

Los PadresTM

¡hacen la diferencia!



Convierta las tareas diarias en actividades matemáticas divertidas

Que los niños participen de ciertas actividades puede causar un impacto positivo en sus conocimientos sobre los números tanto en la escuela preescolar como más adelante. Afortunadamente, estas actividades matemáticas no son complicadas, y son fáciles de incorporar en las actividades diarias que hace con su hijo.

Estas son algunas de las actividades que se ha demostrado que mejoran las habilidades matemáticas de los niños.

- **Clasificar.** Ordenar objetos en categorías ayuda a los niños a comprender conceptos matemáticos básicos. Para que sea emocionante, convierta la actividad en un desafío. “Bueno, veamos quién es el primero en encontrar cinco figuras cuadradas en la sala de estar”. O “¿Qué tan rápido puedes encontrar seis pares de calcetines en esta pila de ropa limpia?”

- **Cocinar y hornear.** Cuando le pide a su hijo que mida media taza de harina o le dé dos huevos, está presentando conceptos matemáticos como *cantidad* y *fracciones*. Estas actividades son educativas, ¡aunque su hijo solo pensará en lo delicioso que es lo que está preparando!
- **Manipular dinero.** Cuando compre algo con efectivo, señáleselo a su hijo. “Este galón de leche cuesta \$4,03. Necesitamos cuatro billetes de un dólar y tres peniques”.
- **Jugar a juegos de mesa.** Tirar los dados y mover piezas en un tablero ofrece lecciones prácticas de conteo. Además, los juegos de mesa también se pueden usar para enseñarle a su hijo a ser un buen ganador y perdedor.

Fuente: B. Mutaf-Yildiz y otros, “Frequency of Home Numeracy Activities Is Differentially Related to Basic Number Processing and Calculation Skills in Kindergartners,” *Frontiers in Psychology*, Frontiers Media.

La música ayuda a mejorar destrezas lingüísticas



A la mayoría de los niños les encanta cantar. Esa es una buena noticia porque cantar es una manera eficaz

de fortalecer las habilidades de comunicación.

Estas son algunas actividades musicales divertidas que puede disfrutar con su hijo:

- **Aprendan** tantas canciones infantiles como puedan. Pídale a su hijo que lo ayude a encontrar algunas en la biblioteca o en internet. Cántenlas juntos al menos una vez por día. Combinar canciones con una actividad, como *Ringa, Ringa, rosas*, fomenta el juego activo y también fortalece los músculos.
- **Experimenten** con distintos tipos de canto, como cantar en ronda. (Para hacer esta actividad, cada persona canta la misma melodía, pero comienza en un momento diferente). Algunas de las canciones que pueden usarse incluyen *Rema, rema tu bote* y *¿Estás dormido?*
- **Muéstrele** a su hijo su música favorita. (Asegúrese de que las letras sean adecuadas para la edad). Su hijo disfrutará escuchar música con usted y aprender a cantar.

Fuente: N. Politimou y otros, “Born to Speak and Sing: Musical Predictors of Language Development in Preschoolers,” *Frontiers in Psychology*, Frontiers Media.

Los proyectos de arte encienden la creatividad y enseñan destrezas útiles



Los niños pequeños deberían tener oportunidades de crear arte varias veces a la semana. No importa qué hagan ni si terminan el proyecto. Lo que importa es que usen la creatividad y que disfruten de hacer algo.

Cuando los niños preescolares crean arte, aprenden a:

- **Asumir riesgos.** “¡Voy a hacer una obra de arte completamente nueva hoy!”
- **Hacer un plan.** “Sé lo que quiero hacer. Primero, voy a juntar los útiles. Después, voy a...”
- **Resolver problemas.** “Quiero pintar el sol, pero no tengo un crayón amarillo. Creo que voy a usar naranja en su lugar.”
- **Trabajar con dimensiones.** “Quiero que la figura que recorté entre en

esta hoja, pero es demasiado grande. Tendré que achicarla”.

- **Experimentar.** “¡Mira lo que sucedió cuando mezclé blanco y rojo! ¡Se formó rosa!”
- **Ser independientes.** “Puedo hacer el dibujo solo sin que nadie me ayude”.
- **Sentirse satisfechos con ellos mismos.** “¡Mira lo que he creado! Estoy muy orgulloso de mí mismo”.

Fuente: “Better Kid Care: Children’s Art,” Penn State’s Extension, Penn State University College of Agricultural Sciences.

“Todos los niños nacen artistas; el problema es cómo seguir siendo artistas al crecer”.

—Pablo Picasso

Una buena nutrición es esencial para el futuro éxito académico de su hijo



Lo que los niños comen afecta la manera en la que piensan y sienten. Y según las investigaciones, los niños que llevan una dieta equilibrada tienen más probabilidades de cosechar beneficios académicos. La alimentación saludable mejora:

- **La concentración.** Cuando los niños están sanos, están más atentos y logran concentrarse con más facilidad.
- **La memoria.** Si los niños se saltean una comida, es posible que les cueste recordar lo que aprendieron.
- **Los logros.** Los niños que no se alimentan bien tienen más probabilidades de repetir el grado que sus compañeros. También suelen obtener calificaciones más bajas en matemáticas y en los exámenes estandarizados.
- **El comportamiento.** Los niños desnutridos tienen tasas más altas de

suspensión escolar que sus compañeros mejor alimentados. También son más propensos a discutir o pelear con sus compañeros.

Ayudar a su hijo a establecer hábitos de alimentación saludables ahora dará sus frutos en la escuela más adelante.

Los estudios muestran que es más probable que los niños coman alimentos saludables si sus familias:

- **Les dan opciones.** Permita que su hijo escoja entre dos bocadillos (como manzanas y duraznos, o zanahorias y apio).
- **Hacen que sea divertido.** Forme una cara sonriente o un arcoíris con trozos de fruta.
- **Cocinan en conjunto.** Invite a su hijo a la cocina para ayudarlo a cocinar. Cuando los niños participan en el proceso de preparar comidas saludables, tienen más ganas de comerlas.

Fuente: Kansas State University, “Winning the war: How to persuade children to eat more veggies,” ScienceDaily.

¿Está ayudando a su hijo a aprender de sus errores?



Los errores son parte del aprendizaje, y aprender a manejarlos ayudará a su hijo a superar las dificultades en la escuela.

¿Está criando a su hijo de manera tal que tenga una actitud positiva frente a los errores? Responda *sí* o *no* para averiguarlo:

___1. **¿Tiene** expectativas realistas sobre su hijo preescolar? De esa manera, evita corregir su comportamiento a tal punto que se desanime.

___2. **¿Habla** con su hijo sobre sus expectativas?

___3. **¿Pregunta** si su hijo preescolar necesita ayuda cuando ve signos de frustración después de varios intentos?

___4. **¿Le hace** saber a su hijo que todos cometen errores?

___5. **¿Le dice** a su hijo que los errores les dan a las personas la posibilidad de corregir lo que hicieron mal y hacerlo bien la próxima vez? Por ejemplo, si su hijo derrama leche, diga, “No te preocupes. La próxima vez, intenta verterla lentamente para no derramarla”.

¿Cómo le está yendo?

Cada respuesta *sí* significa que le está enseñando a su hijo preescolar a pensar de manera positiva sobre sus errores. 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.

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 © 2024, 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.

La utilería puede mejorar la imaginación y el juego simbólico



Cuando los niños se involucran en el juego simbólico, desarrollan habilidades que usarán a lo largo de sus años escolares. El juego simbólico aumenta la creatividad, la comunicación y la concentración.

Fomente y guíe el juego simbólico de su hijo sumando utilería. Pruebe las siguientes opciones:

- **Cartas.** Imaginen que están en un restaurante. Cree una carta o use una carta de comida para llevar de un restaurante. Túrnense para jugar a ser el cliente o el camarero.
- **Libros.** Imagine que van a la biblioteca a buscar libros. ¿Qué le agrada leer a su hijo? Organice algunos libros que tenga en su casa. Luego, túrnense para “alquilar los libros”.
- **Letreros.** Creen una “zona de construcción”. ¿Qué letreros verían? Haga

letreros con su hijo que digan *alto*, *sigas*, *disminuya la velocidad*, entre otros. Luego, permita que su hijo dirija el tránsito.

- **Teléfonos.** Simule una llamada telefónica a su hijo y hágale preguntas. Comente la importancia de hablar en voz alta y clara al hablar por teléfono.
- **Animales de peluche.** Ponga algunos animales de peluche en fila y haga de cuenta que están en un salón de clases. Túrnense para ser maestro y estudiante.
- **Ollas, sartenes y una cuchara de madera.** Su hijo puede pretender ser el conductor de un programa de cocina y explicar los pasos que hay que seguir para preparar algo.
- **Disfraces.** Junte algunos sombreros, gafas de sol, zapatos y abrigos. Pídale a su hijo que se disfrace de alguien y que luego le dé pistas sobre el personaje que se está representando.

Demuestre la importancia de escuchar con atención y respeto



Las familias suelen centrarse en ayudar a sus hijos a aprender a hablar, pero los niños también deben aprender a escuchar.

Para lograr el éxito en la escuela, deben prestar atención a lo que dice el maestro y, luego, actuar a partir de lo que escuchan. Puede ayudar a su hijo a desarrollar sus habilidades de audición de muchas maneras.

En primer lugar, sea un buen modelo a seguir. Para dar un buen ejemplo, préstele toda su atención cuando su hijo esté hablando. Haga contacto visual. Sonría y asienta con la cabeza. Repita lo que dice su hijo para demostrarle que lo ha escuchado y lo comprende.

Luego, hablen sobre la importancia de escuchar con respeto. Su hijo no debería hacer ruido ni saltar de un lado a otro mientras escucha. Además, explíquele por qué no es aceptable hablar mientras otro está hablando.

Estas son algunas maneras más de mejorar las habilidades de audición:

- **Use una voz** que ayude a su hijo a escuchar. No hable ni muy rápido ni en voz muy alta.
- **Dele a su hijo instrucciones** de varios pasos. “Ve a tu habitación, busca tus zapatos, tráelos aquí y permíteme ayudarte a amarrarte los cordones”.
- **Combine palabras y acciones.** Hable sobre lo que está haciendo mientras lo hace.
- **Escuchen audiolibros.**
- **Participe de una lectura de cuentos** en internet. Consulte storylineonline.net/library (en inglés).
- **Comience a contar cuentos** más y más largos una vez que su hijo demuestre interés.
- **Jueguen a juegos de audición.** Salgan juntos al aire libre y cierren los ojos. ¿Qué sonidos escuchan?

P: De repente, mi hijo de cuatro años se ha puesto nervioso por ir a la escuela preescolar y no quiere volver. Estoy confundido porque estaba muy entusiasmado cuando empezó en otoño. ¿Qué podría estar sucediendo y cómo puedo ayudar a mi hijo a adaptarse?

Preguntas y respuestas

R: A muchos niños les resulta difícil adaptarse a las rutinas y las expectativas de preescolar. Sin embargo, con su ayuda, esto debería ser temporal.

Estas son algunas estrategias que ayudarán a su hijo preescolar a adaptarse:

- **Deje el drama a un lado.** Llegar a la escuela preescolar es un hito. Pero hacer que parezca muy importante puede hacer que los niños se pongan aún más nerviosos. En su lugar, hable sobre las actividades divertidas, los amigos nuevos y las cosas interesantes que su hijo aprenderá allí.
- **Anime a su hijo a hablar.** A veces, hay un único aspecto de la escuela preescolar en el que un niño se fija que le genera ansiedad. Pregunte específicamente qué le está molestando a su hijo. Podría ser capaz de aliviar la ansiedad con una explicación.
- **Controle sus propias emociones.** A muchos padres se les ponen los ojos llorosos cuando su “bebé” empieza el preescolar. Si ese es su caso, haga lo posible para esconder las lágrimas. Sonría con valentía, y es posible que su hijo haga lo mismo.
- **Trabaje con los maestros.** Los maestros de preescolar tienen experiencia en ayudar a los niños a adaptarse. Comparta sus preocupaciones con el maestro y pídale recomendaciones adicionales, de ser necesario.
- **Lean libros** sobre la escuela y comparta su propia experiencia positiva para fomentar el entusiasmo de su hijo.

Aventuras en el jardín de infantes

Inculque el sentido de responsabilidad en su hijo



Ahora que su hijo está en el jardín de infantes, es hora de demostrar cómo ser un estudiante responsable.

Tal vez ya le asigne responsabilidades a su hijo en la casa. Los expertos están de acuerdo con que los niños desarrollan el sentido de responsabilidad cuando ven que su trabajo hace una contribución al bienestar en el hogar. Este concepto también aplica a la escuela.

Asigne tareas significativas para ayudar a su hijo a desarrollar un sentido de responsabilidad con respecto a la escuela. Podría:

- **Hacer un calendario** grande para colgar en la pared. Ayude a su hijo a marcar ciertos días para llevar un registro de las responsabilidades. *Regresar los libros a la biblioteca el miércoles. Ponerse zapatillas los viernes para la clase de gimnasia.*
- **Colocar una caja** en la habitación de su hijo para las cosas de la escuela. Su hijo puede colocar allí su trabajo escolar terminado y cualquier otra cosa que necesite para la escuela. Pídale que revise la caja al preparar la mochila para la escuela.
- **Darle a su hijo una alarma.** Configúrenla juntos para un horario que le dé a su hijo tiempo suficiente para prepararse y desayunar. Escojan las prendas la noche anterior.
- **Ayudar a su hijo** a trazarse una meta para la escuela al comienzo de cada semana. Escríbala. Repásenla juntos al final de la semana. Si su hijo no logra la meta, creen un plan de mejora.
- **Crear un contrato** que indique las responsabilidades de ambos. Por ejemplo, su hijo acepta practicar la lectura *antes* de jugar. Usted acepta leer libros en voz alta todos los días.

Revisar los trabajos les da a las familias un vistazo del aprendizaje

Cuando los niños de jardín de infantes traen trabajos escolares a casa, es una oportunidad maravillosa para que las familias aprendan más sobre lo que sus hijos están aprendiendo y cómo les va en la escuela. Revisar el trabajo de su hijo es una oportunidad para:

- **Participar en el aprendizaje** de su hijo. Comente qué tipo de trabajo está haciendo su hijo. Busque nuevas maneras de aplicar las habilidades nuevas en la vida cotidiana. Por ejemplo, “Si te doy una de mis galletas, ¿cuántas tendrás?”
- **Supervisar el progreso.** Las familias suelen ser quienes plantean preocupaciones sobre el aprendizaje de sus hijos primero. Esto es muy útil para el maestro. “Parece que Maxi está teniendo problemas para identificar las formas. ¿Cómo puedo ayudar a mi hijo a desarrollar esta habilidad?”



- **Crear una rutina de aprendizaje.** Establecer hábitos para hablar sobre el trabajo escolar ahora puede fomentar una actitud positiva hacia el aprendizaje que beneficiará a su hijo en los años venideros. Saber que usted se toma el aprendizaje con seriedad motivará a su hijo a esforzarse al máximo.

Siga estos pasos si su hijo se mete en problemas en la escuela



Recibir un llamado telefónico del maestro para decirle que su hijo se está portando mal nunca es agradable. Pero si toma medidas rápidamente, casi siempre podrá cortar el problema de raíz. Siga los siguientes pasos:

1. **Escuche al maestro.** A los maestros no les agrada llamar a las familias para informarles un problema con un estudiante. Por lo tanto, que el maestro lo llame significa que está sucediendo algo que evita que su hijo de jardín de infantes aprenda. Escuche con paciencia.

2. **Trabaje con el maestro.** Es probable que el maestro haya experimentado un problema similar previamente. Haga preguntas como, “¿Qué recomendaciones? ¿Qué puedo hacer en casa para ayudar?” Hagan un plan en conjunto.
3. **Hable con su hijo.** Diga que usted y el maestro son un equipo y que ambos quieren ayudar a su hijo. Repasen las reglas escolares juntos. Explíquelo que seguir las reglas no siempre es fácil, pero es algo que todos deben hacer para que la escuela sea un lugar feliz para aprender.