

Los Padres TM

Katy Independent School District

¡hacen la diferencia!



Usted puede ayudar a su hijo a entender palabras de posición

Su preescolar está aprendiendo sobre sí misma como persona en estos años críticos. Una parte clave de este aprendizaje es entender los conceptos espaciales. Esto suena elaborado pero lo que realmente significa es tener un sentido de dónde está y de lo que está a su alrededor. Su hija también necesita conocer las palabras para describir su posición en el espacio.

Cuando su hija tenga:

- **Dos años aproximadamente,** trabaje en conceptos espaciales simples como dentro, fuera y sobre. Hable con su hija de estos conceptos varias veces al día. “Pongamos los bloques *dentro* de la caja.” “Te voy a sacar *fuera* del auto ahora.” “Vamos a poner algunos confites de colores *encima* del pastel.”
- **Tres años aproximadamente,** usted puede añadir conceptos más

difíciles como encima y *debajo*. Hay bastantes oportunidades en la casa. “Veo tus zapatos *debajo* de la mesa.” (Toque la mesa, y después señale los zapatos debajo de ella.) O vayan al campo de juegos. “¡Corramos juntos por debajo de la resbaladilla!”

- **Cuatro años o más,** continúe trabajando con palabras espaciales más sofisticadas. Algunas de éstas son *detrás, en frente de* y *junto a*. Estos conceptos son especialmente importantes para cuando su hija comience a ir a la escuela. Usted puede demostrar estos conceptos con juguetes. Forme una fila de varios camiones o animales de peluche y muéstrela a su hija cómo colocarlos, *detrás de, en frente de* y *junto a* cada uno.

Fuente: “Child development chart: Preschool milestones,” Mayo Clinic, www.mayoclinic.com/health/child-development/MY00136.

Maneras creativas para reducir el tiempo de pantalla



Hoy, hasta los niños pequeños tienden a distraerse en exceso con los medios de comunicación.

Los padres se cansan de tratar de alejarlos de ellos. El hecho de limitar el tiempo que su hijo pasa frente a una pantalla puede ser desafiante. Aquí tiene algunas estrategias probadas por padres que realmente funcionan:

- **El sistema de boletos.** Dele a su hijo algunos boletos de papel cada semana. Manténgalos cerca de la televisión o del sistema de videojuegos. Cada vez que juegue o mire tele por 30 minutos, quítele un boleto. Cuando se hayan terminado los boletos, también se termina el tiempo de pantalla esa semana.
- **El sistema de canicas.** Consiga dos tarros. Coloque canicas en uno de ellos. Cada vez que su hijo juegue o mire tele durante 30 minutos, haga que traslade cinco canicas (cuéntenlas juntos) al otro tarro. Cuando hayan transferido todas las canicas, el tiempo de pantalla se termina.
- **El sistema de trueque.** Ponga una estrella en el calendario cada vez que su hijo juegue de manera activa (correr, jugar a la roña, etc.) durante por lo menos 30 minutos. Los días que gane una estrella, tiene 30 minutos de tiempo de pantalla.

Los expertos dicen que muchos factores afectan la atención



Los problemas de atención pueden ser confusos. ¿Por qué se concentran bien los niños en una cosa (como ver jugar a otro niño) pero no prestan atención a otra cosa (como las instrucciones del maestro)? Hay muchas posibilidades:

- **Motivación.** Cuanto más interesante es algo, más fácil es prestar atención.
- **Distracciones.** Es difícil poder concentrarse cuando las personas, ruidos o necesidades interfieren.
- **Intereses.** Un niño al que le gustan los trenes podría ser capaz de escuchar un cuento largo sobre ellos.
- **Complejidad.** Requiere menos esfuerzo concentrarse en las tareas simples que en las difíciles.
- **Comodidad.** Los niños podrían prestarle más atención a personas que conocen.
- **Edad.** Los preescolares pueden realizar una actividad durante 15

minutos o más tiempo, pero eso es raro para los más pequeños. Cuando usted quiera que su hijo preste atención, ayúdelo portándose de manera positiva y paciente. Enseñe por medio de actividades que le gusten, como cantar, leer y explorar. Mantenga expectativas razonables y tómense descansos cuando sea necesario.

Recuerde que a esta edad, aprender debe ser *siempre* divertido.

Fuente: "Understanding Attention Span in the Early Years," Children's Hospital, Richmond, Virginia, www.childrenshosp-richmond.org/CMS/index.php/library/articles/457/.

"Para que un niño conserve su sentido innato de sorprenderse, necesita la compañía de por lo menos un adulto que lo comparta, redescubriendo con él la emoción, alegría y misterio del mundo en el que vivimos."

—Rachel Carson

Desarrolle las destrezas motrices de su hijo jugando con pelotas



Jugar juegos con pelotas es una manera simple y divertida de que su hijo fortalezca los músculos grandes de su cuerpo. Ya que los juegos con pelotas son fáciles de jugar con amigos, su hijo también aprenderá habilidades sociales y el espíritu deportivo. Aquí tiene ideas:

- **Pateen una pelota grande** de un lado a otro.
- **Jueguen a atrapar la pelota.** Diseñe el juego de acuerdo con los intereses y habilidades de su hijo. Algunos niños pequeños necesitan comenzar con pelotas grandes y suaves (como pelotas hechas de esponja) que se les arrojan desde una distancia corta. Otros pueden atrapar pelotas más pequeñas.
- **Consiga varios recipientes** o cajas abiertas. Haga que su hijo practique lanzar pelotas de diferentes tamaños dentro de ellas. Si le resulta fácil, que practique lanzarlas desde distancias más grandes.
- **Deje que su hijo practique** batear una pelota colocada arriba de varias cajas apiladas.
- **Jueguen a rebotar y atrapar.** Muéstrela a su hijo cómo lanzar una pelota hacia el suelo y hacer que rebote. Haga que trate de atraparla otra vez. Si esto resulta fácil, trate de usar una pelota más pequeña y pídale que la haga rebotar más fuerte de manera que tenga que atraparla en el aire.

Fuente: Becky Daniel, *The Playful Child*, ISBN: 1-56822-956-9, School Specialty Publishing.

¿Está participando en el pre-kinder de su hijo?



Los estudios muestran que la participación de los padres en la educación ayuda a los niños a que les vaya mejor en la escuela. Conteste *sí* o *no* para ver si está participando:

1. **¿Ofrece su ayuda** para las actividades de la clase, como leer, acompañar y ayudar al maestro?
2. **¿Colabora en su casa** preparando materiales de la clase y ayudando a planificar eventos especiales?
3. **¿Revisa la información** que le mandan a casa? Revise la mochila de su hijo cada día.
4. **¿Se mantiene en contacto** con el maestro de su hijo? Hable del progreso y preocupaciones, y siempre asista a las conferencias de padres y maestros.
5. **¿Lee con su hijo** todos los días? Esta es una de las mejores maneras de apoyar su aprendizaje.

¿Cómo le está yendo?

Cada respuesta *sí* significa que usted participa y ayuda a su hijo a aprender. 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 © 2010 NIS, Inc.

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

Redactora: Rebecca Miyares.

Escritoras: Susan O'Brien y Maria Koklanaris.

Editora de Traducciones: Victoria M. Gaviola.

Ilustraciones: Joe Mignella.

Traductoras: Kelly Maldonado y Dolores Quintela.

Fomente la honestidad ayudando a su hijo a decir la verdad siempre



La mayoría de la gente concuerda en que alguien que miente no es confiable. Pero no se apure a colocar a su hijo en esa categoría. Decir la verdad es una cualidad que un niño desarrolla en el transcurso de varios años.

Los niños aún están aprendiendo la diferencia entre la fantasía y la realidad. Si su hijo le dice algo que desea que fuera verdad, pero que no podría serlo, no es realmente una mentira. Es practicar la fantasía, una parte importante de su desarrollo.

Pero su hijo puede aprender a decir la verdad a medida que crece. Y usted puede ayudar si:

- **Modela honestidad.** Su hijo tal vez no le escuche siempre. Pero le imitará. Así que no permita que lo pesque mintiendo.
- **Dice la verdad por su hijo.** Imagine que entra a la cocina y ve migajas de galletas en la mesa. Le pregunta

a su hijo si comió una galleta sin permiso. “¡No!” dice. No se enoje, dígame la verdad. “Sé que no quieres meterte en líos. Pero hay migajas de galletas por todas partes, y en tu cara. Creo que comiste galletas. Está bien que me lo digas.”

- **Aprecia la honestidad.** Presionar a su hijo a decir la verdad puede resultar contraproducente si lo castiga cuando lo hace. En esta etapa su hijo debe ser elogiado por decir la verdad. Eso demuestra que está aprendiendo a tomar las decisiones correctas.

Mantenerse calmado sobre a la verdad también será beneficioso cuando su hijo sea adolescente. A esa edad, las mentiras pueden ponerlo en peligro. Saber que puede acudir a usted con la verdad garantiza su seguridad.

Fuente: Nancy Samalin, *Loving Without Spoiling And 100 Other Timeless Tips for Raising Terrific Kids*, ISBN: 0-07-142492-X, Contemporary Books, the McGraw-Hill Companies.

Los estudios sugieren que ver tele fomenta las destrezas del lenguaje



Su hijo quiere ver un programa que enseña lectura, pero usted está confundido. ¿Es realmente útil la televisión educativa? ¿O debe evitarse la televisión totalmente? Estudios realizados por Annenberg School for Communication sugieren que:

- **Limitar el tiempo de televisión** (como 10 horas o menos a la semana para preescolares) es importante, pero usted también debe escoger programas educativos de buena calidad que sean buenos para su hijo.
- **Los lectores principiantes** pueden beneficiarse de algunos programas. Busque programas que planeen las narraciones bien, que ayuden a los niños a reconocer las palabras, y que enseñen sonidos

que formen palabras. Los subtítulos que aparecen en la pantalla también ayudan.

- **Mirar televisión con su hijo** puede hacer que el tiempo de verla sea más educativo y que limite los efectos dañinos. Hable de conceptos y relaciónelos con la vida de su hijo. Por ejemplo, “Ese niño vive en una ciudad. ¿Tu vives en una ciudad o en el campo?”
- **La manera en que se produce** un programa afecta su valor. Por ejemplo, a los niños a menudo les gusta—y aprenden del—humor. Pero los efectos especiales deben utilizarse cuidadosamente para que mejoren, y no distraigan, la lección.

Fuente: “For Parents: What We Know,” Annenberg School for Communication, University of Pennsylvania, http://childrenmedia.asc.upenn.edu/childrenmedia/What_We_Know.asp.

P: Mi hijo de cuatro años ha estado en su clase de pre-kinder durante un mes. Ayer visité su clase. Para mi sorpresa, algunos de los niños (mayormente las niñas) ya escriben sus nombres. Mientras que mi hijo aún no ha dominado realmente una figura de palo. ¿Qué puedo hacer para ayudar? ¿Se supone que debe comenzar a ir a kinder en menos de un año!

Preguntas y respuestas

R: Los niños desarrollan diferentes habilidades a diferentes ritmos. No es inusual que un niño de cuatro años parezca estar un poco atrasado en sus destrezas motrices finas. (Estas son las destrezas que incluyen los músculos pequeños de las manos que se utilizan para escribir y dibujar.) Además, las niñas parecen desarrollar las destrezas motrices finas un poco antes que muchos niños.

No se preocupe mucho en este momento. En lugar de eso, involucre a su niño en actividades que puedan ayudarlo con sus destrezas motrices finas. Con su hijo:

- **Jueguen con plastilina o barro.**
- **Pinten con los dedos.** Pueden hacer esto con pintura para pintar con dedos si quieren, pero los niños también disfrutan “pintar” con crema de afeitar y pudín.
- **Armen rompecabezas sencillos.**
- **Jueguen con bloques** de construcción que se encajen juntos. Muchos niños aprenden esto rápidamente y disfrutan hacerlo por largos períodos de tiempo.
- **Experimenten** con diferentes clases de herramientas de escribir. Comiencen con marcadores, y después con tiza, crayones y finalmente con lápices.

Las actividades prácticas como vestirse y desvestirse, peinarse y lavarse los dientes ayudarán a su hijo a desarrollar sus destrezas motrices finas. Si sigue preocupado luego de unos meses, hable con su maestro o con su doctor.

—María Koklanaris,
The Parent Institute

Aventuras en el jardín de infantes

Desarrolle buenos hábitos de tarea durante kinder



Muchos padres quedan sorprendidos cuando a su hijo de preescolar se le asigna una tarea. Se preguntan si la tarea es realmente necesaria en el kinder.

El tiempo de estudio es educativo, por supuesto, pero también desarrolla hábitos de tarea y mantiene actualizados a los padres. A su hijo de kinder se le puede pedir que haga un trabajo corto y que lea con usted. Usted también debe tomarse un poco de tiempo para que revisen los documentos y papeles de la escuela juntos.

Para aprovechar al máximo el tiempo de estudio de su hijo:

- **Escoja una hora y un lugar** para hacer la tarea. Algunos niños se concentran mejor apenas llegan a casa. Otros necesitan tomar un refrigerio y tiempo de recreo primero. Cualquier cosa que decida, trabajen en un lugar tranquilo, cómodo y a la misma hora cada día.
- **Permanezca con su hijo.** Hable sobre las tareas, pero déjelo que haga el trabajo. Si la lectura es especialmente difícil, pregúntele al maestro si está bien que se turnen para leer en voz alta. Revise su comprensión haciendo preguntas, tales como, “¿Qué sucedió en el cuento?” y “¿Cómo terminó?”
- **Celebre los logros.** A su edad, la tarea no debe sentirse como un trabajo. (Si así parece, hable con el maestro.) Haga que el tiempo de estudio sea optimista, divertido y corto. Cuando se termine, elogie el esfuerzo de su hijo, y disfruten de haber terminado. “¡Hiciste todo tu trabajo muy bien! ¡Ahora podemos ir al parque!”

Asista a la conferencia de padres y maestros con seguridad

Entre los muchos “primeros” en el kinder, existe uno para los padres—la primera conferencia de padres y maestros. Es natural sentirse ansioso porque va a hablar con el maestro. Pero un poquito de preparación ayuda mucho a calmar los nervios y a crear el éxito.

Lo siguiente ayuda:

- **Revisar la tarea.** Durante el tiempo que precede a la reunión, preste más atención al aprendizaje de su hijo. ¿La hora de la tarea transcurre sin complicaciones? ¿Parece que su hijo está teniendo dificultades o está sobresaliendo en ciertas áreas? ¿Cómo se siente acerca de la escuela?
- **Hacer una lista.** ¿Cuáles son las cosas más importantes sobre las cuales quiere hablar? Incluya cualquier tipo de cambio en la vida de su hijo. También haga preguntas, como, “¿Cómo se lleva mi hijo con los compañeros de clase?”



- **Llegar a tiempo.** Las reuniones pueden ser breves, ¡entonces no desperdicie ni un minuto!
- **Mantener la mente abierta.** Todos los niños tienen áreas para mejorar. A veces oír esto es difícil para los padres. Concéntrese en las soluciones y recuerde su meta compartida: ¡ayudar a su hijo a triunfar! Después de la reunión, manténgase en contacto.

Fuente: D. Geiger, “Make the Most of Your Parent-Teacher Conference,” Scholastic, www2.scholastic.com/browse/article.jsp?id=3745993.

Añada conversaciones sobre la escuela a la rutina familiar diaria



Es importante hacerle preguntas a su hijo sobre la escuela todos los días. Pero algunos niños son muy poco comunicativos cuando se les pregunta algo relacionado con la escuela. Para lograr que su hijo de kinder hable:

- **Haga sugerencias.** Diga cosas como, “Háblame de tu parte favorita del día,” o “Aprendiste sobre los árboles en la escuela. Enséñame lo que aprendiste.” También comparta las buenas noticias de su día.

- **Haga preguntas abiertas.** Éstas no pueden contestarse con un sí, no o bien. “¿Qué proyectos artísticos hiciste hoy?” “¿Qué leyó tu maestro en la hora de lectura?” “¿A qué jugaste en el recreo?”
- **Muestre interés.** Cuando su hijo describa la escuela, escuche sin interrumpir y responda con interés. “¡Eso suena divertido!”
- **Hable de lo que sigue.** Revise el calendario de clases para ver los próximos eventos. Fomente la emoción por ellos. Cuando se lleven a cabo, ¡hablen de ellos otra vez!