

Los PadresTM

¡hacen la diferencia!

Rockdale County Public Schools



Cuatro maneras de apoyar el aprendizaje y divertirse en familia

Cualquier mes es ideal para fomentar el amor por el aprendizaje en su hijo. Es fácil hacerlo. Hacer una actividad de aprendizaje por día —tan solo unos pocos minutos diarios durante todo el mes— puede ayudar a toda la familia a adquirir el hábito de aprender.

Estas son algunas ideas de actividades que pueden ayudar a su familia a comenzar:

- 1. Organice una noche de lectura** en familia. Hágalo con frecuencia, ya que la lectura es la base del aprendizaje. Deje que su hijo mire un libro favorito mientras usted lee algo que le agrada. Luego de aproximadamente 10 minutos, pídale a su hijo que le cuente sobre el libro. Luego, léanlo juntos en voz alta.
- 2. Practiquen matemáticas** durante la comida. Coloque una uva pasa sobre la mesa y dígame a su hijo: “Tenemos una uva pasa”. Agregue dos uvas pasas más y pregúntele: “¿Cuántas tenemos ahora?” Señale que las dos mitades de un sándwich son rectángulos (o triángulos). ¿Qué figura forman cuando su hijo los coloca uno al lado del otro?
- 3. Cree un desafío de manualidades** semanal. Juntos, busquen cosas en la casa que se puedan reutilizar para un proyecto. Su hijo podría cubrir latas vacías (sin bordes filosos) con papel para convertirlas en lapiceros. O también podría convertir rollos de papel higiénico en obras de arte.
- 4. Intercambie notas con la familia.** Su hijo podría decirle a usted qué escribir y, luego, hacer un dibujo. Los miembros familiares pueden responder por escrito.

Enseñe a resolver problemas con preguntas



A la hora de ayudar a los niños pequeños a aprender a pensar por sí mismos, la clave podría no estar en lo que usted les *dice*, sino en lo que les *pregunta*. Hacer las preguntas correctas anima a los niños a pensar en sus propias soluciones.

Siga los siguientes pasos para hacer preguntas que ayuden a su hijo preescolar a resolver un problema:

- 1. Anime a su hijo a identificar** el problema. Haga preguntas como “¿Qué está sucediendo?”
- 2. Intente guiar a su hijo** para que piense soluciones. Pregunte: “¿Qué quieres hacer acerca de esto?”
- 3. Ayude a su hijo a pensar** en las consecuencias. “Eso podría funcionar. ¿Qué crees que sucederá si hicieras eso?”
- 4. Pregúntele a su hijo** sobre las posibles alternativas. “¿Tienes alguna otra idea?” Está bien si su hijo no resuelve el problema o si no se le ocurre la respuesta “correcta”. La idea es promover primero el pensamiento independiente en lugar de simplemente proporcionarle las respuestas.

Fuente: M.B. Shure, Ph.D., *Raising a Thinking Child: Help Your Young Child to Resolve Everyday Conflicts and Get Along with Others*, Gallery Books.

Introduzca a su hijo al placer de los descubrimientos científicos



El término *ciencia* puede ser intimidante para algunos adultos. Pero el objetivo de la ciencia es descubrir cómo funciona

el mundo, algo que a los niños les encanta hacer todo el día.

Para mostrarle a su hijo preescolar lo divertida que puede ser la ciencia:

- **Hable sobre cómo cambian las cosas.** Observen juntos un árbol cercano y tomen notas sobre su aspecto. Hagan planes para hacer lo mismo durante el invierno, la primavera y el verano. ¿Cómo cambia el árbol en cada estación?
- **Comprueben predicciones.** Pídale a su hijo que adivine qué tan lejos puede arrojar una pelota. Luego mida la distancia y vean qué tan acertada es la respuesta de su hijo con respecto a la distancia real. Cambien de roles y vean si usted

puede calcular qué tan lejos puede arrojar la pelota su hijo.

- **Hágale preguntas a su hijo** que promuevan el pensamiento: *¿Por qué crees que las jirafas son altas? ¿Por qué no nieva durante el verano? ¿Cómo crees que podríamos resolver este problema?*
- **Comiencen a armar una colección** de caracoles, piedras u hojas juntos. Cada vez usted o su hijo añadan algo nuevo a la colección, hagan una comparación con los otros objetos que juntaron.

“Todo experimento brillante, como toda gran obra de arte, comienza con un acto de imaginación”.

—Jonah Lehrer

Use la música para ayudar a su hijo a fortalecer habilidades valiosas



Lo que su hijo puede aprender con la música es prácticamente ilimitado. Y hay una gran variedad de maneras de incorporar

la música a las actividades diarias.

La música puede ayudar a su hijo preescolar a:

- **Identificar emociones.** Algunas canciones son alegres; otras, tristes; y también hay canciones tranquilas y relajadas.
- **Fortalecer las habilidades lingüísticas.** Aprender las letras le permitirá a su hijo aprender vocabulario nuevo.
- **Identificar patrones y reconocer** cuándo aparecerá el estribillo de una canción.

Para ayudar a su hijo a aprovechar los beneficios de la música al máximo:

- **Asegúrese de que haya** al menos un momento en el día en el que su

hijo pueda escuchar música. Podría ser el viaje en carro a la escuela, durante la hora de juego o antes de dormir.

- **Dele oportunidades a su hijo** para moverse al ritmo de la música. Para los niños preescolares, esta actividad es aún más divertida si tienen algo para sacudir mientras se mueven. Las tiras largas de tela o los pañuelos funcionan a la perfección.
- **Combine la música** con otras actividades creativas. Por ejemplo, ponga música mientras su hijo pinta o dibuja.
- **Exponga a su hijo al ritmo.** Muéstrela cómo aplaudir al ritmo de algunas de sus canciones favoritas.

Fuente: J.R. Bradford-Vernon, *How to Be Your Child's First Teacher: Insights for Parent Involvement*, InstructionalFair, TS Denison.

¿Está ayudando a su hijo a respetar las pertenencias?



En la escuela, los estudiantes deben respetar las pertenencias de los demás, como libros, juguetes, crayones y

muebles. Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para ver si está fomentando este comportamiento:

1. **¿Le indica** a su hijo los lugares donde debe guardar sus pertenencias, como una caja para los bloques o un contenedor para los crayones?
2. **¿Crea** el hábito de ordenar? “Antes de sacar un juego nuevo, tenemos que guardar lo que usamos recién”.
3. **¿Hablan** de los beneficios de respetar las pertenencias de los demás? “Si cuidas el piano del abuelo, estoy seguro de que vas a poder volver a tocarlo”.
4. **¿Nota** cuando su hijo cuida las pertenencias? “Gracias por poner los libros en el estante. Así se van a mantener en buenas condiciones”.
5. **¿Da el ejemplo** cuidando los objetos del hogar, incluso las pertenencias de su hijo?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de las respuestas fueron *sí*, usted está ayudando a que su hijo respete las pertenencias. 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 © 2022, 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 responsabilidad y la autonomía son claves para el éxito académico



Cuando los niños se comportan bien y piensan de manera independiente, están poniendo en práctica su *autonomía*. Los estudios

muestran que este rasgo, combinado con la responsabilidad, conduce al éxito escolar.

Los niños que han aprendido la responsabilidad y la autonomía se adaptan mejor. También suelen hacer más amistades con mayor facilidad.

Para ayudar a su hijo a desarrollar estos rasgos importantes:

- **Asigne tareas fijas.** Su hijo podría sacar la basura, alimentar a una mascota o poner la mesa. Primero, demuestre cómo hacer la tarea y ayude a su hijo las primeras veces.
- **Mantenga expectativas realistas.** Intente ver las cosas desde el punto de vista de su hijo. Un niño de cuatro años no puede tomar

decisiones complejas o asumir responsabilidades que impliquen más de unos pocos pasos.

- **Ofrézcale opciones.** Dentro de los límites, permita que su hijo decida qué ropa usar, qué tarea hacer o qué libro leerán juntos.
- **Dé motivos.** Si encuentra resistencia, explique por qué quiere que su hijo haga algo. Por ejemplo, es importante recoger la ropa para mantenerla limpia y ordenada.
- **Evite usar sobornos.** No diga "Si ordenas tus juguetes, te llevo a tomar un helado". En lugar de enseñarle a ser respetuoso o responsable, los sobornos animan a los niños en enfocarse en lo que pueden obtener.

Fuente: A.C. Vasquez y otros, "Parent Autonomy Support, Academic Achievement, and Psychosocial Functioning: a Meta-analysis of Research," *Educational Psychology Review*, Springer Science+Business Media.

Una motricidad sólida prepara a su hijo para las actividades escolares



La motricidad consiste en las habilidades físicas que necesitan las personas para manipular el cuerpo. Las habilidades motrices

gruesas requieren el desarrollo de los músculos más grandes de las piernas, la espalda y los brazos. Las habilidades motrices finas implican el uso de músculos más pequeños en las manos, las muñecas, los dedos y los ojos.

Cuanto más desarrollados estén estos músculos, más fácil será para su hijo aprender a leer, escribir y participar en la escuela.

Para que su hijo fortalezca las habilidades motrices, pídale que:

- **Arme rompecabezas.**
- **Cierre cremalleras o abotone** sus prendas.
- **Dibuje, pinte y coloree** con crayones grandes, lápices, pinceles y rotuladores lavables.

- **Recorte con tijeras de seguridad** (bajo su supervisión).
- **Imite a diferentes animales.** Puede saltar como un sapo o como un canguro.
- **Amase y moldee arcilla** o masa para formar figuras y letras.
- **Pinte con los dedos.**
- **Construya con bloques.**
- **Haga rodar y atrape una pelota.**
- **Enhebre cuentas en cordones.**
- **Dé vuelta las páginas de los libros.**
- **Juegue con muñecos y figuras** de acción y los vista.
- **Junte monedas de una mesa** (bajo la supervisión de un adulto, por supuesto).

Sea paciente y permita que su hijo preescolar intente hacer las tareas de manera independiente. Observe los logros de su hijo y felicítelo por ellos para que desarrolle un sentido de orgullo y confianza en sí mismo.

P: Cuando mi hijo se queja de que no se siente bien por la mañana, no puedo darme cuenta de si realmente está enfermo o si solo está tratando quedarse en casa en lugar de ir al jardín de infantes. Muchas veces, cuando lo dejo quedarse en casa, a las 10 a.m. ya parece sentirse bien. Pasa el resto del día jugando y mirando televisión.

¿Qué debería hacer la próxima vez que diga que se siente mal antes de ir al jardín de infantes?

Preguntas y respuestas

R: Es difícil saber qué hacer cuando un niño pequeño dice que se siente mal y no quiere ir a la escuela. Si no está completamente seguro de si realmente está enfermo, siga estas recomendaciones:

- **Siga los protocolos escolares** de COVID. Si su hijo debe faltar a la escuela, explíquele que eso significa que deberá quedarse en casa en la cama para mejorarse. No podrá ver videos ni jugar por la casa.
- **Sea empático.** Si su hijo realmente no se siente bien, merece cariño y amor. Pero no le preste demasiada atención ni le brinde servicios especiales. El objetivo es crear un ambiente donde pueda recuperarse, no uno que sea tan gratificante que prefiera estar enfermo antes de ir a la escuela.
- **Sea consistente.** Si su hijo dice que se siente bien una hora más tarde y quiere levantarse, dígame que se alegra de que esté mejor, pero deberá quedarse en la cama y seguir recuperándose.

Expresé sus deseos de que mañana ya se sienta del todo bien y de que esté listo para volver a la escuela preescolar. De esa manera, su hijo aprenderá que quedarse en casa porque está enfermo es distinto a quedarse en casa para jugar.

Aventuras en el jardín de infantes

Los niños necesitan cronogramas equilibrados



A medida que las comunidades vuelven a participar de eventos y actividades presenciales, es posible que le tiente

inscribir a su hijo en varios de ellos. Y si bien eso podría producir un efecto positivo en el desarrollo y la experiencia académica de su hijo, es fundamental encontrar un equilibrio entre el tiempo estructurado y desestructurado.

Los expertos recomiendan a los padres:

- **Poner a la familia en primer lugar.** Reserve al menos 20 minutos por día para pasar tiempo en familia. Podrían jugar a un juego, salir a caminar o leer juntos.
- **Ser realistas.** Establezca expectativas razonables para su hijo. Tenga en cuenta su edad y sus habilidades al inscribirlo en actividades.
- **Establecer las metas correctas.** Tal vez sueñe con que su hijo alcance una cierta meta. Pero si ese no es el sueño de su hijo de jardín de infantes, déjelo ir. Enfóquese en lo que motiva a él.
- **Escuchar con atención.** Si hay una actividad que su hijo nunca quiere hacer, no lo fuerce.
- **Dejar tiempo libre.** Todos los niños necesitan mucho tiempo sin actividades programadas. Sin embargo, el tiempo libre no debería ser tiempo frente a las pantallas.
- **Dar un buen ejemplo.** No intente volver a vivir su juventud a través de su hijo. Hágase tiempo para seguir sus propios intereses y cultivar sus relaciones.
- **Ser un buen modelo a seguir.** Permita que su hijo lo vea equilibrando su tiempo y sus actividades.

Aliente a su escolar mientras practica la escritura

Cada vez que los niños hacen marcas en el papel a propósito, están desarrollando sus habilidades de escritura. Préstele atención a la escritura de su hijo y alíentelo en todas las etapas. Si su hijo está:

- **Garabateando, diga:** “Cuéntame sobre tu dibujo”. Es posible que le sorprenda todo lo que pensó su hijo al hacerlo. Escriba lo que él le diga sobre el dibujo debajo de las líneas. Luego, léanlo juntos.
- **Escribiendo letras** que no forman palabras, diga: “Cuéntame qué escribiste”. Escriba las palabras de manera correcta debajo de las letras de su hijo.
- **Escribiendo la consonante** inicial y final, como “SL” arriba del dibujo de un sol, diga: “Muy bien, S y L son sonidos de la



palabra *sol*”. Luego, escriba la palabra correctamente.

- **Escribiendo palabras reales,** lean las palabras juntos y felicítelo. (A esta edad, no pasa nada si hay faltas de ortografía).

Las estrategias ayudan a los niños a recuperar la concentración



Su hijo ha asistido a jardín de infantes durante algunos meses. ¿Qué debería hacer usted si el maestro le informa que a su hijo le resulta difícil prestar atención en clase? En primer lugar, mantenga la calma.

A veces, algunas estrategias simples podrían mejorar la capacidad de concentración de su hijo de jardín de infantes:

- **Cambiar el lugar** en el que se sienta. Pregunte si su hijo podría sentarse más cerca del maestro y lejos de las ventanas y de las puertas. Lo que ve y lo que oye de afuera de la clase podrían distraerlo.
- **Hablar sobre el día de su hijo** en la escuela. Pídale al maestro el cronograma de la clase y repáselo con su hijo todas las mañanas. Anticipar las actividades que sucederán ese día podría ayudar a su hijo a concentrarse.
- **Trabajar con el maestro.** ¿Hay horarios específicos en los que su hijo se distrae? ¿Se desconcentra cuando recibe listas largas de instrucciones orales, por ejemplo? Al compartir información y trabajar en conjunto, usted podrá ayudar a su hijo.

Si le preocupa la capacidad general de su hijo para concentrarse, hable con el pediatra.