

Ayudando a los Niños a Aprender

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



Enero 2022

Amity SD 4J

Fomente el desarrollo de habilidades que apoyan el éxito en la lectura

Con frecuencia, los padres de los niños pequeños se preocupan si ven niños de la misma edad cuyas habilidades de preparación para la lectura parecen más avanzadas que las de sus hijos. Sin embargo, cada niño preescolar suele desarrollar estas habilidades a un ritmo diferente, por lo que las comparaciones no son necesariamente significativas.

En cambio, ayude a su hijo a desarrollar las habilidades que lo ayudarán a aprender a leer. Aquí tiene varias maneras de hacerlo:

- **Leer en voz alta todos los días.** Lean poemas, historias, letreros y etiquetas alimentarias. Incluya la lectura en todo tipo de actividades que hagan juntos.
- **Jugar juegos de palabras.** Diga, "Estoy pensando en algo que es rojo". Vea si su hijo puede adivinar en qué está pensando. O fíjese cuántas palabras puede pensar que rimen con rojo.
- **Enseñarle a su hijo a distinguir la izquierda de la derecha.** Muéstrelle que las palabras impresas se leen de izquierda a derecha en la página.
- **Enseñarle a aprender a identificar formas comunes** como círculos y cuadrados. Esta es la habilidad que necesitará para ver la diferencia entre la letra d y la letra b, por ejemplo.
- **Hablar sobre el sonido inicial.** Diga una palabra como mariposa, y haga hincapié en el sonido *mmmm*. Diga que el sonido *mmmm* corresponde a la letra M. Pídale a su hijo que repita el sonido.



Investigue el mundo de la ciencia

Los estudios revelan que los niños que tienen más conocimientos sobre el mundo al inicio del jardín de infancia tienen un mejor rendimiento en la clase de ciencias en la escuela primaria que aquellos niños que comienzan el jardín con menos conocimientos. Alimente la curiosidad natural de su hijo y ayúdelo a:

- **Observar los detalles pequeños,** como las semillas de una manzana o los diferentes tipos de corteza de árbol. Dígame que dibuje imágenes de lo que ve y las guarde en un "cuaderno de ciencias".
- **Aprender del clima.** ¿Por qué sentimos más frío cuando sopla el viento?
- **Averiguar sobre los estados** de la materia. Coloque un poco de nieve o hielo en una sartén. Llévela adentro de casa para mostrar cómo el aire caliente

hace que se derrita y convierta en agua. Coloque la sartén en el congelador y muéstrelle cómo el aire frío hace que el agua se vuelva sólida nuevamente.

- **Predecir qué juguetes** de plástico se hundirán y cuáles flotarán mientras que se baña. Ayude a su hijo a poner a prueba sus teorías.

Fuente: P.L. Morgan y otros, "Science Achievement Gaps Begin Very Early, Persist, and Are Largely Explained by Modifiable Factors," *Educational Researcher*, SAGE Publishing.

Tracen propósitos juntos

Los propósitos de Año Nuevo le enseñan a su hijo que puede tomar medidas para mejorarse a sí mismo o mejorar situaciones que lo rodean. Ayúdelo a trazarse algunas para reforzar hábitos positivos. Podría proponerse:

- **Lavarse las manos** al entrar, usar el baño y antes de comer.
- **Ser amable** con sus compañeros de clase que se ven tristes o solos.
- **Tratar las pertenencias** con cuidado.
- **Hablar con un adulto** de confianza si necesita ayuda o tiene miedo.

Fuente: "Healthy New Year's Resolutions for Kids," American Academy of Pediatrics.

Desarrolle habilidades escolares con juegos de mesa

Jugar con su hijo a juegos de mesa apropiados a su edad es una estupenda manera de ayudarlo a practicar habilidades matemáticas, como contar, y desarrollar habilidades sociales al mismo tiempo.



Recuérdle a su hijo que nadie gana todo el tiempo. Asegúrese de felicitarlo cuando juegue de manera justa, siga las instrucciones y respete su turno, y no solo cuando gana.

Fuente: R.Y. Bayeck, "Examining Board Gameplay and Learning: A Multidisciplinary Review of Recent Research," *Simulation and Gaming*, SAGE Journals.

Modele la escucha atenta

Podría resultarle tentador dejar de prestarle atención a su hijo cuando él habla y habla sin mucho sentido. Sin embargo, dedicarle su atención completa le muestra cómo ser un buen oyente. Para enseñarle mediante el ejemplo:



- **Sea paciente.** A los niños puede tomarles tiempo poner sus pensamientos en palabras.
- **Ignore las distracciones,** como su teléfono.
- **Haga preguntas** y repita los puntos de su hijo para verificar que los comprende.



Las luchas a la hora de dormir son agotadoras. ¿Qué hago?

P: Mi hijo preescolar suele ser gruñón en la mañana y estar cansado por las tardes. Sin embargo, todas las noches se resiste a acostarse. Sé que necesita dormir más para aprender bien. ¿Cómo puedo facilitar esto para él y para mí?

R: Los médicos recomiendan que los niños de cuatro años duerman entre 10 y 13 horas cada 24 horas. Su hijo está mostrando señales de privación del sueño. Y usted tiene razón, la falta de sueño puede causar problemas de estado de ánimo, dificultad para prestar atención y otras complicaciones de aprendizaje.

Para ayudar a su hijo a establecer hábitos de sueño saludables:

- **Fíjese si en su dormitorio** hay juguetes u otras distracciones que pueden evitar que se duerma. Quite los aparatos con pantalla, cuya luz puede afectar el sueño.
- **Haga la cuenta regresiva** hasta la hora de acostarse. Si su hijo debe levantarse a las 7 a.m., haga una cuenta regresiva de por lo menos 10 horas. Luego, establezca la hora de acostarse 15 minutos más temprano, para que su hijo tenga tiempo para conciliar el sueño.
- **Cree una rutina relajante para acostarse.** Durante la hora anterior a la hora de acostarse de su hijo, prepárelo para dormir. Dígale que se dé un baño con agua caliente y se cepille los dientes. Ponga música tranquila y relajante. Hablen de las mejores partes del día. Léale un cuento. Luego dele un beso de las buenas noches y apague las luces.
- **Sea sistemático.** Su hijo podría resistirse al comienzo. Pero, si mantiene la rutina todas las noches, es posible que se adapte en unas semanas.



Cuestionario Para Padres

¿Le da a su hijo espacio para crecer?

Es importante encontrar un equilibrio entre proteger a su hijo y fomentar la independencia que lo ayude a aprender y crecer. ¿Está encontrando un equilibrio entre la seguridad y la libertad? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Participa** en el juego de su hijo con frecuencia, y le dice que juegue de manera independiente parte del tiempo?
2. **¿Supervisa** a su hijo cuando juega con amigos, sin estar encima?
3. **¿Permite** que su hijo trate de resolver solo los problemas menores antes de ayudarlo?
4. **¿Muestra** interés en las opiniones de su hijo, y lo respeta cuando discrepan de las suyas?
5. **¿Deja** que su hijo haga elecciones entre algunas opciones que sean aceptables para usted?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus respuestas fueron *sí*, usted está promoviendo el crecimiento seguro e independiente. Para cada respuesta *no*, pruebe la idea del cuestionario.

“Detrás de todo niño pequeño que cree en sí mismo hay un padre que creyó en él primero”.
—Matthew Jacobson

Enseñe a tomar decisiones

A medida que su hijo avanza en la escuela, deberá tomar decisiones que afectarán su educación y futuro (¿Estudiaré para este examen? ¿Debería cursar la clase más rigurosa?) Ofrecerle muchas oportunidades para que practique cómo tomar decisiones lo ayudará a aprender a decidir sensatamente. Además de ofrecerle opciones, usted puede:

- **Pedirle consejos.** “¿Qué deberíamos cocinar con esta carne, tacos o hamburguesas?”
- **Involucrarlo en la planificación.** Si su hijo se reunirá con un amigo para jugar, ayúdelo a pensar actividades que podrían hacer.
- **Ayudarlo a considerar** las consecuencias. “Sé que quieres ver una película, pero es de terror y podría asustarte. Escojamos una que te haga sentir feliz”.

El cuidado cariñoso apoya el aprendizaje

Los estudios muestran que una vida doméstica enriquecedora puede reducir los efectos de la adversidad en la capacidad de aprender de los niños. Cualesquiera sean las circunstancias, apoye a su hijo:

- **Mostrándole su amor** por él.
- **Cantando canciones** juntos.
- **Leyendo juntos** y jugando juegos de números y letras.
- **Pidiéndole que ayude** a la familia, como haciendo quehaceres adecuados a su edad.

Fuente: University of Maryland School of Medicine, “Low-income preschoolers exposed to nurturing care have higher IQ scores later on,” ScienceDaily.

Ayude a su hijo a pensar qué viene luego

Jugar a ¿Qué viene luego? con su hijo lo ayuda a sacar conclusiones en base a lo que ve. Haga una observación sobre una tarea o situación, y luego pídale que diga qué viene luego. Por ejemplo, cuando él se esté vistiendo para salir, diga “Es hora de irnos y está lloviendo. ¿Qué deberíamos llevar?”



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.

Gerente de Producción: Sara Amon.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Copyright © 2022, 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