

Los Padres

¡hacen la diferencia!

Region 16 ESC Title III Program



Desarrolle las habilidades de pensamiento con cinco conceptos

Su hijo preescolar desarrolla habilidades de pensamiento cuando examina la relación entre las cosas. Para ayudarlo a hacer conexiones, preséntele los siguientes conceptos:

- 1. Similitudes y diferencias.** Dele dos objetos a su hijo, como una manzana y una naranja. Pídale que le diga en qué se diferencian. Luego, pídale que indique en qué se asemejan.
- 2. Patrones.** Muéstrelle cómo hacer un patrón simple. Dibuje un círculo, luego un cuadrado, luego un círculo. Pregúntele a su hijo qué sigue luego.
- 3. Clasificación.** Use juguetes para enseñarle a su hijo cómo agrupar las cosas que son similares. Pídale que coloque sus libros en una pila y sus animales de peluche en otra pila. O puede agrupar los objetos por tamaño y por color.
- 4. Hecho y opinión.** Haga una afirmación fáctica, como “El brócoli es un vegetal verde”. Dígale a su hijo que esta afirmación es un *hecho*. Luego diga “Creo que el brócoli es el vegetal que tiene mejor sabor”. Explique que esta es una *opinión*. Luego, pregúntele lo que piensa. Hágale saber a su hijo que puede tener sus propias opiniones sobre lo que más le agrada.
- 5. Causa y efecto.** Comente cómo una cosa sucede como resultado de otra y anime a su hijo a hacer predicciones. Por ejemplo, diga: “Veo muchas nubes en el cielo”. ¿Qué crees que pasará?”

La música puede ayudar a enseñar el lenguaje



A la mayoría de los niños les encanta cantar. Esta 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 buscar algunas en la biblioteca o en internet. Cántenlas al menos una vez por día. Combinar canciones infantiles 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 *Arroz con leche* y *El barquito chiquitito*.
- **Muéstrele** a su hijo su música favorita. (Asegúrese de que las letras sean adecuadas para la edad). Su hijo disfrutará de escuchar música con usted mientras aprende a cantar.

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

Salga a observar los tesoros de la naturaleza con su hijo preescolar



Los niños preescolares ayudan a los adultos a apreciar las pequeñas cosas de la naturaleza, como la belleza de una telaraña, una roca o una hoja caída.

Exploren el mundo juntos para maximizar el interés de su hijo y desarrollar sus habilidades de observación. Incluso puede convertirlo en un juego. Cuando salga con su hijo:

1. **Lleve su teléfono inteligente** o materiales de dibujo para capturar imágenes de lo que descubren. Anime a su hijo a buscar objetos interesantes. Diga: “Encontremos 10 cosas afuera que nunca hayamos visto”.
2. **Tome una foto o haga un dibujo** cuando su hijo vea algo nuevo. “¡Hay un nido en ese árbol!” o “¡Vaya! ¡Eso es un hormiguero

enorme!” Permita que su hijo lo ayude a registrar el recuerdo.

3. **Miren las fotos o los dibujos** cuando lleguen a casa. Repasen qué son y hablen sobre el tema. Luego, tórnense para cubrir la mayor parte de cada imagen. ¿Puede adivinar qué están viendo? Desafíe a los demás miembros familiares a descubrirlo también.
4. **Investiguen más.** Usen internet para aprender más sobre lo que encontraron al aire libre.

“Mira profundamente en la naturaleza y entonces comprenderás todo mejor”.

—Albert Einstein

Los maestros comparten estrategias disciplinarias que funcionan



Es fácil caer en la trampa de la disciplina con los estudiantes de preescolar y usar siempre el mismo enfoque, incluso cuando ya

no parece funcionar. Tal vez sea decir *no* una y otra vez. Tal vez sea levantar la voz más de lo que le agradaría.

Si esto le suena familiar, aquí tiene algunas de las estrategias que usan muchos maestros de preescolar con éxito:

- **Concentre más su atención** en el comportamiento adecuado. Los maestros saben que a veces los estudiantes se portan mal solo para que les presten atención. Entonces, en lugar de centrarse en lo que su hijo hace mal, céntrese en lo que hace bien y luego dele un gran abrazo. Su hijo no tardará en darse cuenta de que recibe más atención cuando se porta bien que cuando se porta mal.

- **Intente cambiar de escenario.** Los maestros a veces llevan a un estudiante que se está portando mal a otro salón para ayudarlo a calmarse. Pruebe esta misma técnica en casa. Una caminata de 10 minutos al aire libre con usted podría ser más útil para mejorar el comportamiento de su hijo que regañarlo.
- **Hágale recordatorios.** Para ayudar a los estudiantes a tomar mejores decisiones, los maestros les recuerdan cuál es el comportamiento adecuado. Por ejemplo, le ha dicho a su hijo muchas veces que no meta la mano en la pecera, pero lo hace de todas formas. Es posible que la pecera lo tienta tanto que olvide sus advertencias. Es necesario que inter venga *antes* de que su hijo llegue a la pecera, *no después*. Diga: “Recuerda, Carlos, podemos usar los ojos para mirar a los peces, pero no podemos usar las manos para tocarlos”.

¿Le está mostrando a su hijo cómo ser generoso?



Es el momento del año para empezar a pensar en la generosidad. Al dar, los niños aprenden habilidades sociales y emocionales

valiosas, como preocuparse por los demás y conectar con ellos.

Dar es un hábito que puede fomentarse fácilmente en casa. ¿Está desarrollando este hábito en su hijo? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para averiguarlo:

1. **¿Habla** con su hijo sobre la importancia de ser generosos?
2. **¿Lleva** a su hijo con usted cuando ofrece su tiempo para una actividad de voluntariado y le cuenta por qué hace donaciones a ciertas organizaciones benéficas?
3. **¿Anima** a su hijo a celebrar los días festivos y los cumpleaños dándoles a los demás?
4. **¿Se compromete** a donar durante todo el año en lugar de solo durante las fiestas?
5. **¿Felicita** a su hijo cuando dona algo o comparte?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de las respuestas fueron *sí*, su hijo está bien encaminado para ser una persona generosa. 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 © 2021, The Parent Institute, una división de PaperClip Media, Inc., una entidad independiente y privada. Empedor con igualdad de oportunidades.

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

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Los libros ofrecen una ventaja cuando se trata del vocabulario



Según las investigaciones, leerle en voz alta a su hijo preescolar podría ser la mejor manera de que desarrolle su vocabulario. ¿Qué

hace que el proceso sea una herramienta tan poderosa o que impulse la inteligencia lingüística de los niños pequeños? Entre otras cosas, escuchar cuentos leídos en voz alta le da a su hijo:

- **Exposición a palabras desconocidas.** Su hijo escucha palabras nuevas cuando usted le habla, pero encontrará aún más de ellas en los cuentos. De hecho, es hasta tres veces más probable que escuche un término poco común en un libro que cuando habla con usted.
- **Ejemplos de nuevas maneras de usar palabras conocidas.** Lo más probable es que usted use las mismas palabras y frases una y otra vez cuando habla con su hijo preescolar, ¡es normal! Sin embargo, escuchar cuentos les da a los niños la oportunidad de escuchar incluso

palabras comunes usadas de formas diferentes o inesperadas.

- **Indicios de cómo funciona la gramática.** Leer expone a su hijo al “ritmo” de las oraciones. También le permite ver cómo se ven las palabras y las letras en una página. Esa información le resultará útil cuando comience a leer.

Eso no significa que no deba tener conversaciones con su hijo. No hay nada que sustituya la calidez y la tranquilidad que generan los intercambios francos e íntimos. Además, al mostrarle cómo hablar con alguien, lo está ayudando a desarrollar una habilidad social valiosa.

Sin embargo, cuando quiera centrarse en mejorar el conocimiento de las palabras de su hijo preescolar, ¡tome un libro y lean juntos!

Fuente: D.W. Massaro, “Two Different Communication Genres and Implications for Vocabulary Development and Learning to Read,” *Journal of Literacy Research*, SAGE Publications.

Siga estas reglas de los medios digitales para niños preescolares



Es importante que los padres ayuden a los niños pequeños a desarrollar hábitos saludables para usar los medios digitales.

Además de limitar la cantidad de tiempo que los niños pasan frente a las pantallas, la Academia Americana de Pediatría anima a las familias a:

- **Elegir sabiamente.** Las investigaciones asocian los juegos y los programas educativos como *Plaza Sésamo* con habilidades orales, matemáticas y de preparación para la escuela. Cuando sea posible, miren ese tipo de programas y jueguen juntos para potenciar el aprendizaje. Comenten lo que ven.
- **Mirar televisión y jugar durante el día.** El uso nocturno de la televisión,

la computadora y los videojuegos puede tener un impacto negativo sobre el sueño. Las luces brillantes y la emoción no forman parte de una rutina nocturna tranquila. En su lugar, lean sus libros favoritos, ponga música relajante, cuente cuentos o platiquen con tranquilidad antes de acostarse.

- **Limitar la exposición a avisos publicitarios.** Hay muchas maneras de evitar las publicidades que afectan los hábitos de alimentación y uso de la televisión, entre otros. Grabe los programas (y saltee las publicidades), considere ver programas gratuitos *on demand* y miren canales libres de publicidades.

Fuente: “Healthy Digital Media Use Habits for Babies, Toddlers & Preschoolers,” American Academy of Pediatrics.

P: Mi hijo va a cumplir cuatro años y está tratando de dejar la siesta. Dice que no tiene sueño, pero no creo que sea así. No puedo llevarlo a ningún lado por la tarde porque se duerme en el carro enseguida. También se pone de mal humor desde la hora de la cena hasta la hora de acostarse. ¿Cuánto necesita dormir y cómo puedo ayudarlo a dormir lo suficiente?

Preguntas y respuestas

R: Aunque su hijo proteste, usted tiene razón. Todas las señales que describe indican que necesita dormir más de lo que está durmiendo.

La Academia Americana de Pediatría recomienda que los niños de tres a cinco años duerman entre 10 y 13 horas cada 24 horas. Hay pocas cosas más importantes para el crecimiento y el éxito de un niño que dormir suficiente.

Para ayudar a su hijo a descansar:

- **Intente adelantar** la hora de acostarse. A algunos padres podría resultarles tentador que sus hijos se duerman más tarde porque trabajan durante el día y quieren pasar tiempo con sus hijos por la noche. Es entendible, pero podría no ser la mejor opción si su hijo está de malhumor durante ese tiempo.
- **Siga una rutina.** Primero, intente darle el almuerzo a su hijo a la misma hora todos los días. Después de hacer eso durante una semana, trate de que se acueste tan pronto termine de comer. Es normal que a los niños les dé sueño después de almorzar, y es posible que así vuelva a dormir la siesta.
- **Insista con los momentos de tranquilidad.** No se puede forzar a un niño a dormir. Entonces, si no hay forma de que se duerma, al menos imponga el descanso. Durante una hora después del almuerzo, haga que se quede un rato tranquilo en su habitación con libros y animales de peluche.

Aventuras en el jardín de infantes

Mantenga un equilibrio sano en el horario de su hijo



Es normal que usted quiera estructurar la vida de su hijo para que se mantenga encaminado hacia el éxito. Pero si programa prácticamente todos los minutos del tiempo en que su hijo está despierto con tareas escolares, quehaceres domésticos y actividades extracurriculares, su hijo tendrá un exceso de compromisos.

Los niños con demasiadas actividades pueden sentirse abrumados, exhaustos, ansiosos, desanimados y, en última instancia, desmotivados. Tarde o temprano, a estos niños les resulta difícil mantenerse al día en la escuela.

El año de jardín de infantes es el momento perfecto para revisar el horario de su hijo y asegurarse de que esté equilibrado. Siga estos pasos:

- **Ayude a su hijo a seleccionar** una o dos actividades estructuradas que sean adecuadas para sus intereses y habilidades.
- **Reserve una a dos horas** de tiempo libre por día para su hijo. Y no permita que pase todo ese tiempo frente a la pantalla. Asegúrese de que tenga acceso a materiales artísticos, juegos, libros, etc.
- **Un poco de aburrimiento** es normal. En realidad, el aburrimiento es bueno. Puede motivar a los niños a escuchar su voz interior. Juegan, escriben, dibujan y crean.
- **Planifique tiempo en familia** “sin prisa”. Reserve tiempo que esté destinado simplemente a jugar juntos en la casa y el jardín. Escuchen música. Den una caminata. Hagan lo que sea que usted y su hijo disfruten sin tener un objetivo en particular.

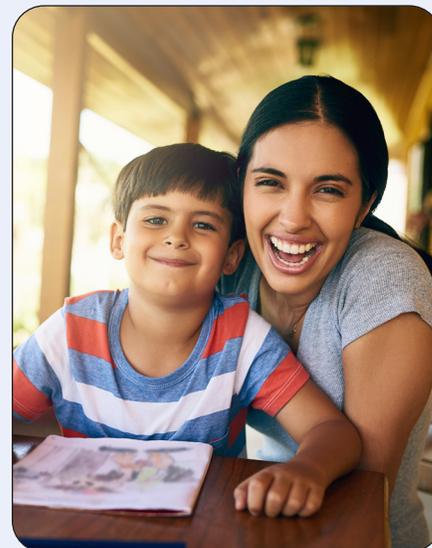
Fuente: B. Saavedra, *Creating Balance in Your Child's Life*, Contemporary Books/McGraw-Hill.

La tarea les permite a los padres descubrir qué aprenden sus hijos

Muchos padres se sorprenden cuando a los niños de jardín de infantes se les asigna tarea. Se preguntan: “¿Es realmente importante a esta edad?”

La tarea escolar es más que una revisión de las habilidades académicas. También es una oportunidad para que usted:

- **Participe 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?”
- **Supervise el progreso.** Los padres suelen ser los primeros en plantear preocupaciones sobre el aprendizaje de sus hijos. Esto es muy útil para el maestro. “Máximo está teniendo dificultades para identificar las formas. ¿Cómo puedo ayudarlo para que trabaje esta habilidad?”
- **Ayude a su hijo a desarrollar** hábitos esenciales. Las habilidades



de estudio sólidas y la autodisciplina ayudarán a su hijo a rendir mejor en la escuela en los próximos años. Establezca rutinas importantes ahora, como hacer los trabajos a la misma hora y en el mismo lugar todos los días, para preparar el camino para el alcanzar el éxito en el futuro.

La confianza de su hijo en sí mismo mejora su desempeño escolar



Un niño que se siente capaz tiene una ventaja para alcanzar el éxito. Cree que puede aprender, cree que puede hacerse amigos y cree que puede ser exitoso. Y se prepara para lograrlo.

Busque y fomente en su hijo signos positivos de confianza en sí mismo:

- **Está a gusto con él mismo.** Parece sentirse cómodo consigo mismo y es feliz, la mayor parte del tiempo, en casa y en clase. Rara vez se tira abajo.
- **Es optimista.** Tiene una actitud positiva y suele decir cosas como “¡Puedo hacerlo!” y “¡Esto será divertido!”
- **Tiene amigos.** Cree que le agrada a sus amigos y que se divertirán jugando juntos.
- **Se siente seguro con los adultos** que forman parte de su vida. Sabe que lo quieren incondicionalmente. Sabe que su maestro quiere ayudarlo a aprender.
- **Asume riesgos sanos.** Le agrada probar y experimentar cosas nuevas.