

Primera Infancia

Abril 2025
Vol. 29, No. 8

Los PadresTM

¡hacen la diferencia!



Hablar con uno mismo mejora la comunicación y el comportamiento

Es común que los niños pequeños de entre dos y cinco hablen solos. Los expertos lo denominan “diálogo interno”. En lugar de que sea un motivo de preocupación, este comportamiento puede beneficiar el desarrollo de su hijo.

Las investigaciones sugieren que el diálogo interno puede ayudar a los niños a:

- **Completar las tareas con éxito.** Los estudios han demostrado que algunos niños realizan mejor las tareas motoras cuando hablan solos en voz alta sobre ellas que cuando están en silencio. Anime a su hijo a pensar en voz alta y a hablar solo mientras completa las tareas en casa.
- **Mejorar el comportamiento.** Los niños que tienen problemas de

atención suelen hablar solos con más frecuencia que el resto de los niños. Si bien esto puede ser molesto, es importante darse cuenta de que puede ayudar a estos niños a mejorar su comportamiento y mantenerse concentrados. Recuérdele a su hijo que hable en voz baja cuando hable solo, especialmente en la escuela.

- **Desarrollar las habilidades de comunicación.** Hablar solo ayuda a los niños a prepararse para conversaciones con otros. Pero asegúrese de que su hijo preescolar tenga muchas oportunidades para comunicarse con usted, los miembros familiares y sus amigos.

Fuente: A. Mulvihill y otros, “Preschool children’s private speech content and performance on executive functioning and problem-solving tasks,” *Cognitive Development Journal*.

Haga aflorar el científico que su hijo tiene dentro



Los niños pequeños sienten curiosidad por el mundo que los rodea, lo que los convierte en

científicos natos.

Muéstrele a su hijo que la ciencia es para todos haciendo experimentos juntos. Pruebe estas dos actividades divertidas:

1. **Magia en el océano.** Llene un frasco con agua hasta la mitad y añada unas gotas de colorante para alimentos azul. Luego, agregue aceite para bebé hasta llenar tres cuartas partes del frasco. Coloque un animal de juguete en el frasco, coloque la tapa, ajústela bien y agite el frasco.

Explíquele a su hijo que el agua y el aceite no se mezclan. Cuando el agua se mueve, empuja el aceite, lo que hace la forma de olas del océano que el juguete puede surfear.

2. **Atracción eléctrica.** Pase un peine seco por el cabello seco de su hijo varias veces. Luego, sostenga el peine junto a un chorro de agua fino. El agua debería moverse hacia el peine.

Explíquele a su hijo que su pelo le transmitió un tipo especial de electricidad al peine, la *electricidad estática*, que atrajo el agua.

Desarrolle la responsabilidad de su hijo con las tareas domésticas



Inculcar a los niños el sentido de la responsabilidad sienta las bases de su éxito futuro. Cuando asigna tareas domésticas

adecuadas para la edad, le da a su hijo preescolar la posibilidad de ayudar a la familia y desarrollar habilidades esenciales. Hacer tareas domésticas:

- **Ayuda a los niños** a aprender habilidades nuevas y a mejorar con la práctica.
- **Les permite a los niños** contribuir con la familia de una manera significativa, lo que los ayuda a sentirse capaces.
- **Fortalece las habilidades** de pensamiento, como la capacidad para planificar con anticipación, resolver problemas y recordar instrucciones simples.

Al asignar tareas domésticas:

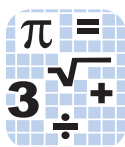
- **Escoja una o dos** que sean adecuadas para la edad de su hijo.

- **Completen la tarea juntos** primero. Divídala en pasos simples. Después de unas cuantas veces, permítale a su hijo hacerla solo.
- **Anímelo.** No hará la tarea a la perfección, pero el esfuerzo y el progreso merecen elogios. Si usted debe rehacer lo que hizo él, hágalo cuando su hijo no esté presente.
- **Agradézcale a su hijo** por ser responsable y sea específico sobre por qué aprecia la ayuda.

“Los mejores regalos que puede darles a los niños son las raíces de la responsabilidad y las alas de la independencia”.

—Denis Waitley

Reconocer patrones desarrolla la inteligencia matemática de su hijo



Si alguien le preguntara de qué tratan las matemáticas, usted podría decir *números*. Si bien eso es cierto, las matemáticas también tra-

tan de los *patrones*. Es el patrón en el que aparecen y se repiten esos números lo que los hace significativos.

Entonces, si su hijo puede hacer una fila con un crayón rojo, un crayón azul, un crayón rojo y, luego, un crayón azul, está practicando una habilidad matemática esencial.

Para reforzar el reconocimiento de patrones, pídale a su hijo que:

- **Mire el calendario.** Señale que todos los meses comienzan con el número 1.
- **Lea un libro de rimas.** Las rimas son patrones de palabras.
- **Busque patrones en casa.** Su hijo, ¿puede reconocer patrones en las prendas? ¿Y en otras telas?

- **Mire los libros de la biblioteca.** Explique que los libros están ordenados según un patrón que ayuda a las personas a encontrarlos.
- **Aprenda una secuencia simple,** como *clap, clap* (aplaudir dos veces), *palmada, palmada* (palmada en los muslos dos veces). Añada otros movimientos a medida que le vaya resultando más fácil, pero siempre repítalos en el mismo orden.
- **Cante canciones** con frases repetidas, como “B-I-N-G-O” y “Cabeza, hombros, rodillas, pies”.
- **Hagan patrones.** Su hijo preescolar puede ordenar bloques por color o por tamaño. O podría enhebrar cuentas.
- **Lea un libro sobre patrones,** como *A-B-A-B-A: A Book of Pattern Play* de B.P. Cleary.

¿Le está mostrando a su hijo preescolar cómo ser generoso?



Al dar, los niños aprenden habilidades sociales valiosas, como preocuparse por los demás y conectar con ellos.

Dar es un hábito que puede fomentarse fácilmente en casa a lo largo del año. ¿Está desarrollando este hábito en su hijo? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para averiguarlo:

1. **¿Habla** con su hijo sobre la importancia de ser generosos con los más desafortunados?
2. **¿Lleva** a su hijo con usted cuando ofrece su tiempo para una actividad de voluntariado y explica por qué piensa que el trabajo merece la pena?
3. **¿Anima** a su hijo a hacer cosas buenas por sus amigos, compañeros y maestros?
4. **¿Se compromete** a hacer donaciones todo el año, y no solo durante las fiestas?
5. **¿Ayuda** cuando su familia lo hace o comparte?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de las respuestas fueron *sí*, su hijo está bien encaminado para ser una persona generosa. Para cada respuesta *no*, pruebe la idea del cuestionario.

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 © 2025, 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 primavera ofrece oportunidades de aprendizaje divertidas



El cambio de estación ofrece muchas oportunidades para que los niños pequeños investiguen y aprendan. Es fácil involucrar a su hijo en algunas actividades divertidas de aprendizaje de primavera. Juntos, pueden:

- **Observar el clima.** Hable con su hijo sobre el clima todas las mañanas antes de la escuela preescolar. Miren hacia afuera y comenten si está soleado, nublado, ventoso o lluvioso. Luego, abra la puerta y sienta el aire. ¿Está cálido? ¿Hace frío? Hablen sobre cómo vestirse para el clima. ¿Qué prendas le permitirían a su hijo estar cómodo hoy?
- **Jugar al aire libre.** ¿Sabe cuál es el juego favorito de su hijo al aire libre?

Jueguen juntos. Conversen sobre maneras de ser un buen jugador, tanto cuando gane como cuando pierda.

- **Cultivar plantas.** Plante algunas flores o hierbas en macetas con su hijo. Si tiene más espacio, considere ayudarlo a plantar una pequeña huerta o un cantero de flores.
- **Aprender sobre los animales bebés.** Muchos animales dan a luz en primavera. Si vive cerca de una granja o un zoológico, considere hacer una visita para ver algunos animales bebés. De lo contrario, pídale al bibliotecario libros sobre animales y sus crías. Pruebe con *Baby on Board: How Animals Carry Their Young* de M. Berkes.

Los libros tienen la ventaja cuando se trata de desarrollar vocabulario



Según las investigaciones, leerle libros en voz alta a su hijo preescolar podría ser la mejor manera de que desarrolle su vocabulario. ¿Qué hace que el proceso sea una herramienta tan poderosa para impulsar la inteligencia lingüística? Entre otras cosas, escuchar cuentos leídos en voz alta les ofrece a los niños:

- **Exposición a palabras desconocidas.** Los niños escuchan palabras nuevas durante las conversaciones, pero encuentran todavía más de ellas en los cuentos. De hecho, los niños tienen hasta tres veces más probabilidades de aprender una palabra desconocida de un libro que de una conversación con un familiar.
- **Ejemplos de nuevas maneras de usar palabras conocidas.** Lo más probable es que usted use las mismas palabras y frases una y otra vez cuando habla con su hijo preescolar. ¡Esto es normal!

Sin embargo, escuchar cuentos le da a su hijo la oportunidad de escuchar incluso palabras comunes usadas de formas diferentes o inesperadas.

- **Indicios de cómo funciona la gramática.** Leer expone a su hijo al “ritmo” de las oraciones. También le permite ver cómo se ven las palabras y las letras en una página. Esa información le resultará útil cuando aprenda a leer.
- Por supuesto, debe mantener conversaciones con su hijo. No hay nada que sustituya la calidez y la tranquilidad que generan los intercambios francos e íntimos. Además, al demostrarle cómo hablar con alguien, lo está ayudando a desarrollar una habilidad social valiosa.

Sin embargo, cuando quiera centrarse en mejorar el vocabulario de su hijo, ¡tome un libro y lean juntos!

Fuente: D.W. Massaro, “Two Different Communication Genres and Implications for Vocabulary Development and Learning to Read,” *Journal of Literacy Research*, SAGE Publications.

P: Mi hijo está por cumplir cuatro años, y está intentando dejar las siestas de la tarde. “No tengo sueño”, dice, y luego está de mal humor desde la hora de la cena hasta la hora de dormir. No puedo ir a ningún lado en la tarde porque se duerme en el carro. ¿Cómo puedo hacer para asegurarme de que mi hijo duerma lo suficiente en los horarios correctos?

Preguntas y respuestas

R: A pesar de las protestas de su hijo, usted tiene razón. Todas las señales que usted describe indican que su hijo necesita dormir más.

La Academia Americana de Pediatría recomienda que los niños de tres a cinco años duerman entre 10 y 13 horas cada 24 horas. Hay pocas cosas más importantes para el crecimiento y el éxito de un niño que dormir lo suficiente.

Para ayudar a su hijo a descansar más:

- **Intente adelantar la hora de acostarse.** A algunas familias podría resultarles tentador que sus hijos se duerman más tarde porque trabajan durante el día y quieren pasar tiempo con ellos por la noche. Es entendible, pero podría no ser la mejor opción si su hijo está de malhumor durante ese tiempo.
- **Siga una rutina.** Primero, intente darle el almuerzo a su hijo a la misma hora todos los días. Después de hacer eso durante una semana, intente que se acueste apenas termine de comer. Es normal que a los niños les dé sueño después de almorzar, y es posible que así vuelva a dormir la siesta.
- **Insista con los momentos de tranquilidad.** Si no hay forma de que se duerma, al menos imponga el descanso. Durante una hora después del almuerzo, haga su hijo se quede tranquilo en una habitación silenciosa con libros y juguetes sin pantallas.

Aventuras en el jardín de infantes

Las actividades hacen que la geografía cobre vida



Aprender geografía puede hacer que a los niños les resulte más fácil relacionarse con el mundo que los rodea.

Estas son algunas actividades educativas y divertidas para aumentar el interés de su hijo de jardín de infantes en la geografía:

- **Ayude a su hijo a dibujar** un mapa que muestre cómo llegar desde su casa hasta la escuela, el supermercado o la casa de un amigo. Luego, sigan el mapa y vean si es preciso.
- **Salgan a caminar** e identifiquen el *norte*, el *sur*, el *este* y el *oeste*, además del *noreste*, el *noroeste*, el *sudeste* y el *sudoeste*. Pídale a su hijo que use esas palabras para describir dónde están ubicados los lugares en su ciudad. “La escuela está al *noroeste* de mi casa”.
- **Señale patrones en las calles.** En algunas ciudades, las calles van de norte a sur, y las avenidas, de este a oeste. Los nombres de las calles a veces están en orden alfabético. Adams St., Bay St., etc. Ayude a su hijo a reconocer los patrones.
- **Anime a su hijo a coleccionar** objetos de países de todo el mundo. Las postales y las monedas son objetos fáciles de coleccionar y guardar.
- **Hable sobre el origen** de los ancestros de su hijo. Busque los lugares en un mapa. Si es posible, aprendan sobre las rutas que condujeron a los miembros de la familia al lugar donde ustedes están ahora.
- **Hable sobre el origen** de los objetos del hogar. Pídale a su hijo que lea las etiquetas para ver dónde se fabricaron. Un juguete podría provenir de China. Una caja de cereales podría tener una dirección de Michigan o Illinois. Ubiquen juntos los lugares en un mapa.

La comprensión lectora podría mejorar con el movimiento

Se suele pensar en la lectura como una actividad tranquila. Sin embargo, las investigaciones sugieren que los niños de jardín de infantes pueden mejorar su comprensión y memoria si se mueven y actúan los papeles de los cuentos que escuchan.

Actuar una frase o un fragmento breve puede ayudar a los niños a hacer conexiones entre las palabras de la página y las reacciones reales. Arrastrarse por el suelo, por ejemplo, puede ayudar a un niño pequeño a comprender mejor la palabra *gatear*.

Luego de leer un cuento juntos:

- **Disfrácese de los personajes.** Usen objetos de la casa y recreen escenas emocionantes.
- **Hagan una lectura dramática.** Representen el cuento a medida que usted lo lee en voz alta. Túrnense o permita que su hijo de jardín de infantes represente todo el cuento. Usen acciones y tonos exagerados para darle vida a la historia.



- **Planifiquen un espectáculo** de títeres o representen algunas escenas de un cuento favorito con su hijo.

Fuente: M.P. Kaschak y otros, “Enacted Reading Comprehension: Using Bodily Movement to Aid the Comprehension of Abstract Text Content,” *PLOS ONE*, Public Library of Science.

Inspire a su hijo a escribir un poema acróstico sobre la primavera



Abril es el Mes Nacional de la Poesía, una oportunidad maravillosa para despertar la creatividad de su hijo de jardín de infantes e inculcar el amor por el lenguaje.

Una forma atractiva de hacerlo es explorando el arte de la poesía acróstica. Un poema acróstico es un poema en el cual la primera letra de cada verso forma una palabra cuando se las lee de forma vertical.

Para crear uno, ayude a su hijo a:

1. **Escribir la palabra *primavera*** verticalmente sobre el margen izquierdo de una hoja.
2. **Pensar en palabras relacionadas** con la primavera que comiencen con cada una de las letras de la palabra *primavera*. Por ejemplo, *plantas* para la letra P y *rosas* para la letra R.
3. **Dedicarle tiempo a observar** la primavera juntos si su hijo tiene dificultad para pensar palabras. ¿Qué ve su hijo cuando está adentro? ¿Y afuera? ¿Cuando hace recados? Lleve el poema a esos lugares y ayude a su hijo a escribir palabras.
4. **Añadir ilustraciones** una vez que complete el poema. Luego, compártanlo con la familia.