

Primera Infancia

Los Padres

¡hacen la diferencia!

Cornbelt Educational Cooperative



Las rutinas y los límites impulsan la preparación para la escuela

Los niños pequeños necesitan tiempo para jugar, explorar, soñar, crear y relajarse. Pero los psicólogos están de acuerdo con que lo que más beneficia a los niños es hacer esas actividades dentro de un día estructurado.

Las rutinas y los límites en casa les proporcionan esa estructura que necesitan. También respaldan el éxito académico y pueden mejorar la capacidad de atención de su hijo preescolar.

Siga estos pasos:

- **Siga rutinas de manera constante.** Dormir lo suficiente, las comidas saludables y el juego tranquilo mejoran la capacidad de atención de su hijo. Establezca un horario de siesta fijo que le permita a su hijo dormir al menos 11 horas cada 24 horas. Sirva la comida y dele bocadillos en horarios predecibles. Promueva el

juego tranquilo a diario, sin actividades programadas, ruidos fuertes ni pantallas.

- **Establezca algunas reglas básicas** y las consecuencias por no cumplirlas. La capacidad de su hijo para seguir reglas influirá en su éxito escolar. Cuando sigue las reglas, está controlando su comportamiento, lo que aumenta su capacidad para mantener la concentración y aprender.
- **Practique las transiciones.** Esta capacidad para pasar sin problemas de una actividad a otra es una habilidad escolar valiosa. Avísele a su hijo cuando es el momento de cambiar de actividad. Esto reducirá su ansiedad y mejorará su concentración.

Fuente: Mary Louise Hemmeter y otros, "Social and Emotional Foundations for Early Learning: A Conceptual Model for Intervention," *School Psychology Review*.

Convierta la lectura en una prioridad familiar



Cuando lee a diario con su hijo, hace mucho más que prepararlo para leer de manera independiente.

También aumenta sus probabilidades de alcanzar el éxito en escritura, lengua y matemáticas.

Sin embargo, en un estudio se observó que solo el 51 por ciento de los padres leían con sus hijos preescolares todos los días, mientras que hace cinco años el porcentaje era 69 por ciento. Los investigadores relacionan esta disminución con el mayor uso que hacen los niños preescolares de los aparatos electrónicos.

Los expertos recomiendan que:

- **Limite el uso recreativo** de los aparatos electrónicos.
- **Reserve tiempo** para leer juntos todos los días. Convierta esa actividad en una parte divertida de la rutina. Lea libros con entusiasmo. Permita que su hijo dé vuelta las páginas.
- **Vayan a la biblioteca juntos**, en persona o de forma virtual. Asista a eventos para niños y pídale recomendaciones al bibliotecario.
- **Rodee a su hijo** de palabras. Tenga a mano material de lectura variado para que su hijo disfrute en cualquier momento.

Fuente: A. Flood, "Only Half of Preschool Children Being Read to Daily, UK Study Finds," *Guardian News*.

¿Ayudan realmente las aplicaciones educativas a su hijo a aprender?



Hoy en día, hay innumerables aplicaciones “educativas” disponibles para los niños pequeños. Muchos padres se pre-

guntan si son realmente educativas o si simplemente son entretenidas.

Los investigadores han identificado cuatro características efectivas de las aplicaciones de aprendizaje. Entonces, antes de descargar una aplicación nueva para su hijo preescolar, asegúrese de que:

1. **Requiera que su hijo piense** y use información en lugar de simplemente tocar o deslizar.
2. **Mantenga su interés** sin distraerlo. Las aplicaciones con muchos sonidos, movimientos u otros elementos visuales pueden obstruir el aprendizaje.
3. **Lo anime a relacionar** la información nueva con su vida diaria.

4. **Le permita interactuar** socialmente con otros. Hable con su hijo antes de que juegue, durante el juego y una vez que termine.

Para leer una lista de aplicaciones educativas de buena calidad, consulte Common Sense Media en www.commonsensemedia.org/lists/best-preschool-apps.

Fuente: K. Hirsh-Pasek y otros, “Putting Education in ‘Educational’ Apps: Lessons From the Science of Learning,” *Psychological Science in the Public Interest*, Association for Psychological Science.

“Muchas aplicaciones que se venden como educativas son simplemente el equivalente de los alimentos azucarados”.

—Kathy Hirsh-Pasek

Los accesorios pueden mejorar la imaginación y el juego simbólico



Con el juego simbólico, su hijo desarrolla habilidades útiles para la escuela y la vida. El juego simbólico aumenta la creatividad,

la comunicación y la concentración.

Considere agregar algunos accesorios para que la hora de juego sea incluso más divertida. Pruebe las siguientes opciones:

- **Menús.** Hagan de cuenta que están en un restaurante. Cree menús o use un menú viejo de comida para llevar de un restaurante. Túrnense para hacer de cuenta que son el cliente o el mozo.
- **Libros.** Imaginen que van a la biblioteca a buscar libros. ¿Qué les agrada leer? 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 *pare, siga, disminuya la velocidad*, entre otros. Luego, permita que su hijo dirija el tránsito.

- **Teléfonos.** Simule una llamada telefónica a su hijo y hágale preguntas de su día. Comente la importancia de hablar en voz alta y clara por teléfono.
- **Animales de peluche.** Ponga algunos animales de peluche en fila, y hagan de cuenta que están en un salón de clases. Túrnense para ser el maestro y un estudiante.
- **Ollas, sartenes y una cuchara** de madera. Pídale a su hijo que haga de cuenta que está preparando algo en un programa de cocina. Pídale que le explique lo que está haciendo a su público.
- **Disfraces.** Junte sombreros, gafas de sol, zapatos y abrigos. Pídale a su hijo que se disfrace de alguien, y luego le dé pistas sobre quién simula ser.

¿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, evitará corregirlo tanto que se desanime.
2. **¿Habla con su hijo** sobre sus expectativas?
3. **¿Le pregunta** a su hijo si necesita ayuda cuando ve que cometió un error o que está teniendo dificultades?
4. **¿Le hace saber** a su hijo que todos cometen errores?
5. **¿Le dice** a su hijo que los errores le dan la posibilidad de corregir lo que hizo mal y hacerlo bien la próxima vez? Por ejemplo, si 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. 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.
Empleador con igualdad de oportunidades.

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

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Diviértanse convirtiendo la bañera en un laboratorio de ciencias



A la mayoría de los estudiantes preescolares les encanta jugar y saltar en la bañera. Mientras están allí, también

pueden aprender algunos conceptos importantes sobre ciencias.

Para convertir la bañera de su casa en un laboratorio de ciencias, reúna algunas de las siguientes herramientas “científicas”: esponjas, botes de plástico, botellas de plástico vacías, una piedra pequeña, una cuchara, sorbetes, jarras de plástico, un bol de plástico grande, solución de baño de burbujas y animales de goma.

Luego, cuando su hijo esté en la bañera, anímelo a:

- **Adivinar qué objetos se hundirán y cuáles, en cambio, flotarán.** Luego, pídale que ponga a prueba sus predicciones.

- **Usar las jarras** para verter agua y medir. Hablen sobre el significado de *lleno*, *lleno por la mitad* y *vacío*.
- **Llenar un recipiente** con agua y otro solo con burbujas de jabón. Hablen sobre los conceptos *pesado* y *liviano*.
- **Verter agua** en las botellas plásticas. Pregúntele a su hijo “¿Cuál tiene más agua?” “¿Cuál tiene menos?” Pídale que vierta el agua de cada botella en un bol para verificar sus predicciones.
- **Hacer flotar un bol grande** en el agua. Ayude a su hijo a contar cuántos animales de goma puede poner en el “bote” sin que se hunda.
- **Verter una pequeña cantidad** de solución de baño de burbujas en el bol y añadir agua. Ayude a su hijo a usar el sorbete para soplar en el agua jabonosa. ¿Qué tan grandes son las burbujas que hace? Hablen sobre por qué se forman las burbujas.

Reconocer patrones desarrolla la inteligencia matemática de su hijo



Si alguien le preguntara de qué se tratan las matemáticas, usted podría decir *números*. Si bien eso es cierto, las matemáticas

también se tratan de los *patrones*. Es la secuencia en la que aparecen y se repiten esos números lo que los hace significativos.

Entonces, si su hijo puede hacer una fila con un crayón rojo, un crayón azul, un crayón rojo y, luego, un crayón azul, está practicando una habilidad matemática esencial.

Para reforzar el concepto de patrones, pídale a su hijo que:

- **Mire el calendario.** Señale que todos los meses comienzan con el número 1.
- **Lea un libro de rimas.** Las rimas son patrones de palabras.
- **Busque patrones en casa.** Su hijo, ¿puede reconocer patrones en las prendas? ¿Y en otras telas?

- **Mire los libros de la biblioteca.** Explíquelo a su hijo que la manera en la que están organizados los libros es parte de un patrón. Eso ayuda a las personas a encontrarlos.
- **Aprenda una secuencia simple**, como *aplauzo*, *aplauzo* (aplaudir dos veces), *palmada*, *palmada* (dar una palmada en los muslos dos veces). Añada otros movimientos a medida que le va resultando más fácil, pero siempre repítalos en el mismo orden.
- **Cante canciones con frases** repetidas, como “B-I-N-G-O” y “Cabeza, hombros, rodillas, pies”.
- **Haga sus propios patrones.** Puede ordenar bloques por color, objetos por tamaño o enhebrar cuentas.
- **Lea un libro sobre patrones**, como *A-B-A-B-A: A Book of Pattern Play* de B.P. Cleary.

P: He oído muchas cosas sobre la importancia de fomentar una autoestima sana en los niños pequeños. ¿Qué significa esto exactamente, y cómo puedo hacerlo?

Preguntas y respuestas

R: Hay muchos conceptos erróneos sobre la autoestima. Algunas personas creen que la autoestima es una forma de vanidad. O que las personas con autoestima alta piensan que son mejores o superiores que el resto.

Nada de eso es cierto. La autoestima tiene dos partes principales que son importantes para el éxito en la escuela y en la vida:

1. **La competencia.** Esto simplemente significa que su hijo cree que puede lograr cosas. Implica tener una actitud resolutiva.
2. **La valoración de uno mismo.** Esto significa que su hijo siente que es una persona valiosa.

Para fortalecer la autoestima de su hijo preescolar:

- **Dígale con frecuencia** que lo ama, tal y como es.
- **Escúchelo.** Cuando esté conversando con su hijo, dedíquelo toda su atención.
- **Convierta su hogar** en un lugar seguro, feliz y de cooperación. Diviértase con su hijo, pero también comparta el trabajo con él. Las tareas domésticas son una manera efectiva de aumentar la sensación de competencia de su hijo.
- **Elogie a su hijo con cuidado.** Si solo lo elogia por resultados positivos, su hijo pensará que solo es valioso cuando hace algo bien. En cambio, elogie a su hijo cuando vea que se está esforzando al máximo.
- **Ponga en práctica** una disciplina firme, justa y constante. La disciplina adecuada permite desarrollar un sentido de seguridad, amor y autoestima.

Aventuras en el jardín de infantes

Por qué la asistencia al jardín de infantes es muy importante



Incluso antes de la pandemia, la asistencia a la escuela de los niños de jardín de infantes era menor que la de los estudiantes de los grados posteriores. Sin embargo, es posible que asistir a la escuela con frecuencia sea más importante para los niños de jardín que para los estudiantes mayores.

El primer año de la escuela es el momento para fomentar el hábito de la asistencia regular. Asistir al jardín de infantes, ya sea presencial o virtual, influye en los futuros logros académicos. La única manera de alcanzar el éxito en la escuela es estar en clase.

Asegurarse de que su hijo sea puntual y vaya a la escuela todos los días, a menos que esté enfermo o haya una emergencia, depende de usted. Estos son algunos de los motivos:

- **La enseñanza temprana** de la lectura comienza en jardín. Esto afecta la velocidad y facilidad con la que los niños aprenderán a leer.
- **A los maestros les resulta** más fácil identificar las fortalezas y las debilidades de los niños cuando interactúan con ellos todos los días. De esa manera, pueden impulsar esas fortalezas y brindar ayuda específica, según sea necesario.
- **Asistir a las clases** de jardín de infantes ayuda a los estudiantes que están aprendiendo inglés como segunda lengua a adquirir fluidez, pues se benefician al escuchar las instrucciones en dicho idioma. Y aumentan la fluidez al hablar con sus compañeros y maestros.

Hágale saber a su hijo que espera que asista a la escuela todos los días. Si le dice lo importante que eso es para usted, también será importante para él.

Fuente: The Absences Add Up Campaign, *Every Student, Every Day: A National Initiative to Address and Eliminate Chronic Absenteeism*.

Las destrezas sociales dan lugar a una experiencia escolar positiva

El aprendizaje híbrido y remoto han cambiado la manera en la que muchos estudiantes interactúan. Sin embargo, la capacidad de los niños de llevarse bien con sus maestros y compañeros influye sobre el aprendizaje y su experiencia escolar en general.

Según los maestros de jardín de infantes, los niños necesitan apoyo en sus casas para fortalecer habilidades sociales importantes como:

- **Reconocer la autoridad.** Su hijo debería seguir reglas tanto en casa como en la escuela. Repasen las reglas escolares juntos.
- **Ayudar.** Exíjale a su hijo que colabore con tareas adecuadas para la edad, como poner la mesa.
- **Expresar emociones** de manera adecuada. La frustración y el enojo son sentimientos difíciles de manejar. Enséñele a su hijo a usar palabras en lugar de acciones para decir cómo se siente.



- **Usar su nombre.** Haga un juego de roles de ciertas situaciones, como presentarse a un compañero nuevo. "Hola, soy José. ¿Cómo te llamas tú?"
- **Comunicarse.** Dedíquele mucho tiempo a hablar con su hijo. Pregúntele sobre la escuela y escúchelo con atención.

Promueva el éxito en el jardín de infantes brindando apoyo en casa



El éxito académico de su hijo se ve reforzado por el apoyo que le brinda al aprendizaje en casa.

Asegúrese de:

- **Decirle a su hijo** que la escuela es una de las prioridades principales. Hablen sobre lo importante que fue la escuela en su vida.
- **Establecer rutinas** para que las mañanas estén libres de estrés. Pídale a su hijo que prepare su ropa y los materiales escolares la noche anterior.
- **Que su hijo se despierte** en el horario adecuado de manera que tenga tiempo para tomar un desayuno saludable todas las mañanas.

- **Pedirle a su hijo** que le enseñe algo de lo que está aprendiendo en la escuela. Esto refuerza su aprendizaje.
- **Mostrarle que está orgulloso** del trabajo que hace en la escuela. Felicítelo por su esfuerzo y por sus habilidades nuevas. Cuelgue su trabajo en el refrigerador o en una pared.
- **Respaldar al maestro de su hijo.** No diga cosas que socaven su autoridad o el respeto de su hijo por él.
- **Fomentar la lectura.** Léale a su hijo durante al menos 20 minutos por día. Permítale verlo a usted disfrutar de un libro o un artículo.