



Cinco razones para leerle en voz alta a su hijo todos los días

Leerles a los niños pequeños en voz alta es una de las cosas más efectivas que las familias pueden hacer para prepararlos para alcanzar el éxito en la escuela. Pero según el Centro Nacional Reach Out and Read, una organización sin fines de lucro que lleva a cabo investigaciones sobre la lectura, se les lee a diario a menos de la mitad de los niños menores de cinco años.

Estas son cinco razones por las cuales leer en voz alta es importante:

1. **Los niños** que miran libros y otros materiales de lectura y escuchan a alguien leer en voz alta con frecuencia tienen más probabilidades de aprender a leer bien durante los primeros años de la escuela primaria que aquellos que no lo hacen.
2. **Leer en voz alta** les da a las familias y sus hijos una oportunidad de

compartir su afecto. Los niños preescolares sienten una atención positiva cuando sus cuidadores les leen en voz alta, lo que fortalece la autoestima y la confianza de los niños.

3. **Leer en voz alta** anima a los niños a pensar y a usar su imaginación.
4. **Leer en voz alta** es otra manera de ayudar a los niños preescolares a aprender el lenguaje. A los niños que tienen habilidades lingüísticas sólidas les suele ir mejor en la escuela.
5. **Los niños** casi siempre escuchan palabras en los libros que no escuchan a diario. Leer en voz alta juntos es una de las maneras más eficaces de fortalecer el vocabulario de su hijo.

Fuente: "Importance of Reading Aloud," Reach Out and Read.

La confianza ayuda a los niños a lograr su potencial



La confianza en uno mismo es uno de los pilares del éxito académico. Los niños que se sienten capaces están orgullosos de sus habilidades y más dispuestos a enfrentar desafíos. Para aumentar la confianza de su hijo en sí mismo:

- **Pídale a su hijo** que le dé su opinión. "¿Qué vegetal deberíamos comer hoy en la cena, arvejas o brócoli?" "¿Cuál crees que es el mejor juego para niños?" "¿Cuál es el mejor lugar al que hemos ido juntos?" También pídale a su hijo que le dé su opinión sobre decisiones familiares.
- **Respete los intereses de su hijo.** No es necesario que participe siempre. A menudo, basta con decir algo como "Veo que te agrada mucho jugar con tus carros".
- **Pídale ayuda a su hijo.** Sentirse competente construye el coraje para probar cosas nuevas. Pídale a su hijo que lo ayude con pequeñas tareas.
- **Valore la compañía de su hijo.** Lleve a su hijo a hacer recados o salgan a caminar y dígame que disfruta pasar tiempo juntos.

Fuente: K. DeBord, Ph.D., "Self-Esteem in Children," North Carolina Cooperative Extension, North Carolina State University and North Carolina A&T State University.

Fomente destrezas y creatividad con manualidades de San Valentín



San Valentín es una gran oportunidad para que usted y su hijo pasen tiempo juntos haciendo tarjetas. Los niños preescolares se benefician de hacer tarjetas de San Valentín porque el proceso es creativo, trabajan la motricidad fina y aprenden el valor de hacer algo bueno por alguien.

Considere estas manualidades de San Valentín:

- **Tarjetas con huellas de la mano.** Primero, recorte varios corazones grandes en cartulina. Luego, ayude a su hijo a sumergir la palma de la mano en una pintura no tóxica y a hacer una huella en cada corazón. Escriba un mensaje como “Mi corazón en tus manos”. Asegúrese de que su hijo firme cada corazón.
- **Corazones con limpiapipas.** Ayude a su hijo a enhebrar cuentas en un limpiapipas. Luego, denle forma de corazón y unan los dos extremos.

- **Galletas de San Valentín.** Para su hijo es divertido hacer y regalar galletas con forma de corazón. Permítale a su hijo ayudarlo a medir y cocinar. Luego, decoren las galletas juntos como quieran.
- **Títeres con forma de corazón.** Recorte un corazón en una caja de cereales vieja. Permita que su hijo preescolar decore el corazón con crayones, purpurina o pintura. Su hijo también puede pegar trozos de tela, cinta, lentejuelas o cuentas. Luego, peguen el corazón a un extremo de un palito de madera y voilà: su hijo ha creado su propio títere.

“No se puede agotar la creatividad. Cuanto más la usas, más tienes”.

—Maya Angelou

Proteja a su hijo preescolar del contenido violento en las pantallas



Los niños en edad preescolar que ven violencia en las pantallas tienen más probabilidades de tener problemas psicológicos y sociales durante los años de la adolescencia, según muestra un estudio reciente. También corren el riesgo de tener un menor desempeño académico.

Para limitar la exposición de su hijo a los programas y juegos violentos:

- **Decida qué puede mirar su hijo.** Preste atención a las clasificaciones por edades y lea reseñas. Hágale saber a sus familiares, cuidadores y otras personas en la vida de su hijo preescolar qué está permitido y qué no.
- **Asegúrese de poder ver la pantalla** cuando su hijo esté usando un

aparato. Es fácil que su hijo vea material inapropiado accidentalmente o que vea contenido no permitido en secreto.

- **Hable sobre realidad y ficción.** Los niños preescolares suelen creer que los personajes ficticios que ven en pantalla son reales. Miren televisión o jueguen a juegos juntos para ayudar a su hijo a poner los eventos en contexto. Si un personaje usa la violencia para resolver un problema, hagan una lluvia de ideas de soluciones más adecuadas que podrían elegirse en la vida real.

Fuente: L. Pagani y otros, “Prospective associations between preschool exposure to violent television and psycho-social and academic risks in early adolescent boys and girls,” *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*.

¿Le está enseñando a su hijo a escuchar con entusiasmo?



Escuchar es una habilidad esencial para lograr el éxito en la escuela, y puede ser muy divertido hacerlo. ¿Está encontrando

maneras creativas de ayudar a su hijo a desarrollar sus habilidades auditivas? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para averiguarlo:

- ___ **1. ¿Juega a juegos con su hijo que requieran escuchar con atención, como Simón dice?**
- ___ **2. ¿Se turna con su hijo para contar un cuento? Usted crea una oración y luego su hijo crea la siguiente.**
- ___ **3. ¿Le asigna a su hijo misiones cortas para que le traiga cosas? En cada vuelta, puede sumar más objetos.**
- ___ **4. ¿Aplauda siguiendo un ritmo y le pide a su hijo que aplauda para imitarlo?**
- ___ **5. ¿Juega a adivinar el sonido? Usted hace un sonido cuando su hijo cierra los ojos: agitar llaves, abollar un papel, verter agua, etc. Su hijo debe adivinar el sonido. Luego cambien de roles.**

¿Cómo le está yendo?

Cada respuesta *sí* significa que usted está ayudando a su hijo a divertirse mientras fortalece sus habilidades auditivas. 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.

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.

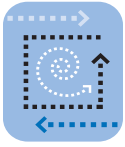
Publicada mensualmente de septiembre a mayo.

Copyright © 2024, The Parent Institute,
una división de PaperClip Media, Inc.,
una entidad independiente y privada.
Empedor con igualdad de oportunidades.

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

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Use palabras que indican posición para enseñar conceptos espaciales



Durante estos primeros años críticos de aprendizaje, los niños preescolares están aprendiendo sobre sí mismos. Una parte esencial de su aprendizaje es comprender los *conceptos espaciales*. Esto significa tener una idea de dónde se encuentran en relación con lo que los rodea.

Los niños preescolares también necesitan aprender las palabras que describen la posición de los objetos en relación con otros objetos. Usted puede enseñarle a su hijo estas *palabras que indican posición*.

Si su hijo tiene:

- **Más o menos dos años**, trabaje con conceptos espaciales simples, como *dentro*, *afuera* y *arriba*. “Pongamos los bloques *dentro* de la caja”. “Voy a llevarte *afuera*, al jardín”. “Pongamos chispitas *arriba* del pastel”.

- **Más o menos tres años**, puede sumar conceptos más difíciles, como *sobre* y *debajo*. “Hay una lámpara que cuelga *sobre* la mesa”. (Toque la mesa y luego señale la lámpara). “Pasemos por *debajo* del tobogán”. (Toque el tobogán y luego señale la parte de abajo).
- **Cuatro años o más**, continúe con palabras y conceptos más sofisticados, como *detrás*, *delante* y *al lado de*. Estos conceptos serán importantes cuando su hijo comience el jardín de infantes. Puede demostrar estos conceptos espaciales con juguetes. Haga una fila de camiones o animales de peluche y muéstrele a su hijo cómo los coloca *detrás*, *delante* y *al lado de* los otros. También los puede demostrar con miembros familiares. “¿Puedes pararte *detrás* de tu hermana?”

Las investigaciones muestran que la crianza autoritaria es muy eficaz



Los investigadores describen un tipo de disciplina que tiene efectos positivos sobre el comportamiento y el aprendizaje de los niños.

Lo denominan *crianza autoritaria*. Los padres autoritarios son cariñosos pero firmes. Los padres autoritarios:

- **Establecen límites adecuados**. Por ejemplo, no les permiten a los niños golpear. En cambio, los animan a decir cosas como “Estoy enojado porque ...”.
- **Son coherentes**. Escogen pocas reglas esenciales y se atienen a ellas.
- **Se comunican de manera efectiva** con sus hijos. Es más fácil para los niños seguir instrucciones simples, breves y que se dan con calma.
- **Les dan oportunidades** a los niños para que sean responsables y tomen decisiones. Un niño pequeño podría regar una planta de la casa o escoger entre dos atuendos.

- **Tienen expectativas razonables**. Cuando los adultos esperan demasiado, los niños están condenados a fallar. Tener expectativas muy bajas, por el otro lado, daña las habilidades y la confianza de los niños.
- **Apoyan la independencia** de los niños. Darles la cantidad justa de libertad —suficiente para que los niños crezcan sin poner en riesgo su bienestar— es difícil pero esencial.
- **Aceptan a los niños** tal cual son. Los niños necesitan sentirse bien consigo mismos y sus fortalezas. Mantener la disciplina con amor y con cariño no siempre es fácil, especialmente si se siente más natural gritar, pero los resultados de la crianza autoritaria son claros: los niños consiguen más logros y se sienten mejor consigo mismos. Por eso vale la pena el esfuerzo.

Fuente: A. Fletcher, “Positive Discipline and Child Guidance,” University of Missouri Extension.

P: Mi hijo preescolar es muy competitivo y suele frustrarse y hacer un berrinche después de perder. A veces dejo que gane para evitar lidiar con su comportamiento, que sé que está mal. ¿Cómo puedo ayudar a mi hijo a aprender cómo lidiar mejor con la desilusión?

Preguntas y respuestas

R: Con frecuencia, los niños enfrentan momentos en los que las cosas no salen como quieren o en los que alguien más obtiene el primer lugar. Es una lección difícil, pero es importante ayudar a los niños a aprender a aceptar la decepción y seguir adelante.

Para preparar a su hijo:

- **Hable del espíritu deportivo**. No dé por sentado que su hijo sabe lo que significa ser un buen jugador. Diga, “Ser un buen jugador significa respetar a los demás jugadores. También significa ser un ganador amable (sin regodearse) y un perdedor maduro (sin hacer pucheros)”.
- **Sea empático**. Hágale saber a su hijo que comprende lo terrible que se siente la decepción, pero explíquele que existen formas apropiadas de reaccionar.
- **Haga hincapié en el esfuerzo**. Diga que dar lo mejor de uno mismo es lo que cuenta, sin importar el resultado: gane o pierda.
- **Enséñele a su hijo cómo perder**. Alguien que nunca experimenta el fracaso esperará ganar todo el tiempo. Deje que su hijo pierda de vez en cuando. Ayude a su hijo a usar palabras para describir sentimientos. Anímelo a decir, “Volveré a intentarlo en otro momento”. Luego, hagan una actividad diferente un rato.
- **Enfóquese en la diversión**. Recuérdele a su hijo que los juegos son para divertirse. Divertirse al jugar a un juego convierte automáticamente a su hijo preescolar en un ganador.

Aventuras en el jardín de infantes

La comunicación ayuda a los niños a hacer amigos



Ser tímido no tiene nada de malo. Sin embargo, las personas tímidas suelen tener dificultades para hacer amigos. Eso sucede porque se suele considerar que los niños tímidos no son tan agradables como los más extrovertidos.

Los estudios revelan que incluso los niños tímidos con un vocabulario sólido podrían no decir mucho cuando están con otros niños. Por lo tanto, el problema podría no estar relacionado con que su hijo no sepa suficientes palabras para comunicarse. El conocimiento de las palabras no siempre va de la mano con la buena comunicación. Son las habilidades de comunicación las que conducen a mejores conexiones.

Estas son algunas maneras en las que puede ayudar a su hijo a fortalecer las habilidades de comunicación:

- **Hagan un juego de roles.** Ayude a su hijo a practicar las conversaciones del día escolar con sus compañeros de clase. Hable sobre la importancia de hacer contacto visual y hablar con claridad. Ofrezca estrategias simples para iniciar conversaciones. Por ejemplo, "Me encanta tu lonchera. Los dinosaurios son mis favoritos".
- **Demuestre distintos estados de ánimo.** Finja estar aburrido con la conversación. ¿Lo nota su hijo? De lo contrario, diga, "¿Escuchaste cómo suspiré cuando seguías hablando? Si alguien hace eso, probablemente signifique que está cansado de escuchar".
- **Cambie de tema.** Mientras hablan, comience a hablar sobre otra cosa. ¿Puede su hijo hacer ese cambio? Ser capaz de hacerlo es importante para sostener conversaciones.

Fuente: "Building social communication skills in shy children helps with peer likability," Yale-NUS College.

Apoye la independencia incipiente de su hijo de jardín de infantes

¿Puede creer que ya haya pasado más de la mitad del año en el jardín de infantes? Es posible que observe un gran cambio. Muchos niños parecen mucho más independientes luego de unos meses de educación y responsabilidades en el jardín de infantes.

Para fomentar esta nueva madurez, espere que su hijo:

- **Se vista solo.** Está bien ayudarlo con los botones y a amarrarse los cordones.
- **Ayude a preparar el desayuno o el almuerzo.** Podría colocar cereales en un bol, sacar la leche de la heladera y pelar una banana. Para el almuerzo, podría preparar un emparedado simple.
- **Tome las cosas solo.** Dele un taburete firme. Guarde cosas como vasos en cajones bajos que su hijo pueda alcanzar fácilmente.



- **Cuelgue sus chaquetas** y guarde sus zapatos.
- **Ordene.** Su hijo debería ordenar la mochila de la escuela y guardar los libros y juguetes después de usarlos.

La vista de su hijo puede afectar su éxito académico



Los niños de jardín de infantes que tienen problemas de vista que no se tratan suelen tener más dificultades que sus compañeros. Lamentablemente, los niños no siempre saben que no ven bien. Tan solo se refriegan o entrecierran los ojos y hacen un esfuerzo para ver bien.

Para asegurarse de cuidar la vista de su hijo, llévalo al oculista periódicamente. También puede:

- **Asegurarse de que las lámparas de lectura sean lo suficientemente fuertes** para que su hijo no tenga que forzar la vista cuando mira libros.

- **Establecer descansos** cuando su hijo usa pantallas. Demasiado tiempo frente a la pantalla se asocia con visión borrosa y problemas para enfocar la vista.
- **Darle a su hijo gafas de sol.** La luz del sol puede dañar los ojos de los niños.
- **Darle comida saludable.** Está comprobado que hay alimentos nutritivos, como los vegetales de hoja verde y la leche fortificada, que fortalecen la mente, el cuerpo y los ojos.

Fuente: S.L.J. White y otros, "Vision screening outcomes of Grade 3 children in Australia: Differences in academic achievement," *International Journal of Educational Research*.