

Ayudando a los Niños a Aprender

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



Enero 2025

Provided in partnership with the Kentucky Department of Education

Extienda las actividades divertidas para mejorar la atención de su hijo

Ser capaz de concentrarse en una lección o actividad durante la totalidad de su duración ayudará a su hijo a alcanzar el éxito en la escuela. Los maestros de jardín de infantes no esperan que los niños pequeños se concentren durante horas y horas sin descanso, pero desarrollar la capacidad de atención de su hijo ayudará a garantizar que aproveche el tiempo de aprendizaje al máximo.

Los niños les prestan más atención a las cosas que les agradan. Por lo tanto, escoja una actividad que su hijo disfrute y, luego, busque maneras para extender su concentración durante períodos de tiempo más largos. Podría:



- **Alargar la hora del cuento.** Lean un cuento más largo en lugar de mirar un libro ilustrado corto. O pruebe leer un capítulo de un libro para principiantes a lo largo de varias noches. Cada noche, recuérdale a su hijo en qué parte de la historia se quedaron. Cuando termine la hora del cuento, explique que al día siguiente usted y su hijo seguirán leyendo y averiguarán qué sucede con los personajes.
- **Armar con su hijo rompecabezas más grandes.** Prueben armar uno de aproximadamente 25 piezas. Recuerde que no es necesario terminar el rompecabezas en un mismo día. La capacidad de atención también implica retomar el proyecto después de haberlo dejado de lado.
- **Ayudar a su hijo a completar un proyecto de arte de varios pasos.** Por ejemplo, podría ayudarlo a crear un animal con arcilla. Luego, dejen secar y endurecer la arcilla. Otro día, pídale a su hijo que pinte el animal. Una vez que se seque la pintura, ayude a su hijo a aplicarle los ojos y el pelo usando pegamento e hilo o trozos de papel.



Practiquen la toma de decisiones

Es probable que tome la mayor parte de las decisiones importantes por su hijo, pero también es esencial que le dé a su hijo muchas oportunidades para tomar decisiones menores. Eso es porque en la escuela las decisiones que toman los estudiantes pueden afectar su educación y su futuro.

Para comenzar a enseñarle a su hijo a tomar decisiones sabias:

- **Proporcione opciones.** ¿Quiere desayunar cereales o huevo? Asegúrese de que a usted le parezcan bien ambas opciones. Luego, permítale a su hijo atenerse a su decisión.
- **Pídale a su hijo** que tome decisiones por usted. Podría decir, "Escucha estas dos estaciones de radio. ¿Cuál debería escuchar hoy?"

- **Planifiquen juntos.** Si un compañero vendrá visita, ayude a su hijo a decidir qué actividades podrían hacer. Haga una lista de ideas aceptables y deje que su hijo escoja qué ofrecer.
- **Explique el por qué** si tiene que anular una de las decisiones de su hijo en edad preescolar. Céntrese en las consecuencias.

Fuente: J. Roehlkepartain y N. Leffert, Ph.D., *What Young Children Need to Succeed*, Free Spirit Publishing.

Compartan una tradición de Año Nuevo

Los propósitos de Año Nuevo son ideales para mostrarle a su hijo que todos pueden tomar medidas para mejorar como personas y mejorar las situaciones que los rodean. Explique que estos propósitos son promesas. Luego, sugiérale a su hijo que se proponga:

- **Ser amable** con sus compañeros de clase que parezcan estar tristes.
- **Lavarse las manos** con frecuencia y permitir que usted lo ayude a cepillarse los dientes todos los días.
- **Tomar la mano** de un adulto siempre que cruce la calle.

Fuente: L. Falusi, MD, "Healthy New Year's Resolutions for Children & Teens," healthychildren.org.

Hablen sobre el tiempo

Comienza un nuevo año calendario, que significa que es hora de empezar un nuevo calendario.

2025

Consiga o arme un calendario de papel para colgar en la pared de su hijo. Luego, mírenlo juntos y úselo para enseñarle a su hijo palabras relacionadas con el tiempo:

"Hoy es **lunes**. Pongamos una pegatina en **mañana**". "Malena vino a casa **ayer**". "Vemos a la abuela todas las **semanas** los **domingos**".



Diviértanse con matemáticas

Hacer que las matemáticas parezcan divertidas en lugar de un trabajo ayudará a que su hijo las vea como una actividad agradable. Diviértanse juntos con estos juegos de matemáticas:

- **Poner el carro en el garaje.** Rotule carros de juguete con números. Luego, arme garajes con cajas pequeñas y colóqueles los mismos números. Pídale a su hijo que coloque cada carro en el garaje que tenga el mismo número.
- **Pies numerados.** Trace el pie de su hijo en una hoja y recorte 10 huellas. Etiquete cada una de ellas con un número del 1 al 10 y desparrámelas por el suelo. Pídale que diga los números a medida que pisa cada huella.





¿Cómo enseñarles autocontrol a los niños?

P: Mi hijo de cuatro años comenzará jardín de infantes en el otoño. El maestro de preescolar ha sugerido que trabajemos en el autocontrol en los próximos meses a modo de preparación. Pero ¿cómo puedo hacerlo?

R: A los niños les resultará más fácil el jardín de infantes si se sienten cómodos haciendo cosas como esperar su turno, seguir instrucciones y expresar sus emociones de forma adecuada. Estos comportamientos implican autocontrol. Para ayudar a su hijo a desarrollarlo:



- **Fomente la espera.** A esta edad, los niños no deberían esperar que los adultos satisfagan todos sus deseos de inmediato. Por ejemplo, no deje de hacer lo que está haciendo a mitad de una tarea ni finalice una conversación con otra persona solo porque su hijo le pida un bocadillo o una bebida. Dígale, "A menos que te hayas lastimado o que esté pasando algo malo (como un incendio), tienes que esperar hasta que termine de hacer lo que estoy haciendo. Gracias".
- **Enseñe que el trabajo viene antes del juego.** Esto suele ser cierto tanto en la vida como en jardín de infantes. Asígnele a su hijo responsabilidades simples para que complete antes de jugar. Por ejemplo, podría pedirle a su hijo preescolar que se vista, que desayune y que se cepille los dientes antes de jugar por la mañana.
- **Hable sobre los sentimientos.** Cuando vea que su hijo se enfada, mencione los sentimientos y demuéstrelle cómo hablar de ellos de forma aceptable en lugar de desahogarse físicamente.

Cuestionario Para Padres

¿Comparte los placeres de los libros?

No es necesario que su hijo sea capaz de leer para descubrir que los libros son fuentes de relajación y diversión. Ese disfrute hace que aprender a leer sea atractivo. ¿Está fomentando el amor por los libros? Responda *sí* o *no* a continuación:

1. **¿Leen** libros juntos en momentos del día en los que su hijo pueda disfrutarlos?
2. **¿Le permite** a su hijo escoger qué van a leer, incluso si son libros que han leído muchas veces?
3. **¿Le da vida** a la lectura usando distintas voces para cada personaje?
4. **¿Anima** a su hijo a hacer preguntas, señalar ilustraciones y volver a contar las partes de los cuentos con las que está familiarizado?
5. **¿Lee** en voz alta en lugares interesantes, como una esquina

acogedora llena de almohadones o un "fuerte" debajo de la mesa?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de las respuestas fueron *sí*, usted está alimentando el amor de su hijo por los libros y la lectura. Para cada respuesta *no*, pruebe la idea correspondiente.

"Para mí, leer es pasar tiempo con un amigo".

—Gary Paulsen

Mantengan conversaciones

Cuantas más conversaciones tenga con su hijo, más conexiones cerebrales desarrollará su hijo en edad preescolar que mejorarán su capacidad de aprendizaje. Y cuanto más se turnen para sostener la conversación, mejor. Pruebe estas estrategias:

- **Hablen sobre todo** lo que haga con su hijo a lo largo del día.
- **Note los intereses** de su hijo y haga preguntas abiertas sobre ellos. "¿Adónde crees que está yendo el camión?" Dele tiempo para responder.
- **Ofrezca una idea** propia y, luego, haga otra pregunta relacionada.

Fuente: R.R. Romeo y otros, "Neuroplasticity associated with changes in conversational turn-taking following a family-based intervention," *Developmental Cognitive Neuroscience*, Elsevier.

Mejoren las interacciones sociales

Muchos niños en edad preescolar necesitan un poco de ayuda para desarrollar habilidades sociales. Una forma de ayudar es hablar con su hijo sobre las experiencias que no salieron tan bien. Si su hijo dice "Jaime no quería jugar con los dinosaurios conmigo", podría preguntar, "¿Ambos querían jugar con el mismo dinosaurio?" Si la respuesta es *sí*, hablen sobre turnarse. Si Jaime quería jugar a algo diferente, hable con su hijo sobre jugar primero a lo que quiere jugar Jaime y luego sugerir un juego nuevo.



Prepárense para escribir

Copiar figuras puede ayudar a su hijo a desarrollar habilidades de preescritura. Los niños de tres y cuatro años pueden comenzar por copiar círculos. Cuando su hijo haya dominado los círculos, pase al signo más: una línea vertical cruzada por una línea horizontal. A continuación, pídale a que copie cuadrados o figuras de palitos. Y luego, es el momento de abordar las letras.

Fuente: T.L. Liddle, *Why Motor Skills Matter*, McGraw-Hill.

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 © 2025, 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