Primera Infancia
Los Padres ¡hacen la diferencia!™
Abril 2020
Vol. 24, No. 8
Cornbelt Educational Cooperative

Ayude a su hijo a celebrar la primavera aprendiendo al aire libre

Los cambios que se producen durante la primavera se alinean a la perfección con los cambios que experimentan los estudiantes preescolares a diario. Por ese motivo, las actividades de aprendizaje al aire libre son una buena manera de fomentar el desarrollo de su hijo durante esta estación.

Con su hijo:

- **Investiguen el viento.** Su hijo, ¿sabe qué cosas vuelan con el viento? ¡Ayúdelo a descubrirlo! Haga un agujero en una tapa de plástico. Enhebre un trozo de cuerda por el agujero y haga un nudo grueso en un extremo para asegurarla. Ayude a su hijo a frotar vaselina en la tapa y cuélguela de la rama de un árbol. Después de 30 minutos, observen la tapa y vean qué cosas sopló el viento sobre ella.
- **Siembren una planta.** Muéstrele a su hijo cómo comenzar algo, cuidarlo y verlo crecer. Juntos, elijan alguna planta que crezca fácilmente. Dependiendo del clima del lugar donde viven, germine las semillas adentro de casa o plántelas afuera en la tierra. Muéstrele cómo cuidar las plantas y comente qué sucedería con ellas si su hijo dejara de cuidarlas.
- **Observen los animales.** A medida que las plantas comienzan a ponerse verdes, usted y su hijo podrán observar que vuelven a aparecer más animales. Al principio, es posible que no los vean. Pero si escuchan con atención, posiblemente los oigan. Escuchen el canto de las aves que vuelven a la zona donde viven. Podrán escuchar a las ranas croar y los sonidos que hacen distintos insectos. Escuche los sonidos por la mañana y antes de que su hijo se vaya a dormir. Escriba lo que escuchan.

Consejos de maestros para el éxito escolar

Los maestros de preescolar quieren que los primeros años de la escuela sean lo mejor posible para los niños. Estas son algunas sugerencias útiles de maestros experimentados:

- **Establezca** rutinas en casa. Tener horarios fijos para comer, dormir, jugar, leer, etc. ayuda a los niños a desarrollarse.
- **Limite** el tiempo frente a la pantalla a una hora por día. El exceso de tiempo frente a la pantalla sin supervisión afecta negativamente el desarrollo del lenguaje, las destrezas de alfabetización y las habilidades cognitivas de los niños.
- **Anime** a su hijo a seguir las reglas. Hable sobre las reglas de la clase. Nunca le diga que cree que una regla es absurda.
- **Manténgase** actualizado sobre las noticias de la escuela. Lea la información que la escuela y el maestro le envían.
- **Hable** con el maestro si a su hijo le sucede algo, por más pequeño que sea.
- **Sea** positivo. No haga comentarios negativos sobre la escuela ni sobre el maestro frente a su hijo.
- **Asegúrese** de que el cronograma de su hijo sea balanceado e incluya tiempo de descanso con la familia.

Copyright © 2020, The Parent Institute®

Copyright © 2020, The Parent Institute®

Juegos para contar y mejorar las destrezas matemáticas de su hijo

Su hijo preescolar tiene la oportunidad de desarrollar sus habilidades matemáticas cada vez que juega. Pero las matemáticas no deberían ser algo difícil en lo que hay que "trabajar". Simplemente deberían ser parte de la diversión diaria de su hijo.

Promueva esos momentos de diversión con estas actividades simples para aprender a contar:

- **Contar con pegatinas.** Escriba números en tarjetas. Dele a su hijo pegatinas pequeñas y dígale que coloque tres pegatinas en la tarjeta que tenga el número 3 y así sucesivamente. Como siempre, supervise a su hijo cuando juega con objetos pequeños.
- **Hacer árboles numéricos.** Recorte árboles en cartulina marrón y verde. Luego, recorte algunas "manzanas" en cartulina roja. Rotule el tronco de los árboles con números y dígale a su hijo que coloque el número correcto de manzanas en cada árbol.
- **Contar con carros.** Rotule carros de juguete con números. Arme garajes con cajas pequeñas y colóqueles los mismos números. Luego, dígale a su hijo que coloque cada carro en el garaje que tenga el mismo número. El carro número 1 debería ir en el garaje número 1, y así sucesivamente.

"Muchas veces, les damos a nuestros hijos respuestas para recordar en lugar de problemas para resolver".

—Roger Lewin

Cuatro maneras de celebrar el Día de la Tierra con su hijo preescolar

El 22 de abril de 2020, se celebra por 50° vez el Día de la Tierra. Es el momento ideal para enseñarle a su hijo la importancia de cuidar el medio ambiente.

Estas son cuatro formas de celebrar:

1. **Comprométase con su familia** a utilizar una menor cantidad de recursos valiosos de la Tierra. Pídale a su hijo que cierre el grifo mientras se cepilla los dientes. Anímelo a apagar la luz cuando salga de una habitación.
2. **Busque nuevos usos** para las cosas viejas. Nadie tiene suficiente lugar para guardar *todo*. Al transformar algunos objetos en lugar de tirarlos, le enseñará a su hijo sobre la reutilización. Reutilice un frasco de mermelada vacío como florero. Decore bolsas de papel para armar portadas de libros. Guarde botellas de plástico de dos litros para usarlas como bolos.
3. **Use materiales de la naturaleza** para hacer obras de arte. Den una caminata y busquen piedras, hojas de los árboles, plumas, pétalos de flores caídos o cualquier cosa que su hijo considere bonito o interesante. Llévenlos a casa para hacer un collage o para añadirlos a una imagen.
4. **Hable sobre la basura.** ¿Qué sucede con las cosas que tiramos a la basura? Muéstrele a su hijo un camión de basura y explíquele que traslada los residuos a un gran basurero, llamado vertedero. Coméntele algunas cosas que podemos hacer para evitar que los vertederos se llenen demasiado, como reciclar.

¿Le está enseñando a su hijo cómo seguir las reglas?

A los niños que se les exige que sigan reglas en casa les resulta más fácil seguir las reglas en la escuela. Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para determinar si usted le está enseñando a su hijo preescolar a seguir las reglas:

___**1. ¿Establece** algunas reglas básicas que ayuden a que la vida transcurra sin problemas? Esta lista debería ser corta para no confundir ni abrumar a su hijo.

___**2. ¿Aplica** rutinas que le permiten a su hijo cooperar? Hacer las cosas de la misma manera todos los días hace que a los niños les resulte más fácil recordar cómo hacerlas.

___**3. ¿Explica** las reglas de manera simple? Sea claro y específico. "Di *por favor* y *gracias*" es mejor que "Sé cortés".

___**4. ¿Hace** cumplir las reglas siempre? Hacer concesiones sobre las reglas confunde a los niños.

___**5. ¿Ajusta** las reglas cuando su hijo está listo? A medida que su hijo madure, muéstrele que está orgulloso de él y que confía en sus nuevas habilidades.

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de las respuestas fueron *sí*, está haciendo un buen trabajo animando a su hijo a respetar las reglas. Para cada respuesta *no*, pruebe la idea correspondiente.

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.

467546

 Copyright © 2020, The Parent Institute®

Enséñele a su hijo cuál es la diferencia entre *contar* y *chismosear*

A los preescolares les encanta chismosear unos sobre otros. Sin embargo, a la mayoría de los padres no les agrada tanto. Y a los maestros, que tienen 20 chismosos o más en la clase, les agrada aún menos.

Estas son algunas de las estrategias que puede usar para romper con este hábito en su hijo:

- **Dígale a su hijo** que solo lo escuchará cuando le *cuente* cosas, y no cuando *chismosee*. *Contar* es cuando su hijo le da información que puede evitar que otro niño se lastime. Por ejemplo, si su hijo le cuenta que su hermana de dos años está jugando con fósforos.

  Chismosear es cuando su hijo le da información que puede poner en problemas a otro niño. Por ejemplo, si su hijo le cuenta que su hermana fue a la despensa y se comió las galletas que quedaban.
- **Para reforzar la diferencia** entre *contar* y *chismosear*, haga estas dos preguntas cada vez que su hijo chismosee:
  1. ¿Se lastimó alguien?
  2. ¿Se podría lastimar alguien?
  Si la respuesta es *no*, simplemente dígale, "No chismosees" y dirija su atención a otra cosa.
- **Sea empático.** Puede reconocer cómo se siente su hijo por lo que hizo su hermana sin castigar a su hermana por lo que usted no vio. "Me doy cuenta de lo molesto que estás porque tu hermana se comió todas las galletas. Quiero que se lo digas a *ella* en lugar de decírmelo a mí".

Dele muchas oportunidades para resolver problemas a su hijo

Su hijo tiene la capacidad de pensar. Pero hasta dónde llegará con esa capacidad dependerá de cuánto la ponga en práctica. Durante los años de la escuela preescolar, nadie está en un mejor lugar que usted para estimular el pensamiento de su hijo.

Para darle a su hijo preescolar oportunidades para pensar y resolver problemas:

- **Ayúdelo a anticiparse.** Es posible que su hijo haga lo que usted le pida si le da una orden como "¡Ordena los juguetes ya mismo!" Pero no hará que ponga su mente en uso.

  En cambio, dígale "Voy a poner tres minutos en el temporizador. Quiero que ordenes tantos juguetes como puedas antes de que se acabe el tiempo". Ahora su hijo tiene tiempo para pensar: "Es la hora de guardar los juguetes. ¿Qué debería guardar primero? ¿Dónde debería poner mis juguetes?"
- **Pregunte, pregunte, pregunte.** Hay pocas actividades que hagan a pensar a los niños más que responder preguntas con más de una palabra. Adquiera el hábito de preguntarle a su hijo "¿Por qué?" Incluso podría dar vuelta las preguntas de "por qué" que su hijo le haga a usted y pedirle que las responda él. Si su hijo pregunta "¿Por qué tomaste el paraguas?", pregúntele "¿Por qué crees que lo hice?" Asegúrese de usar un tono amable.
- **No salga al rescate.** Si su hijo dice "No puedo ponerme el zapato", no se lo ponga por él. En cambio, hágale una sugerencia: "¿Y si desajustas las agujetas?"

P: Durante los fines de semana, destino la mayor parte de mi tiempo a jugar con mi hijo de cuatro años. Leemos, armamos rompecabezas, jugamos con bloques y salimos. Sin embargo, creo que sería bueno para él jugar un poco solo también. ¿Qué puedo hacer para animarlo a jugar de manera independiente?

Preguntas y respuestas

R: Tiene toda la razón. A los cuatro años, los niños están listos para aprender a jugar solos durante períodos breves. Con frecuencia, los momentos de mayor creatividad de los niños suceden cuando sus padres no están encima de ellos.

Pruebe las siguientes estrategias para fomentar la independencia y darle un poco de espacio a su hijo:

- **Esté disponible** cuando su hijo lo necesite. Si su hijo preescolar *realmente* necesita su atención, bríndesela durante algunos minutos. Luego, sugiera alguna actividad divertida que pueda hacer por su cuenta. La mayoría de los niños juegan mejor solos luego de pasar un rato a solas con sus padres.
- **Designe juguetes,** juegos y útiles especiales para que su hijo use cuando juegue solo. Reserve algunas de sus cosas favoritas, como un rompecabezas, papel y rotuladores lavables o una caja con prendas viejas para disfrazarse. Sáquelos solo cuando quiera que su hijo se entretenga.
- **Permítale que trabaje** a su lado. Si su hijo quiere estar con usted pero usted tiene que trabajar, permítale hacer su propio "trabajo". Si usted está pagando cuentas, dele un cuaderno y crayones. Si usted está ocupado preparando la cena, dele una tarea en la que pueda trabajar en la mesa de la cocina, como emparejar y doblar las medias limpias.

Copyright © 2020, The Parent Institute®

Aventuras en el jardín de infantes

Busque libros nuevos en la biblioteca todas las semanas

Es maravilloso tener una biblioteca en el hogar para su hijo de jardín de infantes, pero muchas familias no tienen ni el dinero ni el espacio para guardar decenas de libros. Pero si van a la biblioteca todas las semanas, su hijo podrá leer libros nuevos de manera gratuita.

Estos son algunos consejos para sacar un mayor provecho de las visitas a la biblioteca:

- **Ayude a su hijo** a conseguir su propia credencial de la biblioteca. Conseguirle su propia tarjeta lo hará sentirse orgulloso y aún más emocionado por sacar libros.
- **Anime a su hijo** a llevar una bolsa de casa para poder llevar los libros que seleccione al mostrador por su cuenta.
- **Decida con anticipación** cuántos libros puede llevar su hijo a casa. Así evitará las luchas de poder en el mostrador antes de salir de la biblioteca.
- **Repasen juntos las reglas** de la biblioteca. Recuérdele a su hijo: "Habla en voz baja para no molestar a quienes están leyendo".
- **Preséntele a su hijo** al bibliotecario de la sección de niños. Anímelo a hacerle preguntas, como "¿Hay libros sobre animales?"
- **Busque un lugar** en la biblioteca para sentarse con su hijo una vez que haya seleccionado algunos libros. Pídale que los mire y que haga la selección final.
- **Asegúrese de que su hijo** tenga un lugar especial en casa para guardar los libros de la biblioteca. Hable con él sobre la importancia de cuidar los libros para que otros niños también puedan disfrutarlos.

Refuerce las habilidades de lenguaje oral de su hijo en casa

El lenguaje es la base de la experiencia en el jardín de infantes. Su hijo usa el lenguaje para obtener y compartir información. Lo usa para expresar lo que necesita y procesar lo que escucha. Practicar las habilidades orales puede ayudarlo a construir una base sólida para la lectura.

Para reforzar las habilidades lingüísticas de su hijo de jardín de infantes en casa:

- **Dele oportunidades para hablar.** Préstele toda su atención, haga contacto visual y use expresiones faciales para demostrarle interés.
- **No complete las oraciones** por él. Si de traba tratando de pensar una palabra, dele el tiempo que necesite para pensar y expresarse.
- **Exíjale que lo escuche** y lo mire cuando usted le habla. De vez en cuando, pídale a su hijo que repita lo que usted le dijo.

- **Enriquezca su vocabulario.** Preséntele palabras nuevas durante sus conversaciones. Por ejemplo, "Gracias por ayudarme a ordenar tus juguetes esta tarde. ¡Tuvimos un día muy *productivo*!"

El movimiento mejora las destrezas de pensamiento y la memoria

El ejercicio hace que el corazón de su hijo lata más rápido y llegue más oxígeno al cerebro. Las investigaciones relacionan esto con una mejora en las habilidades de pensamiento y la memoria.

Para mantener a su hijo activo:

- **Establezca horarios fijos** para hacer ejercicio y cúmplalos. Piense en qué momento es más probable que su hijo tenga más energía.
- **Túrnense para elegir** los ejercicios. Si a su hijo le encanta el fútbol, por ejemplo, asegúrese de que juegue al menos una vez por semana.
- **Planifique actividades** que hagan que su hijo sienta que le va bien. No lo haga hacer deportes que requieran demasiada agilidad o que sean muy difíciles para él.
- **Usen menos el carro** y hagan más ejercicio. Piense con su hijo en qué casos es innecesario usar el carro. ¿Podrían ir caminando a la biblioteca? ¿Ir en bicicleta a la tienda?
- **Use el ejercicio** el lugar de la comida como recompensa. "Cuando ordenes tus juguetes, podremos ir al parque".
- **Controle las actividades pasivas,** como jugar a videojuegos o ver TV. Busque un equilibrio entre eso y el tiempo de juego activo.
- **Lleve un registro de actividades.** Es divertido mirarlo y ver todas las maneras en que su familia se mantiene activa.