

Ayudando a los Niños a Aprender™

Consejos que las Familias Pueden Usar para Ayudar a los Niños a Salir Mejor en la Escuela



PRIMERA INFANCIA

Diciembre 2018

Cotulla Independent School District

Haga preguntas que ayuden a su hijo a aprender a resolver problemas

La resolución de problemas es una herramienta que su hijo usará durante toda su vida, y los años pre-escolares son el momento oportuno para desarrollarla. La resolución de problemas requiere tres cualidades: la imaginación, la perseverancia y la flexibilidad, y todas ayudarán a su hijo en la escuela primaria.

Hacerle preguntas a su hijo en lugar de ofrecerle respuestas le da la oportunidad de idear sus propias soluciones. Para guiarlo a través del proceso de resolución de problemas, pídale que:



- 1. Identifique el problema.** Si su hijo está frustrado porque su torre de bloques se cae, usted podría decirle, "Se ve que algo no está funcionando. ¿Qué podría estar pasando?"
- 2. Busque soluciones.** Primero, hágale preguntas para que piense ideas, "¿Qué quieres hacer acerca de eso?" y "¿Tienes alguna otra idea?" Si él necesita ayuda, hágale una sugerencia al preguntarle: "¿Has pensado en ...?"
- 3. Prevea las consecuencias.** Pregúntele, "¿Qué crees que pasaría si hicieras esto?" Pregúntele cómo sus opciones podrían afectar a los demás. "Si tiras los bloques, ¿cómo crees que se sentirá tu hermana cuando no pueda jugar con ellos?"
- 4. Pruebe una solución apropiada.** Luego pregúntele, "¿Cómo funcionó eso?" Si no funcionó, pregúntele, "¿Qué intentarás a continuación?"

Fuente: G. Innis, "Problem-solving skills begin in preschool," Michigan State University Extension, nswc.com/ask-solve.



Hábitos simples que fomentan la atención

Para poder aprender en el salón de clase, su hijo tendrá que prestar atención. Establecer un estilo de vida que sea propicio a la atención en casa puede ayudarlo a hacer su mayor esfuerzo en la escuela. Los hábitos que fomentan esto incluyen:

- El sueño.** La falta de sueño dificulta la concentración de los niños. La privación del sueño también causa síntomas que pueden confundirse por Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad. Los niños preescolares necesitan dormir entre 10 y 13 horas por día.
- El ejercicio.** Los estudios han revelado que hacer ejercicio vigoroso todos los días mejora la memoria y la atención.
- La nutrición.** Los alimentos sanos, como proteína magra y verduras y frutas frescas, deberían ser los principales alimentos en la dieta de su hijo.
- La lectura y el juego creativo.** Estas actividades estimulan la mente de maneras más positivas que la TV y los juegos de computadora, que pueden causar desconexión y distracción.

Fuente: "Attention Problems: Intervention and Resources," Center for Mental Health in Schools at UCLA, nswc.com/attspan.

Regalen actos bondadosos

Esta temporada festiva, enséñele a su hijo que la bondad es el mejor regalo que puede darles a los demás. Para animarlo, usted puede:

- **Ayudarlo a hacer cupones** para regalar que valgan por un abrazo o una mano de ayuda.
- **Revisar su ropero** y escoger artículos en buen estado para donar.
- **Enseñarle a expresar** su agradecimiento por los regalos y la amabilidad de la gente.

Hable de matemática a diario

Los investigadores sostienen que enseñarle a su hijo sobre los números y los conceptos matemáticos en casa no solo desarrolla sus habilidades matemáticas, sino que también podría ampliar su vocabulario. Y además es fácil de hacer:

- **Cuenten juntos.** Cuenten las cucharas mientras ponen la mesa o los calcetines mientras los guardan en los cajones.
- **Comparen cantidades.** "Este tazón tiene *más* arroz. Ese tiene *menos*".
- **Sea específico** con los números. Diga, "Leamos estos *tres* libros", en lugar de "Leamos unos libros".



Fuente: A.R. Napoli y D.J. Purpura, "The home literacy and numeracy environment in preschool," *Journal of Experimental Child Psychology*, nswc.com/numbertalk.

Jueguen con las formas

¡Los moldes de galletas no solo sirven para hornear! También son útiles para enseñarle a su hijo sobre las formas geométricas. Hágalo así:

- 1. Coloque** varios moldes de galletas sobre una hoja de papel.
- 2. Ayude** a su hijo a trazar alrededor de cada uno con un lápiz.
- 3. Hable** de las formas.
- 4. Meta** los moldes en una bolsa de papel y señale una de las formas en la hoja. Vea si su hijo puede meter la mano con cuidado en la bolsa e identificar el molde correspondiente usando el tacto.



Ayudando a los Niños a Aprender™

Consejos que las Familias Pueden Usar para Ayudar a los Niños a Salir Mejor en la Escuela



PRIMERA INFANCIA

Diciembre 2018



¿Afectarán las vacaciones la rutina de mi hijo preescolar?

P: Nuestra familia tiene una buena rutina escolar diaria establecida. Durante las fiestas, estaremos de vacaciones unas semanas y tendremos que ser más flexibles. ¿Cómo puedo evitar tener que comenzar todo de nuevo cuando mi hijo regrese a la escuela preescolar en enero?

R: Abandonar por completo todas las rutinas durante semanas podría dificultar el regreso al horario académico para su hijo preescolar. Pero es probable que eso no sea necesario. Para mantener las cosas bien encaminadas y facilitar el regreso a la rutina:



- **Es importante que el horario de su hijo** se mantenga lo más normal posible. Habrá días en los que tengan que comer o dormir en horas inusuales, pero lo más probable es que usted pueda planificar estas situaciones. El resto del tiempo, dele de comer a la misma hora en la que suele comer. Siga el horario regular para acostarse.
- **Haga cumplir las reglas generales.** Las fiestas no son buen pretexto para relajar sus expectativas de buen comportamiento. De hecho, los muchos cambios que su hijo posiblemente tenga que enfrentar son un motivo más por el que es importante hacer cumplir la disciplina y la conducta respetuosa.
- **Hable sobre la escuela preescolar.** Algunos niños piensan que el año académico ha acabado cuando oyen a los adultos hablar sobre el final del año calendario. Diga cosas como, "¿No será divertido contarle a tu maestra sobre nuestro viaje cuando regreses a la escuela preescolar?"

Cuestionario Para Padres

¿Espera que su hijo siga las reglas?

Cuando usted sigue reglas básicas en casa, su hijo adquiere un sentido de seguridad al saber qué esperar. También es más probable que siga las reglas en la escuela. ¿Está enseñando el respeto por las reglas? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Tiene** una lista corta de reglas, para que su hijo no se confunda ni se abruma?
2. **¿Explica** las reglas de manera clara y específica? "Decimos por favor y gracias" es mejor que "Sé cortés".
3. **¿Crea** rutinas que ayudarán a su hijo a cooperar? Hacer las mismas cosas de la misma manera todos los días hace que sean más fáciles de recordar.
4. **¿Hace cumplir** las reglas de manera sistemática?
5. **¿Adapta** las reglas a medida que su hijo crece, y elogia sus habilidades nuevas?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus respuestas fueron *sí*, está ayudando a su hijo a aprender sobre las reglas. Para las respuestas *no*, pruebe la idea correspondiente del cuestionario.

"La disciplina es el fuego refinador por medio del que el talento se convierte en habilidad".
—Roy L. Smith

Escuchar requiere práctica

Decirle a un niño que escuche no es suficiente para desarrollar esta habilidad académica tan necesaria para el éxito. Dele a su hijo oportunidades para que practique sus habilidades de escucha de manera divertida:

- **Jueguen juegos** que requieren que el jugador escuche, como Simón Dice. Su hijo tendrá que escuchar con detenimiento para saber si es "Simón" el que da la instrucción para ver si debe obedecer.
- **Narre historias.** Lea o cuéntele a su hijo una historia detallada varias veces. Luego, finja que no recuerda parte de ella. ¿Puede su hijo terminar la historia para usted?
- **Permita que su hijo ayude** en casa. Escoja una tarea que le interese y dele instrucciones específicas para que siga. "Llena la regadera. Toca la tierra en la maceta. Si está seca, riega la planta".

Hable sobre los chismes

Chismosear tal vez hace que los preescolares se sientan importantes, pero ninguna maestra quiere tener un salón de clase lleno de chismosos. Déjele saber a su hijo que él:

- **Debería** informar a un adulto sobre otra persona cuando esta información pueda protegerla de peligro (Sara está jugando con cerillos).
- **No debería** chismosear con el propósito de meter en líos a otra persona (Marco se comió tres galletitas).



El bienestar y el aprendizaje

El invierno es la temporada de resfriados y otras enfermedades que pueden dificultar el aprendizaje de los niños. Para ayudar tanto a su hijo como todos a su alrededor a mantenerse sanos:

- **Procure mantenerse al día** con las visitas médicas programadas.
- **Asegúrese de que su hijo use ropa** que lo proteja contra el frío y la precipitación: una chamarra gruesa, una gorra, manoplas, etc.
- **Dígale que se lave las manos** cuando llegue a casa luego de estar con otras personas.

Ayudando a los Niños a Aprender™

Publicado en inglés y español, de septiembre a mayo.

Editor Responsable: Doris McLaughlin.

Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Alison McLean. Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Editoras: Rebecca Miyares y Erika Beasley.

Gerente de Producción: Sara Amon.

Copyright © 2018, The Parent Institute®, una división de PaperClip Media, Inc.

P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474

1-800-756-5525 • www.parent-institute.com • ISSN 1527-1048