

Primera Infancia Los PadresTM

Katy Independent School District

¡hacen la diferencia!



Cree un ambiente que aumente el período de atención de su hijo

Los expertos dicen que un período de atención normal es aproximadamente de tres a cinco minutos por cada año de la edad de un niño. Entonces, un niño de cuatro años debe poder concentrarse en una tarea por lo menos durante 12 minutos.

Existen muchas cosas que puede hacer en casa para ayudar a aumentar el período de atención de su hijo. Aquí tiene cómo:

- **Asegúrese de que** su hijo duerma lo suficiente. La mayoría de los niños de pre-kinder necesitan dormir entre 11 y 12 horas cada noche. Un niño con sueño no puede prestar atención.
- **Dele de comer** a su hijo una dieta saludable. Un equilibrio de granos enteros, frutas, verduras y proteína magra le proporcionan a su hijo la “comida del cerebro” que necesita para prestar atención.

- **Siga una rutina.** A los niños pequeños les gusta saber qué esperar. Eso les da un sentido de orden. A menudo, esto se ve en su comportamiento y período de atención.
- **Fomente el ejercicio.** Los niños de pre-kinder son activos y necesitan moverse. Su hijo debe hacer un poco de ejercicio todos los días.
- **Haga actividades** con su hijo que fomenten el período de atención. Lean diariamente. Armen rompecabezas, dibujen, coloreen, jueguen con bloques y jueguen juegos de mesa sencillos.
- **Manténgase positivo.** Los niños tal vez no oigan la palabra *no* al principio de una oración. Entonces, en lugar de decirle a su hijo que *no* hacer, dígame qué quiere que haga.

Fuente: B.D. Schmitt, M.D., “Attention Deficit Disorder (Short Attention Span),” Kids Growth.com, www.kidsgrowth.com/resources/articledetail.cfm?id=1007.

Los padres deben estar en el mismo equipo de disciplina



Su hijo quiebra una regla, y usted y su pareja responden de diferentes maneras. Uno de ustedes quiere aplicar una consecuencia. El otro quiere perdonar y olvidar.

La disciplina es más efectiva cuando los padres están en el mismo equipo. Para lograr esto:

- **Acepten la realidad.** Los padres a menudo tienen opiniones diferentes. Decidan estar en desacuerdo en privado y presenten un frente unido. Si su hijo nota algún desacuerdo, resuélvanlo de manera pacífica.
- **Planeen con anticipación.** Hagan un libro familiar de reglas que incluya las reglas básicas y acordadas que se apliquen tanto a los niños como a los padres.
- **Usen una señal.** Si un dilema disciplinario está a la vista, use una señal para decirle a su pareja, “Vamos a hablar en otra parte.”
- **Consulten a los expertos.** Lean un libro de crianza de niños o tomen juntos una clase de crianza de niños para permanecer en la misma página respecto a la disciplina.

Fuente: A. Brott, “Mom vs. Dad,” SheKnows Parenting, www.sheknows.com/parenting/articles/803081/when-parents-disagree-on-discipline.

La primavera es una gran ocasión para enseñar sobre los animales



Aprender sobre los animales es una gran lección de ciencias para su hijo pequeño. Y la primavera es una ocasión natural

para concentrarse en esto. Muchas clases de animales tienen crías durante la primavera.

Aquí tiene algunas maneras de ayudar a su hijo a aprender más sobre los animales bebés:

- **Lea un libro sobre animales.** Saque un libro de la biblioteca sobre el animal favorito de su hijo y cómo cuida a sus bebés. Escoja uno con muchas ilustraciones. Pídale sugerencias a la bibliotecaria o a la maestra de su hijo.
- **Visiten a los animales.** Si vive cerca de una granja o zoológico, trate de llevar a su hijo para que vea animales bebés de cerca. Si no, busque ejemplos que se encuentren más cerca de su casa, como pájaros bebés en un nido.

- **Enseñe vocabulario nuevo.** ¿Sabe su hijo que el nombre de un animal bebé a menudo difiere del nombre de su padre? Use fotografías de animales adultos y bebés para enseñarle a su hijo las palabras *vaca* y *becerro*, *caballo* y *potrillo* y otros. Vea si su hijo ya sabe los nombres de algunos animales adultos y bebés, tales como *perro* y *cachorro* y *gato* y *gatito*.

Fuente: "Oh Baby! What Baby Animal is That?" Georgia Department of Education, <http://public.doe.k12.ga.us/DWPReview.aspx?wid=89&obj=64081&mode=1>.

"Nos preocupamos por lo que un niño llegará a ser mañana, sin embargo olvidamos que es alguien hoy."

—Stacia Tauscher

Se puede mejorar el razonamiento haciendo proyectos de arte



El arte es generalmente un placer para los niños de pre-kinder. Su hijo probablemente considera que dibujar, pintar

o hacer algo con plastilina es muy divertido. Pero su hijo también está aprendiendo habilidades que pueden contribuir directamente en su éxito en la escuela.

Aquí tiene algunas cosas que su hijo aprenderá y practicará mientras haga un proyecto de arte:

- **Planificar.** Si su hijo ya pasó la etapa de garabatear, su arte incluirá un plan. Primero tiene que pensar en qué dibujar, pintar o construir. Después tiene que llevar a cabo este plan, a menudo con varios pasos.

- **Clasificar.** Cuando su hijo está dibujando una ilustración, piensa cosas como "¿Pertenece esto aquí?" y "¿Se ve bien esto?" Usted verá que esta habilidad se desarrolla a medida que su hijo aprende a dibujar flores encima del pasto, por ejemplo, en lugar de flotando en el medio de la hoja.
- **Juzgar.** Hacer arte le enseña a su hijo a ser crítico. Después de trabajar en un proyecto, tendrá una opinión respecto a él. Esa opinión podría conducirlo a hacer algo de diferente manera la próxima vez.

Fuente: "Fact Sheet About the Benefits of Arts Education for Children," Americans for the Arts, www.artsusa.org/get_involved/advocacy/funding_resources/default_005.asp.

¿Está haciendo que la lectura sea divertida para su hijo?



Leer con su hijo es una de las mejores maneras de prepararlo para la escuela. Conteste *si* o *no* para ver si está haciendo que la lectura sea divertida:

1. **¿Escoge libros que le interesarán a su hijo?**
2. **¿Lee con entusiasmo?** Use diferentes voces para los personajes y cambie su tono de voz.
3. **¿Habla sobre lo que leyó?** Háglele preguntas interesantes, como, "¿Qué piensas que sucederá?" y "¿Cuál es tu parte favorita?"
4. **¿Le permite interrumpir?** Es bueno permitirles a los niños que hagan preguntas y que contribuyan con palabras que han memorizado.
5. **¿Desarrolla el tema sobre el cual leyó?** Lea sus libros favoritos varias veces para que su hijo les saque mayor provecho. Hagan actividades relacionadas, como visitar una estación de tren después de haber leído sobre los trenes.

¿Cómo le está yendo?

Cada respuesta *sí* significa que lo está ayudando a su hijo a disfrutar de la lectura. Para cada respuesta *no*, intente la idea correspondiente 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 por The Parent Institute, una división de NIS, Inc., una agencia independiente y privada. Empleador con igualdad de oportunidad. Copyright © 2011 NIS, Inc.

Editor Responsable: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Rebecca Miyares.

Escritoras: Susan O'Brien y Maria Koklanaris.

Editora de Traducciones: Victoria M. Gaviola.

Ilustraciones: Joe Mignella.

Traductoras: Kelly Maldonado y Dolores Quintela.

Enséñele a su hijo cómo portarse de manera apropiada en la escuela



¡Un estudio de Yale mostró que los niños de pre-kinder son tres veces más proclives a ser expulsados de la escuela que los estudiantes de K-12 combinados! A menudo, la causa es patear, golpear, morder, dañar la propiedad y otros comportamientos agresivos.

El pre-kinder aumenta la probabilidad de éxito de su hijo en la escuela primaria. Por eso es esencial ayudarlo a aprender a controlar su enojo—y a permanecer en el pre-kinder.

Intente estas estrategias:

- **No le diga a su hijo** que no debe enojarse. Esto puede hacer que oculte su enojo en lugar de expresarlo de manera sana.
- **Averigüe por qué** está enojado su hijo. Pregúntele qué sucedió y por qué. Escuche con atención lo que dice.

- **Ponga sus sentimientos** en palabras por él y válidelos. “Debes estar muy enojado. Está bien, yo también me enojo.”
- **Corrija el comportamiento** agresivo. “Aun cuando estés enojado, no debes golpear a tu amigo.”
- **Sugíerale que descargue** su enojo de manera sana. Puede arrojar una pelota contra la pared fuera de la casa, golpear una almohada, o dibujar una ilustración de lo que sucedió.
- **Dígale a su hijo** que hablará con él cuando se tranquilice. Después hable sobre maneras de expresar su enojo verbalmente. Actúen diferentes situaciones.

Fuentes: E. Chute, “Preschool Expulsion Rate Triple K-12 Rate, Study Says,” Pittsburgh Post-Gazette, www.post-gazette.com/pg/05137/505593.stm; y Joan Message Barbuto, The ABCs of Parenting: A Guide To Help Parents and Caretakers Handle Childrearing Problems, ISBN: 1-56875-062-5, R & E Publishers.

No es demasiado temprano para comenzar a enseñar empatía



La mayoría de los padres saben que los niños de dos años son un poco egoístas. Ellos no tienen la intención de serlo.

Simplemente aún no tienen la habilidad para considerar cómo podrían sentirse los demás. Esa es la razón por la que el lema de cada niño parece ser: “¡Mío!”

Pero a medida que su hijo crezca, también debe dejar estas actitudes egoístas. La *empatía*—ponerse en el lugar de otra persona—es una clave para tratar a los demás con amabilidad, respeto e imparcialidad. También es una clave para educar a un niño con buen carácter.

Desarrollar la empatía lleva tiempo, pero usted puede empezar con éstas estrategias:

- **Respóndale a su hijo.** Eso no quiere decir que le conceda todos

sus deseos. En lugar de eso, muestre interés en lo que está haciendo. Muestre compasión cuando se le presenta un problema. Un niño que se siente querido puede luego querer a otros.

- **Haga notar la situación** de otros. Si otro niño está llorando, pregúntele a su hijo por qué piensa que el niño está alterado.
- **Mencione los sentimientos** de su hijo por él. “Parece que estás muy *descontento*.” “¡Ah, realmente pareces estar *emocionado*!” “Esa sonrisa debe significar que te estás sintiendo *estupendo*.” Un niño que puede identificar sus propios sentimientos puede descubrirlos más fácilmente en los demás.

Fuente: M. Szalavitz, “How Not to Raise a Bully: The Early Roots of Empathy,” Time.com, www.time.com/time/printout/0,8816,1982190,00.html.

Q: Mi hija asistirá al kinder el próximo otoño. Sé que está bien si todavía no sabe leer. Pero tiene interés. ¿Puede sugerir algunas actividades que fomenten su interés pero que no le hagan sentir que la estoy presionando?

Preguntas y respuestas

R: Usted probablemente ya sabe que debe leer con su hija todos los días. Aquí tiene otras cosas que también puede hacer:

- **Hablen sobre el alfabeto.** Digan tanto los nombres de las letras como el sonido que éstas producen. Por ejemplo, “La letra M hace *mmm*.”
- **Lean a primera vista.** Su hija disfrutará poder reconocer su propio nombre y palabras comunes, tales como el “alto” en una señal de alto.
- **Hablen sobre los libros.** Muéstrela a su hija el título del libro en la portada. Señale el autor, explicando que esa es la persona quien escribió el cuento. Muéstrela cómo las letras impresas en la página van de la izquierda hacia la derecha.
- **Saque libros de la biblioteca** que tengan ilustraciones rotuladas. Muéstrela a su hija cómo la ilustración va junto con la palabra. Entonces, cuando ustedes vean otras ilustraciones, dígame a su hija que piense en una palabra que encaje con ellas.
- **Lea libros con rimas.** Las palabras que riman le mostrarán a su hija que las palabras que se ven iguales normalmente suenan iguales. Se puede oír *ato* al final de *gato*, *pato*, y *zapato*. Ésta es una destreza de lectura importante.

—Maria Koklanaris,
The Parent Institute

Aventuras en el jardín de infantes

Use el trabajo en equipo para resolver problemas



Usted quería que su hijo se desarrollara bien en el kinder y ahora está teniendo dificultades. Usted puede sentirse preocupada y abrumada. Anímese. ¡Su deseo de ver triunfar a su hijo es poderoso! Utilícelo para resolver problemas con la escuela y encarar desafíos, tales como:

- **Ajustarse a una nueva situación.** Tal vez su hijo no asistió al pre-kinder y extraña su casa. O tal vez las transiciones sean difíciles para él. Al trabajar con su maestra, usted puede ayudar a su hijo a superar estos problemas.
- **Comunicarse bien.** Algunos niños de kinder rara vez hablan en clase. Hacerse amigos y hacer preguntas puede resultarles difícil. Haga representaciones teatrales con su hijo en casa.
- **Seguir instrucciones.** Si su hijo no hace lo que la maestra pide, las instrucciones pueden parecerle muy complicadas. O tal vez se le dificulte seguir instrucciones. Hable con la maestra para averiguar la causa.
- **Desarrollar los músculos de los dedos.** El kinder incluye bastantes actividades de cortar, pegar, dibujar y otras actividades de los músculos pequeños. Si su hijo no ha dominado estas habilidades, continúen practicando en casa.
- **Llevarse bien.** Se espera que los niños de kinder respeten a las personas y sus pertenencias. Es útil enfatizar las reglas de la escuela en casa y aplicar la disciplina de manera justa y constante.

Fuente: "Top Signs of Trouble in Kindergarten," FamilyEducation, <http://school.familyeducation.com/kindergarten/standards/38492.html>.

La participación de los padres es clave para el éxito en el kinder

La investigación muestra que la participación de los padres en el kinder puede ayudar a los estudiantes académica y socialmente. Cuando usted refuerza lo que su hijo aprende en la escuela, usted aumenta sus posibilidades de tener éxito. Para reforzar el aprendizaje:

- **Comuníquese con la escuela.** Revise los documentos que envía la escuela, hable con la maestra y ofrezca sus servicios como voluntario cuando sea posible.
- **Establezca buenos hábitos.** Ayude a su hijo a terminar la tarea a la misma hora todos los días. Escoja un lugar tranquilo, cómodo y bien iluminado.
- **Haga preguntas.** Hable con su hijo de la escuela. Diga cosas como, "Enséñame algo que hayas aprendido hoy."
- **Planee viajes.** Encuentre maneras de ampliar lo que aprendió en la clase. Si su hijo aprende cosas



sobre a los animales, vayan a un zoológico o a una granja.

- **Lean juntos.** Pase por lo menos 10 minutos leyendo con su hijo cada día.
- **Limite la televisión y los videojuegos.** No permita que la tecnología interfiera con leer, hablar y jugar con amigos.

Fuente: L. Hinkle, "Kindergarten & Parent Involvement," LIVESTRONG.COM, www.livestrong.com/article/228273-kindergarten-parent-involvement/.

Los bloques pueden desarrollar destrezas de matemáticas



Jugar con bloques lo ayudará a su hijo a construir una base sólida para sus futuras destrezas matemáticas.

Aquí tiene algunas de las destrezas matemáticas que su hijo aprende por medio de los bloques:

- **Identificar formas y cómo se encajan o apilan juntas.** Su hijo aprenderá sobre formas durante todos sus años en la escuela. Esta habilidad es la base para la geometría y otros niveles de matemáticas más altos.
- **Hacer patrones.** Todo lo relacionado con matemáticas está

basado de algún modo en un patrón. Su hijo está practicando patrones cuando apila un bloque rojo, después uno amarillo, y después otro bloque rojo.

- **Sumar y restar.** Su hijo frecuentemente colocará un bloque en su torre, o decidirá que está muy grande y quitará uno. De esta manera está aprendiendo cómo sumar, restar y los conceptos de *más* y *menos* cuando hace esto.

Fuente: "Idaho parents and children learn math concepts through Block Fest," University of Idaho Extension, www.extension.uidaho.edu/impacts/Pdf_09/18-09_hshaklee-blockfest.pdf.