugar algún día. O permita que su hijo invite a un amigo de la escuela a participar en alguna de las actividades familiares.

Fuente: J. Roehlkepartain y N. Leffert, *What Young Children Need to Succeed: Working Together to Build Assets from Birth to Age 11*, Free Spirit Publishing.