Primera Infancia
Los Padres ¡hacen la diferencia!™
Diciembre 2026
Vol. 31, No. 4
Cornbelt Educational Cooperative



Cinco motivos para leerle en voz alta a su niño todos los días

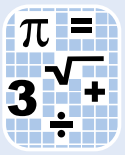
Leerles a los niños pequeños en voz alta es una de las cosas más eficaces que pueden hacer las familias para prepararlos para alcanzar el éxito en la escuela. Sin embargo, según el Centro Nacional Reach Out and Read, se les lee a diario a menos de la mitad de los niños menores de cinco años de los EE.UU.

Leerle en voz alta a su niño:

1. **Desarrolla habilidades** de comprensión. Escuchar una amplia variedad de libros leídos en voz alta suele exponer a su niño a ideas complejas, tramas ricas y estructuras sintácticas avanzadas.
2. **Mejora el vocabulario.** Los libros usan una variedad de palabras más amplia que el lenguaje oral cotidiano. Hablar sobre estas palabras ayuda a su niño a desarrollar un vocabulario sólido.
3. **Fortalece la conciencia fonológica.** Interactuar con cuentos, rimas y el lenguaje ayuda a su niño a familiarizarse con los sonidos fundamentales del habla, un paso esencial para pronunciar las palabras.
4. **Demuestra la fluidez de la lectura.** Leer en voz alta a un ritmo coloquial, con expresión, pausas adecuadas y un tono variado, le permite a su niño escuchar cómo suena una lectura fluida.
5. **Estimula el pensamiento** más profundo. Hablar sobre las tramas y las ilustraciones anima a su niño a plantear preguntas interesantes, hacer predicciones acertadas y reflexionar sobre el mundo.

Recuerde: si el inglés no es la lengua materna de su familia, leer en voz alta en su lengua materna también es una forma muy eficaz de desarrollar las habilidades básicas de lectoescritura de su niño en edad preescolar.

Mejore las matemáticas con juegos con bloques



Jugar con bloques es una forma divertida de ayudar a su niño a aprender las primeras habilidades matemáticas. También desarrolla las habilidades de resolución de problemas y de pensamiento, que son muy importantes para matemáticas. Y lo mejor es que estos juegos sencillos pueden convertir el tiempo de juego diario en una experiencia enriquecedora.

Enseñe estos conceptos mientras juegan con bloques:

- **Reconocimiento de patrones.** Muchas ideas matemáticas se basan en patrones. Cree un patrón (un bloque rojo, uno amarillo y otro rojo) y pídale a su niño que coloque el siguiente.
- **Suma y resta.** Mientras construyen una torre juntos, añada o quite algunos bloques. Pregúntele a su niño: "¿Cuántos bloques hay en la torre ahora?" Cuéntenlos. Luego, pídale a que sume o quite dos bloques. Pregunte: "¿La torre tiene *más* o *menos* bloques ahora?"
- **Identificación de figuras.** Pregúntele a su niño: "El bloque, ¿es un cuadrado o un rectángulo?" Conocer las figuras es el punto de partida de la geometría y otras áreas matemáticas superiores.

Copyright © 2026, The Parent Institute®

Desarrolle la motricidad de su niño con actividades físicas divertidas



A veces, es fácil pasar por alto la importancia de la motricidad para alcanzar el éxito en la escuela. Pero asegurarse de que su niño esté lo más saludable posible es un paso esencial para apoyar el aprendizaje. Los músculos, los huesos y las articulaciones fuertes son los "impulsores" de la motricidad de su niño.

El ejercicio es una forma importante de desarrollar la motricidad. El ejercicio también puede ayudar a su niño a:

- **Reducir el estrés.** Su niño estará más feliz, más tranquilo y podrá afrontar mejor los desafíos.
- **Mantener un peso saludable.** Los niños con un peso saludable tienen más probabilidades de mantenerlo de adultos.
- **Dormir mejor.** Un niño descansado está listo para aprender.

Para promover el ejercicio este invierno:

- **Abríguense y den un paseo** en familia.
- **Armen una carrera de obstáculos** de interior usando almohadones, sillas y otros objetos. Anime a su niño a gatear, saltar y contonearse.
- **Arme una búsqueda del tesoro.** Pídales a los miembros de la familia que recorran la casa en una carrera para encontrar objetos en listas de búsqueda personalizadas.
- **Organice pequeñas fiestas de baile** a lo largo del día. Ponga una de sus canciones favoritas y bailen juntos.

"Un viaje de mil millas comienza con un paso".

—Lao Tzu

Fomentar el respeto en los primeros años brinda beneficios duraderos



Con el tiempo, los niños aprenden a ser respetuosos, no solo porque se les dice que lo hagan, sino porque comprenden cómo se siente ser respetados. Se dan cuenta de que es agradable que les pidan algo cortésmente, que les agradezcan y que los traten de manera justa. Experimentar esto en casa es una manera clave de que los niños aprenden.

Un estudio publicado por el Consejo de Investigación Económica y Social del que participaron madres y niños demuestra que:

- **Hablar con los niños** sobre lo que piensan y sienten las personas fomenta la empatía. Por ejemplo, "Ese niño está llorando. ¿Por qué crees que está triste?" o "La abuela está frunciendo el ceño. ¿Cómo crees que se siente?" Estas conversaciones le dan a su niño oportunidades de ser comprensivo.
- **Las conversaciones** sobre los sentimientos brindan beneficios a largo plazo. Hablar con su niño preescolar ahora desarrolla las habilidades sociales positivas que le facilitarán llevarse bien con los compañeros de clase y los maestros en la escuela primaria.
- **Ser un modelo a seguir positivo** es importante. Permita que su niño lo observe tratando a los demás de manera considerada. Al hablar sobre las emociones de los demás, use un tono cálido. Las investigaciones sugieren que esto aumenta la cooperación de los niños. Además de hablar de las emociones de la vida real, también hable con su niño sobre cómo podrían estar sintiéndose los personajes de los libros, las películas y los programas de televisión.

Fuente: N. Yuill y otros, "The Relation Between Parenting, Children's Social Understanding and Language," Consejo de Investigación Económica y Social.

¿Está mejorando la capacidad de aprender de su niño?



Los niños pequeños quieren aprender por naturaleza. Pero cuánto aprenden depende en gran medida de sus familias. ¿Está haciendo cosas que estimulan el aprendizaje de su niño? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para averiguarlo:

1. **¿Fomenta** las habilidades de pensamiento pidiéndole a su niño que lo ayude a resolver problemas? Haga preguntas como "¿Cuál es la mejor manera de... ?"
2. **¿Anima** a su niño a usar los cinco sentidos, la vista, el oído, el tacto, el gusto y el olfato? (Consulte la página tres para ver algunas actividades sensoriales divertidas).
3. **¿Ayuda** a su niño a tener experiencias nuevas, como ir a una galería o a un museo juntos?
4. **¿Le sugiere** a su niño que se siente en una mesa o un escritorio cuando está trabajando en algo? Esto puede ayudar a los niños a mantenerse concentrados en la tarea.
5. **¿Anima** a su niño a hacer preguntas? Podrían buscar las respuestas juntos.

¿Cómo le está yendo?

Cada respuesta *sí* significa que está estimulando el aprendizaje de su niño. Para cada respuesta *no*, pruebe esa idea.

Primera Infancia Los Padres ¡hacen la diferencia!™

Ideas prácticas para que los padres ayuden a sus niños.

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 © 2026, 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 Hasty Miyares.
Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

 Copyright © 2026, The Parent Institute®

Dormir siestas puede mejorar el aprendizaje, según investigaciones



Usted no es el único al que le vendría bien una siesta. ¡A su niño también! Según las investigaciones, a los niños pequeños que duermen la siesta con frecuencia les resulta más fácil aprender cosas nuevas. Además, la memoria de esos niños es más sólida y retienen mejor lo que han aprendido. Eso se debe a que, mientras dormimos, el cerebro "repasa" lo que incorporó ese día y refuerza los recuerdos.

Lamentablemente, muchos niños dejan de dormir la siesta una vez que alcanzan la edad preescolar. Y es una pena porque los niños de esa edad necesitan entre 11 y 13 horas de sueño en 24 horas, y es posible que no duerman esa cantidad de horas por la noche. Las siestas son una muy buena manera de compensar las horas de sueño que les faltan.

Para animar a su niño preescolar a dormir la siesta:

- **Cree una rutina.** Independientemente de que tenga preescolar todos los días o no, asegúrese de que su niño se despierte a la misma hora todas las mañanas y que se acueste a la misma hora por las noches. También establezca un horario fijo para las siestas. Deje claro que, incluso si su niño no duerme, la hora de la siesta es para acostarse tranquilo en la cama y descansar.
- **Ofrézcale un entorno tranquilo.** Es posible que su niño preescolar tenga dificultades para dormir si el televisor lo distrae o si todas las luces están encendidas. Apáguelos y considere poner música tranquila de fondo. Un ambiente relajante es ideal para la siesta.
- **Limite el consumo de cafeína.** Si bien los niños preescolares no beben café, es posible que tomen refrescos o té helado, o coman chocolate y otros dulces que contienen cafeína. ¡No permita que estos inhibidores del sueño interfieran con el descanso de su niño!

Fuente: M. Sandoval y otros, "Words to Sleep On: Naps Facilitate Verb Generalization in Habitually and Nonhabitually Napping Preschoolers," *Child Development*, Society for Research in Child Development.

Preséntele a su niño el poder de los cinco sentidos



Su niño experimenta el mundo mirando, tocando, saboreando, escuchando y oliendo. Para ayudar a su niño preescolar a apreciar todo lo que podemos aprender a través de nuestros sentidos:

- **Juegue a 1-2-3 mira y observa.** Coloque cinco objetos en una bandeja. Pídale a su niño que los mire durante algunos segundos. Luego, retire la bandeja y quite uno de ellos. Cuando le vuelva a mostrar la bandeja, ¿podrá adivinar qué falta?
- **Arme una bolsa sensorial.** Coloque una variedad de objetos pequeños en una bolsa de papel. Diga: "Cierra los ojos, mete la mano y toma un objeto". ¿Puede adivinar qué es sin mirar?
- **Haga una prueba del gusto.** Pídale a su niño que se coloque sal en la punta, el costado y la parte posterior de la lengua. Luego, repitan el procedimiento con azúcar y jugo de limón. Comenten qué parte de la lengua es más sensible a cada gusto.
- **Den un paseo olfativo.** Cúbrale los ojos a su niño y condúzcalo por la casa o por el exterior. Pregúntele qué olores puede percibir y nombrar.
- **Destinen un minuto a escuchar.** Párese afuera en la oscuridad con su niño. Pregunte: "¿Puedes adivinar de dónde provienen los sonidos que escuchas?"

Preguntas y respuestas

P: Estoy preocupado por la capacidad de mi niño para prestar atención en jardín de infantes el año que viene. Sé que allí se exige estar más tiempo sentado que en la escuela preescolar. ¿Cuánta capacidad de atención se necesita en el jardín de infantes? ¿Cómo puedo preparar a mi niño?

R: En jardín de infantes se requiere que los niños trabajen más tiempo sentados, pero ese trabajo se realiza en períodos cortos. Los maestros saben que sus estudiantes tienen cinco o seis años y necesitan mantenerse activos.

En circunstancias normales, se esperará que su niño le preste atención al maestro o a una actividad unos 15 minutos. A medida que el año avance, es posible que este tiempo aumente a 25 minutos (para una actividad interesante).

Para ampliar la capacidad de atención de su niño preescolar:

- **Limite las actividades** con medios digitales. Quedarse embobado frente a una pantalla es una actividad pasiva. También alimenta el deseo de los niños de estar entretenidos con imágenes que no paran de moverse, parpadear y cambiar.
- **Fomente el uso de juguetes** como rompecabezas y bloques. Desarrollan la concentración.
- **Ayude a su niño a practicar** cómo seguir instrucciones. Comience con instrucciones de un paso, como "Cuelga la chaqueta en el perchero". Continúe con instrucciones de dos pasos, como "Tráeme la bolsa y cuelga la chaqueta en el perchero". Cuando su niño ya lo domine, pruebe con instrucciones de tres pasos.
- **Lean juntos.** Es la mejor actividad. Los niños aprenden a seguir el cuento y a usar la imaginación. También anime a su niño a mirar libros de forma independiente.

Copyright © 2026, The Parent Institute®

Aventuras en el jardín de infantes

Mantenga vivo el aprendizaje en las vacaciones



Usted y su niño merecen vacaciones luego de un año escolar ajetreado, pero eso no significa que el aprendizaje deba detenerse. Usted y su niño pueden divertirse desarrollando habilidades importantes con estas actividades para las vacaciones de invierno:

- **Jueguen.** Incorpore el aprendizaje en juegos divertidos. Jueguen a la tienda para practicar matemáticas, representen una historia para mejorar la lectura o jueguen a Simón dice para practicar la comprensión auditiva y seguir instrucciones.
- **Exploren.** Hagan una excursión al ayuntamiento, salgan a caminar por la naturaleza u observen una obra en construcción desde una distancia prudente.
- **Cocinen.** Usen las habilidades de lectura, matemáticas y ciencias juntos mientras siguen una receta.
- **Entablen conversaciones.** Hable sobre su día y haga preguntas que fomenten el pensamiento, como "¿Cómo sería vivir en el espacio?"
- **Lean.** Modifiquen sus rutinas de lectura normales. Lean en lugares nuevos, como dentro de un refugio hecho con una sábana y sillas.
- **Hagan ejercicio.** Mantenga a su niño activo y combata el aburrimiento de estar tanto tiempo en casa jugando al aire libre o jugando al alpinista en las escaleras.
- **Creen arte.** Moje cortadores de galletas con motivos invernales en pintura lavable y estampen formas en papel. Hagan un muñeco de nieve con platos de papel.
- **Practiquen** los modales. Una cena familiar especial o una visita a la casa de un amigo son buenas oportunidades para que su niño practique cómo ser cortés y amable.

Ayude a su niño a mantenerse saludable los meses de invierno

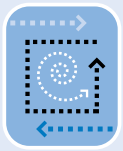
Se conoce al invierno como la estación de los resfriados y la gripe, y a muchas familias les preocupa que sus niños enfermen. Aunque no es posible evitar que su niño se contagie, puede tomar medidas para aumentar las posibilidades de que se mantenga saludable y esté listo para aprender. Siga estos pasos:

- **Dormir bien.** Intente que duerma entre 11 y 13 horas cada noche para mantener fuerte el sistema inmunitario de su niño.
- **Comer alimentos saludables.** Aporte a su niño los nutrientes que necesita con frutas y verduras.
- **Vestirse para el clima.** Póngale a su niño ropa abrigada y un gorro para retener el calor corporal.
- **Lavarse las manos con frecuencia.** Enséñele a su niño a lavarse bien las manos con agua y jabón con frecuencia para prevenir el 80 % de las infecciones.
- **Beber agua.** Mantenga a su niño hidratado, especialmente en el clima seco del invierno.



- **Salir a tomar aire fresco.** Jugar al aire libre cuando hace frío ayuda a eliminar los gérmenes y mantiene a su niño activo.
- **Mantenerse al día** con las revisiones médicas. Acuda a las visitas médicas periódicas según lo previsto.
- **Seguir las reglas de la escuela.** Cumpla con las indicaciones de salud para evitar que los gérmenes se diseminen en la clase.

Refuerce los conceptos de tamaño con tres actividades sencillas



Hay muchas maneras de ayudar a los niños de jardín de infantes a explorar el concepto de tamaño relativo. Anime a su niño a observar objetos cotidianos y compararlos. Use palabras como *más grande, más pequeño, más corto* y *más largo* para hablar de ellos.

Aprender sobre el tamaño en casa es divertido y fácil. Pruebe estas actividades:

1. **Hagan panqueques** de distintos tamaños. Póngalos en orden, del más pequeño al más grande. ¿Cuál quiere comer su niño? ¿El más pequeño o el más grande?
2. **Lean la fábula "El león y el ratón".** Hablen sobre los tamaños de los personajes. ¿Qué tan grandes son sus orejas, patas y voces? A continuación, comparen otros animales que vean, como un gato y un perro. ¿Qué animal es más pequeño?
3. **Pídale a su niño** que mida y compare la longitud de distintos objetos. Por ejemplo: "Este crayón mide cuatro pulgadas y la banana mide ocho. El crayón mide cuatro pulgadas menos que la banana".