

Ayudando a los Niños a Aprender

PRIMERA INFANCIA

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



Septiembre 2023

Leer con su hijo todos los días es la receta para un futuro brillante

Cuando le lee en voz alta a su hijo preescolar todos los días, hace mucho más que desarrollar la preparación para la lectura. También desarrolla su capacidad intelectual y aumenta sus probabilidades de alcanzar el éxito en una gran variedad de materias escolares. Además, fortalece la importante conexión entre ustedes.

Para obtener los mejores resultados:

- **Lean juntos todos los días.** Convierta esa actividad en una parte agradable de la rutina. Lea con entusiasmo y haga una pausa para hablar con su hijo sobre lo que están leyendo. Pídale que dé vuelta las páginas.
- **No dependa de las pantallas.** Las investigaciones muestran que los niños obtienen más beneficios de leer con uno de sus padres que de mirar un libro electrónico solo.
- **Exploreen juntos la biblioteca.** Vaya a las lecturas de cuentos y otros eventos para niños. Retire libros adecuados para la edad que le llamen la atención a su hijo para renovar el material de lectura con frecuencia.
- **Lean más que libros.** Muéstrela a su hijo que el mundo está lleno de palabras para leer. Lean juntos las etiquetas en los artículos que hay en su casa. Lean letreros en voz alta donde sea que vayan. Lean instrucciones cuando viajen o cocinen juntos.

Fuente: S. James, M.D., "Benefits of Starting Reading at a Young Age," *Nationwide Children's*; A. Delgado y otros, "Reading with a caregiver trumps reading an e-book alone," *Brookings*.



Desarrolle las habilidades de cooperación

La capacidad de los niños para cooperar con los maestros, el personal de la escuela y los compañeros influye sobre el aprendizaje y su experiencia escolar en general. Practicar mucho en casa puede ayudar a su hijo a fortalecer estas habilidades de éxito escolar:

- **Reconocer la autoridad.** Ayude a su hijo preescolar a aprender a respetar los límites. Escúchelo si no está de acuerdo, pero sea usted quien tome las decisiones finales.
- **Hacer contribuciones.** Exíjale a su hijo que colabore con tareas adecuadas para su edad, como poner la ropa sucia en el cesto.
- **Comunicarse.** Dedíquele mucho tiempo a tener conversaciones bilaterales con él. Dele seguimiento a lo que dice su hijo pidiéndole más detalles. Anímelo a hacer preguntas.
- **Expresar emociones fuertes** de manera adecuada. Enséñele a su hijo a usar palabras en lugar de acciones.
- **Usar nombres.** Haga un juego de roles con su hijo representando algunas situaciones, como conocer a un nuevo compañero de clase. "Hola, soy Ariel. ¿Cómo te llamas tú?"

Aprendan ciencia en la bañera

Iniciar a su hijo en la ciencia es tan fácil como abrir el grifo. Estas son algunas de las actividades para la hora del baño que podría probar con su hijo preescolar:

- **Hacer flotar un bote.** Dele a su hijo un bol de plástico para usar como un bote junto con algunos animales de goma. ¿Cuántos animales pueden subirse al barco antes de que se hunda?
- **Hacer burbujas.** Vierta una pequeña cantidad de solución de burbujas en el bol y añada agua. Ayude a su hijo a usar un sorbete para soplar en la solución. Explique que las burbujas son jabón lleno del aire que sopló.
- **Comparar pesos.** Llene un vaso de plástico con burbujas y otro con agua. Pregúntele a su hijo cuál es *pesado* y cuál *liviano*. Explíquele que el aire es más liviano que el agua.



Fomente el amor por el aprendizaje

Muéstrele a su hijo que usted valora el aprendizaje y él también pensará que es importante.

- **Explique que la educación** es una prioridad para su familia.
- **Hablen sobre cómo la escuela** y el aprendizaje han sido importantes de su vida.
- **Pídale a su hijo** que le enseñe cosas.
- **Muestre que está orgulloso** de las nuevas habilidades de su hijo.

Jueguen juntos con patrones

En matemáticas, los patrones que siguen los números les dan significado. Para ayudar a su hijo a practicar el reconocimiento de patrones:



- **Haga un patrón simple** (manzana verde, manzana roja, manzana verde). ¿Puede su hijo decir qué sigue?
- **Miren un calendario.** Muéstrela a su hijo cómo todos los meses comienzan con el día 1.
- **Busquen patrones** en casa. Miren la ropa, los azulejos, las sábanas y mucho más.

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

Septiembre 2023



¿Cuál es la manera adecuada de alimentar la autoestima?

P: He escuchado que las familias deberían alimentar una autoestima sana en los niños. No quiero que mi hijo sea egocéntrico. ¿En qué se diferencia y cómo lo logramos?

R: Es un mito que la autoestima es una forma de engrimamiento o que las personas con una autoestima alta piensen que son mejores o que están por encima de los demás. La autoestima sana se asocia con un mejor desempeño académico, y tiene dos partes principales:

1. **La capacidad.** Esto significa que su hijo se siente capaz de aprender y lograr cosas.
2. **La valoración de uno mismo.** Esto significa que su hijo se siente valorado y merecedor de respeto.

Para desarrollar la autoestima de su hijo preescolar:

- **Muéstrele que ama** a la persona que su hijo es. Diga "te amo" con frecuencia, independientemente de las acciones de su hijo.
- **Asígnele responsabilidades** en casa. Diviértanse juntos, pero compartan el trabajo. Hacer tareas reales hace que su hijo se sienta más competente.
- **Elogie a su hijo** por su esfuerzo y sus avances además de por sus resultados.
- **Aplice reglas y consecuencias** de manera justa y coherente.
- **Escuche con paciencia** cuando su hijo hable. Dele tiempo para pensar en las palabras. Dele toda su atención.



Cuestionario
Para Padres

¿Está ayudando a su hijo a considerar que los errores son maneras de aprender?

Todos cometemos errores, especialmente cuando estamos aprendiendo cosas nuevas. Los errores también son grandes maestros. ¿Está ayudando a su hijo a aprender y a avanzar después de cometer errores? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Le dice** a su hijo que todos se equivocan de vez en cuando?
2. **¿Establece** reglas y expectativas realistas para su hijo? Eso evita corregir errores con una frecuencia tal que termine desanimándolo.
3. **¿Explica** que los errores nos permiten corregirnos y mejorar la próxima vez?
4. **¿Ayuda** a su hijo a hacer correcciones después de cometer un error o enfrentar dificultades con una tarea en lugar de hacerla usted?
5. **¿Evita** burlar o culpar a su hijo por sus errores?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus respuestas fueron *sí*, usted está enseñándole a su hijo a aprender de sus errores. Para cada respuesta *no*, pruebe la idea correspondiente.

"Los errores son parte de la vida. Es la respuesta al error lo que cuenta".

—Nikki Giovanni

Incluya utilería al jugar

El juego simbólico aumenta la creatividad, la comunicación y la concentración, ¡y la utilería lo hace más divertido! Ofrézcale a su hijo:

- **Una olla y una cuchara.** Pídale a su hijo que imagine que está en un programa de cocina. Debe mostrarle y contarle al público qué hacer.
- **Disfraces.** Pídale a su hijo que se disfrase de alguien y que le dé pistas para que pueda adivinar quién es.
- **Teléfonos de juguete.** "Llame" a su hijo y conversen sobre el día.



Establezca rutinas útiles

Las rutinas diarias en casa respaldan la preparación para la escuela. Dormir suficiente, las comidas saludables y el juego tranquilo mejoran la capacidad de atención de su hijo. Establezca un horario fijo para la siesta y para acostarse que permita que su hijo duerma al menos entre 10 y 13 horas cada noche. Sirva la comida en horarios predecibles. Reserve tiempo para que juegue tranquilo sin pantallas.

Hacer una transición fluida entre una actividad y la siguiente también es importante en la escuela. Incluya tiempo de transición en las rutinas. Avísele a su hijo: "Salimos en cinco minutos. Termina tu dibujo y guardemos los crayones".

No todo el tiempo frente a la pantalla es igual

Si le permite a su hijo pasar un poco de tiempo frente a la pantalla, escoja actividades educativas. Las investigaciones muestran que los niños menores de seis pueden aprender de aplicaciones y juegos que:

- **Les exigen** pensar antes de reaccionar.
- **Se centran** en la actividad de aprendizaje sin mucho movimiento, ruido, parpadeos, etc. que los distraigan.
- **Enseñan** habilidades que los niños pueden aplicar en la vida real.
- **Permiten** que los niños interactúen con sus padres o cuidadores mientras usan el programa.

Fuente: C. Goodwin, Ph.D., "A Research-Backed Guide to Educational Apps for Children," Psychology Today.

Ayudando a los Niños a Aprender™

Publicado en inglés y español, de septiembre a mayo.

Editora Responsable: Doris McLaughlin.

Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Alison McLean.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Copyright © 2023, 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