



Jugar al aire libre con amigos mejora las habilidades de los niños

Ahora que el clima está más cálido, probablemente su hijo preescolar esté jugando más tiempo al aire libre. Y esa es una gran noticia para su cerebro y su desarrollo social, así como para su desarrollo muscular.

Según los expertos, jugar al aire libre con amigos es una manera eficaz de promover el juego simbólico, que tan importante para los niños entre los tres y cinco años. Este tipo de juego ayuda a los niños a:

- **Desarrollar la creatividad.** Cuando su hijo dice “Hagamos de cuenta que estamos cabalgando”, está *pensando* de manera creativa. Luego, cuando él y sus amigos juntan palos para “cabalgar” y comienzan a galopar por el jardín, están *jugando* de manera creativa.
- **Resolver problemas.** ¿Qué sucede cuando hay cuatro niños y tres palos?

Muchas veces, los niños preescolares descubren maneras de resolver el problema. Es posible que note que se turnan con los palos o que buscan otro elemento que puedan usar como caballo. O uno de los niños podría fingir que perdió su caballo y que lo está buscando.

- **Desarrollar habilidades sociales.** Los niños aprenden a acercarse a otros niños y a unirse a un grupo que ya está jugando. Un niño podría usar una señal de inicio, como “Arre ... Yo también estoy montando a caballo”. Los niños del grupo aprenden a acomodarse e incluir a otros que deciden unirse al juego.

Es importante que siempre supervise a su hijo mientras juega al aire libre con amigos. Pero dele la libertad de ser creativo, interactuar socialmente y resolver problemas por sí mismo.

Cree un espacio de aprendizaje especial



A los niños en edad preescolar les encantan los espacios pequeños y cómodos. ¿Por qué no combinar

ese amor con un poco de aprendizaje? Considere designar un espacio de aprendizaje especial para su hijo. Esto incluso podría aumentar su entusiasmo por aprender.

Para empezar:

- **Encuentre un espacio** en su casa que sea acogedor. Podría escoger una esquina de la habitación de su hijo, un armario abierto o incluso una parte de la cocina.
- **Sume almohadones.** Agregue también libros, papel, crayones y otros útiles escolares. Permítale a su hijo elegir su muñeca o animal de peluche favorito como compañero de aprendizaje.
- **Pase un rato** en ese espacio con su hijo. Llámelo “tiempo de aprendizaje”. Podrían leer o dibujar juntos. O hacer y usar tarjetas didácticas. Su hijo también podría practicar cómo escribir letras y su nombre.
- **Anime a su hijo** a pasar un tiempo solo en el espacio de aprendizaje. Podría mirar libros o enseñarle a su compañero de aprendizaje algo nuevo que haya aprendido.

Enséñele a su hijo preescolar cómo ser un pensador científico



El término *ciencia* puede ser intimidante para algunos adultos. Pero el objetivo de la ciencia es descubrir cómo funciona

el mundo, algo que a los niños les agrada hacer todo el día.

Para ayudar a su hijo preescolar a seguir pensando científicamente durante el verano:

- **Hable sobre cómo** cambian las cosas. Observen juntos un árbol cercano y tomen notas sobre su aspecto. Hagan planes para hacer lo mismo durante el otoño, el invierno y la primavera. ¿Cómo cambia el árbol en cada estación?
- **Ponga a prueba** las predicciones de su hijo. Pídale a su hijo que adivine qué tan lejos puede arrojar una pelota usted (o él). Luego mida la distancia y vean qué tan acertada

era su respuesta con respecto a la distancia real.

- **Hágale preguntas** a su hijo que requieran que piense: ¿Por qué crees que las jirafas son altas? ¿Por qué no nieva durante el verano? ¿Cómo crees que podríamos resolver este problema?
- **Comience a armar** una colección de conchas o caracoles, piedras u hojas con su hijo. Cada vez que añada algo nuevo, hagan una comparación con los otros objetos que juntó.

“Cada experimento brillante, como toda gran obra de arte, comienza con un acto de imaginación”.

—Jonah Lehrer

No deje que el tiempo frente a la pantalla acapare el verano de su hijo



Durante el año escolar, usted probablemente organice la rutina de su hijo en función del tiempo que pasa en la escuela preescolar. Pero se acerca el verano. ¿Qué ocupará las horas durante las cuales su hijo no estará en la escuela?

Evite llenar esos tiempos libres con la televisión y otras actividades frente a la pantalla. Es importante limitar esas actividades porque:

- **Estar demasiado tiempo** frente a la pantalla le quita a su hijo un gran regalo del verano: el buen clima y los días largos en los que podría jugar de manera activa.
- **Mediante estudios** con escaneos cerebrales, se demostró que la sustancia blanca del cerebro de los niños que pasan horas frente a las pantallas no se desarrolla tan rápido como la del cerebro de los niños que no lo hacen.

Para controlar el tiempo frente a la pantalla durante el verano:

- **Establezca límites.** Según la Academia Americana de Pediatría, los niños entre dos y cinco años no deberían pasar más de una hora por día frente a la pantalla. Las videollamadas con miembros de la familia no se incluyen en este tiempo.
- **Asígnele una tarea** a su hijo cuando usted esté ocupado en lugar de darle un aparato electrónico. Pídale que clasifique calcetines, que recoja sus juguetes o que lo ayude a guardar alimentos livianos.
- **Arme una caja “antiaburrimento”.** Haga con su hijo una lista de actividades divertidas que él podría hacer solo. Incluyan actividades como colorear, clasificar objetos, mirar un libro y jugar con títeres. Guarde todos los objetos que necesitará para estas actividades en una caja.

Fuente: S. Reinberg, “Too Much Screen Time May Stunt Toddlers’ Brains,” HealthDay News, nswc.com/ec_screen4.

¿Está aprovechando al máximo las comidas en familia?



La hora de la comida está repleta de oportunidades para que su hijo aprenda. Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para

determinar si usted está sacando el mayor provecho posible de la hora de comer:

1. **¿Le permite** a su hijo ayudar a preparar la comida, incluso a medir, verter y mezclar?
2. **¿Le asigna** a su hijo algunas responsabilidades, como contar cosas y poner la mesa?
3. **¿Se sienta** a la mesa con su hijo y habla con él sobre temas que le importan y responde a lo que dice y comenta?
4. **¿Da** el ejemplo con los buenos modales en la mesa, como ponerse la servilleta en el regazo y decir *por favor* y *gracias*?
5. **¿Menciona** conceptos que su hijo está aprendiendo? El plato es *redondo*. La leche está *fría*. Los huevos son *amarillos*.

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus respuestas fueron *sí*, usted está aprovechando la hora de comer para enseñarle lecciones importantes a su hijo preescolar. Para cada respuesta *no*, pruebe la idea 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 © 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.

Fortalezca las habilidades de preparación para el jardín de infantes



El verano es el momento ideal para asegurarse de que su hijo esté encaminado en la preparación para el jardín de infantes.

¿Qué necesita saber?

Cuando los niños comienzan el jardín de infantes, les va mejor si cuentan con algunas habilidades básicas. Esto incluye la habilidad para:

- **Expresarse con claridad.**
- **Escuchar y prestar atención** durante períodos cortos.
- **Identificar algunos colores.**
- **Comparar y contrastar** dos objetos.
- **Trabajar con las manos.**
- **Ubicar las letras en una página** y saber que cuentan una historia.

Para ayudar a su hijo preescolar a desarrollar estas habilidades necesarias:

- **Anímelo a hablar.** Comente con él las cosas que ve a lo largo del día. Pídale que nombre objetos comunes.

Señale diferentes colores. Hágale muchas preguntas todos los días.

- **Tómese el tiempo de escucharlo** con atención. ¿Expresa lo que piensa con claridad? ¿Puede volver a contar un acontecimiento en la secuencia correcta?
- **Permítale trabajar con las manos.** Dele muchas oportunidades para desarrollar sus habilidades de motricidad fina. Anímelo a pintar y escribir. Muéstrelle cómo subir un cierre o abotonar sus prendas.
- **Lean juntos todos los días.** Anime a su hijo a sostener los libros y dar vuelta las páginas. Anímelo a “leerle” a usted también.
- **Pídale que clasifique objetos.** Pídale a su hijo que clasifique libros y juguetes de su habitación. Antes de lavar la ropa, pídale que la ponga en pilas según el tipo o el color. Hable con él sobre en qué se asemejan y en qué se diferencian dos objetos.

Use modelos a seguir para hacer hincapié en valores positivos



A pesar de usted es el modelo a seguir principal en la vida de su hijo, no tiene que ser el único.

Puede recurrir a otras personas para inculcarle a su hijo valores positivos importantes de la siguiente manera:

- **Hable sobre familiares, amigos** o personas famosas que demuestren ser personas respetuosas, responsables, compasivas o que tengan otros rasgos positivos. Asegúrese de decir cuánto los admira y por qué.
- **Lea libros** que desarrollen valores positivos. Preséntele a su hijo personajes de cuentos que tengan valores tales como la amabilidad, el respeto, la perseverancia, la tolerancia y la honestidad. Busque opciones en internet o pídale sugerencias al bibliotecario.

- **Cuéntele a su hijo** quiénes son héroes para usted. Hable acerca de personas como Ana Frank, Martin Luther King, Jr., Abraham Lincoln y la Madre Teresa. Comente las características que admira en ellos.
- **Anime a su hijo** a dibujar a las personas que admira y pídale que le diga por qué los valora. Los héroes pueden ser ficticios —de libros, películas o televisión— o personas que conoce, como un tío que trabaja como voluntario para construir casas para los demás o una abuela que trabajó muchas horas para ayudar a que un niño pudiera asistir a la universidad. Debajo de los dibujos, ayude a su hijo a hacer una lista de los valores positivos de cada persona. Cuélguelos para crear un muro de la fama.

P: Mi hijo preescolar habla bien y puede comunicar lo que quiere y lo que necesita. Pero, como va a empezar el jardín de infantes este otoño, me gustaría ayudarlo a desarrollar sus habilidades lingüísticas aún más. ¿Qué podría hacer?

Preguntas y respuestas

R: Tener habilidades lingüísticas sólidas está directamente relacionado con aprender a leer y a escribir. Cuanto más hable con su hijo, más sólidas serán sus habilidades.

Estas son algunas de las cosas que puede hacer:

- **Asegúrese de reservar** un rato cada día durante el cual su hijo sepa que usted está disponible para hablar. Muchas familias usan la hora de comer o unos minutos antes de dormir.
- **Pídale a su hijo** que le cuente sobre qué le gustaría hablar y luego coméntenlo juntos.
- **Anime a su hijo** a hacer preguntas y dele respuestas adecuadas a su edad.
- **Cuéntele a su hijo** sobre su día y anímelo a que él le cuente sobre el suyo.
- **Déjelo terminar** de hablar y hágale algunas preguntas sobre lo que dijo.
- **Hable sobre algunas de las cosas** que van a hacer los próximos días o sobre las cosas que les gustaría hacer.
- **Use palabras nuevas** que posiblemente su hijo nunca haya escuchado. Los sinónimos son útiles. Trate de usar la palabra *veloz* o *ligero* en lugar de *rápido*.
- **Dé claves del contexto** para que su hijo pueda adivinar el significado de las palabras nuevas. Por ejemplo, “¡Hace muchas horas que no comemos nada! Estoy *famélico*, ¿y tú? Me hace ruido la panza”. A partir del contexto, su hijo podrá adivinar que “famélico” significa “hambriento”.

Aventuras en el jardín de infantes

Descubra si su hijo dominó las habilidades



Los estudios revelan que los estudiantes necesitan seguir aprendiendo durante el verano. Si no lo hacen, podrían sufrir una pérdida de aprendizaje.

El aprendizaje en el verano es especialmente importante para los estudiantes de jardín de infantes que no dominan todas las habilidades que se les presentaron durante el año escolar. Saber qué es lo que su hijo debería haber aprendido este año es esencial.

Durante el verano, trabaje con su hijo, que está por pasar a primer grado, para asegurarse de que pueda:

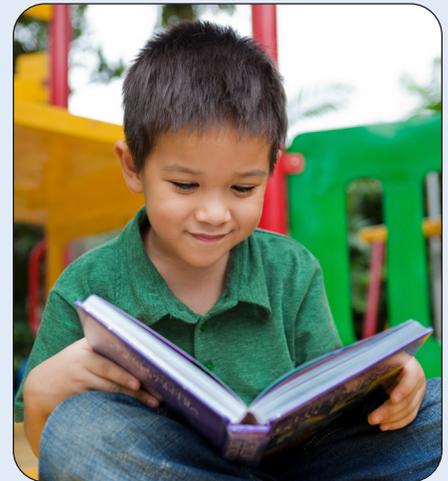
- **Escribir y reconocer** letras mayúsculas y minúsculas.
- **Buscar una palabra específica** en un texto. Diga: “Mira este párrafo y busca la palabra *gato*”.
- **Identificar palabras que riman.**
- **Identificar palabras** que comienzan o terminan con el mismo sonido, como *bote/barco* o *pato/gato*.
- **Usar dibujos para adivinar** cosas de un cuento.
- **Volver a contar un cuento** que sepa, incluyendo el principio, el desarrollo y el final.
- **Hacer y responder preguntas** sobre un cuento que usted le haya leído en voz alta.
- **Escribir su nombre.**
- **Escribir usando** ortografía fonética o inventada.
- **Contar hasta 30** de uno en uno y hasta 50 de cinco en cinco y de diez en diez.
- **Sumar y restar** usando hasta 10 objetos.
- **Responder preguntas simples** sobre cantidades: *cuántos, cuántos más, menos, todos, algunos, ninguno*.
- **Mantener una conversación** interactiva, escuchando y turnándose para hablar.

Leer en el verano mantiene sólidas las destrezas de lectoescritura

Este año, su hijo aprendió muchas habilidades de lectura nuevas en la escuela. Pero si los estudiantes no siguen leyendo durante el verano, podrían perder hasta dos meses de habilidades de lectura. Cuando lleguen a quinto grado, esos estudiantes podrían estar dos años más atrasados que los estudiantes que sí leen durante el verano.

Por lo tanto, adquiera el hábito de sumar actividades de lectura a la diversión del verano de su hijo. Siga estos pasos:

- **Lean libros juntos** sobre sus actividades veraniegas. Si van al zoológico, léale a su hijo un libro sobre los animales del zoológico.
- **Inscriba a su hijo** en el programa de lectura de verano de la biblioteca local. Muchas bibliotecas ofrecen lecturas de escritores, premios y acceso a internet. ¿Le resulta difícil ir a la biblioteca? Averigüe si hay una biblioteca móvil que pase por su vecindario o su complejo.
- **Involucre a su hijo** en actividades de lectura en línea. Visite



el sitio de la Biblioteca Digital Internacional para Niños, <http://es.childrenslibrary.org>. Este sitio galardonado ofrece listas de lectura, libros interactivos en línea gratuitos y actividades para imprimir.

- **Lleve libros a todos lados.** Vea cuántos lugares pueden encontrar para leer. Lean durante un paseo, la hora del baño, la cena y cuando reciben visitas de familiares.

Escoja actividades de verano que combinen aprendizaje y diversión



Su hijo de jardín de infantes se esforzó mucho durante el año escolar, y usted quiere que retenga todo lo que aprendió.

Pero también quiere que el verano sea relajado.

Para combinar el aprendizaje y la diversión:

- **Hagan un concurso de ortografía** familiar. Asígnele a cada miembro de la familia algunas palabras de acuerdo con el nivel de sus habilidades.
- **Lean juntos y comenten** lo que leen. Escoja libros, poemas y materiales que su hijo disfrutará.
- **Responda preguntas** sobre ciencias y la naturaleza: “¿Qué sucedería si mezcláramos pintura roja con pintura amarilla?” “¿Por qué flota ese juguete en la bañadera?” “¿Qué tipo de insecto es ese?”
- **Incluya las matemáticas** en su día. Pídale a su hijo que cuente cuántos escalones sube, mida ingredientes y busque números en todos los lugares a los que vaya.