

# Ayudando a los Niños a Aprender

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



Abril 2026

Franklin County Public Schools

## Desarrolle la capacidad de su niño para avanzar después de los reveses

Los niños preescolares aprenden habilidades nuevas todo el tiempo. Pero para dominar ciertas destrezas se requiere práctica. Al probar cosas nuevas, su niño probablemente falle algunas veces. ¡No hay problema con eso! Aprender a recuperarse y seguir intentándolo después de un fracaso le será muy útil a su niño en la escuela.

Para fomentar la resiliencia:

- **Sea comprensivo.** “Me doy cuenta de que estás triste por no haber podido cruzar el pasamanos. Es decepcionante intentar hacer algo y no lograrlo”.
- **Aliéntelo.** “A veces los niños deben volverse más fuertes antes de lograr cruzar el pasamanos. Te estás volviendo cada vez más fuerte. Probemos de nuevo la próxima vez que vengamos al patio de juegos”.
- **Sugiera metas que su niño pueda alcanzar** a lo largo del camino. “Puedes fortalecer los brazos si practicas colgarte de la barra. Veamos si puedes colgarte mientras cuento hasta tres”.
- **Dé el ejemplo.** Permita que su niño lo vea enfrentar de buena manera sus propios reveses. Por ejemplo, si prueba una receta nueva y no le sale bien, diga, “Intenté hacer algo nuevo; eso es lo más importante. La próxima, creo que voy a asar la carne en lugar de freírla”.



Fuente: J. Lahey, *The Gift of Failure: How the Best Parents Learn to Let Go So Their Children Succeed*, Harper.



## Fije un estándar de buen comportamiento

Las reglas y los límites ayudan a los niños a aprender cómo comportarse y los hace sentir seguros. Además, los niños cuyas familias aplican una disciplina cariñosa para enseñarles a seguir las normas suelen desempeñarse mejor en la escuela que otros niños.

Estas son algunas estrategias simples para mantener los límites y mejorar el comportamiento:

- **Use palabras positivas.** Siempre que sea posible, dígame a su niño lo que *debe hacer* (“Junta las manos”) en lugar de lo que *no debe hacer* (“No toques las cosas en la tienda”).
- **Muestre los comportamientos** que quiere ver en su niño. Sea honesto, justo y responsable. Hable con calma cuando esté molesto

y use palabras para expresar sus sentimientos.

- **Critique los comportamientos,** no a su niño. Diga “Ese comentario fue grosero” en lugar de “Eres tan grosero”.
- **Escuche a su niño.** Su niño preescolar tiene opiniones, y es útil escucharlas. Pero manténgase firme cuando sea importante.

Fuente: B. Martin, Psy.D., “The 5 C’s of Effective Discipline: Setting Rules for Children,” Psych Central.

## Ayude a su niño a aprender cuándo escuchar y hablar

Escuchar a los demás y turnarse para hablar son habilidades importantes en el salón de clases. Proporcione oportunidades para que su niño practique durante:

- **Las comidas familiares.** Pídale a cada persona que diga algo sobre su día. Todos los demás deberán escuchar en silencio hasta que sea su turno.
- **El momento de lectura en voz alta.** Pídale a su niño que escuche con atención mientras usted lee. Luego, pídale que le diga qué piensa sobre el cuento. “¿Cuál fue la parte que más te agradó?”
- **El tiempo de juego.** Muchos juegos de mesa animan a los niños a hablar, escuchar y turnarse.

## Desarrolle la noción de tiempo

El tiempo es un concepto abstracto que los niños tardan años en dominar. Para ayudar a su niño preescolar a aprender algunos conceptos básicos ahora:

1. **Use un cronómetro** para darle a su niño un sentido de cuánto es un minuto y cinco minutos.
2. **Pregunte cuánto tiempo** cree su niño que tomará hacer algo, como ponerse un abrigo. Compruébenlo.



## No hay lugar como casa

El 22 de abril es el Día de la Tierra. Este año, ayude a su niño a aprender más sobre el planeta y sus sistemas. Juntos, podrían:

- **Plantar algo.** Planten semillas al aire libre si pueden, o busquen una actividad de plantación de árboles en su comunidad. Hable con su niño sobre cómo las plantas ayudan a limpiar el aire y también nos dan cosas que necesitamos.
- **Ahorrar agua.** Explique que la vida en la Tierra depende del agua limpia. Enséñele a su niño maneras de evitar gastarla, como cerrar la canilla mientras se lava los dientes.





## Mi niño se ha vuelto muy temeroso. ¿Qué debería hacer?

**P:** Cuando mi niño preescolar era pequeño, yo creía que era el más valiente y extrovertido del mundo. Un año después, cambió por completo. Lloro cuando salgo de casa y le teme a los monstruos y la oscuridad. ¿Cómo puedo ayudarlo?

**R:** Los niños pequeños parecen no tener miedo porque no tienen la capacidad de preguntarse cosas como si los monstruos podrían ser reales o si podría haber algo acechando en la oscuridad. Pero, ahora que su niño en edad preescolar ha desarrollado las habilidades de pensamiento y la mayor imaginación, puede considerar todo tipo de posibilidades aterradoras, incluso si algo malo podría suceder mientras están separados.

Para promover una sensación de seguridad:

- **Proporcione tranquilidad.** Diga, "Te amo y voy a hacer todo lo que pueda para que ambos nos mantengamos seguros". Asegúrese de que sus ausencias sean breves siempre que sea posible.
- **Supervise el uso de los medios.** Este no es el momento para que su niño vea nada que pueda asustarlo.
- **Use técnicas lúdicas.** Use un "rociador contra monstruos" (agua en una botella con rociador) a la hora de dormir. O revise los armarios y los cajones antes de apagar la luz. También coloque una luz en la habitación.

Es probable que estos temores no duren mucho tiempo. Si persisten, contacte a un pediatra.



### Cuestionario Para Padres

## ¿Es la lectura una prioridad para su familia?

Es más probable que los niños quieran leer cuando todos a su alrededor están leyendo. ¿Está impulsando el interés de su niño preescolar en la lectura estableciendo una cultura de leer en familia? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Tienen** rituales de lectura familiares, como leer en voz alta antes de dormir o ir a la biblioteca todas las semanas?
2. **¿Lleva** material de lectura con usted cuando sale de la casa con su niño? Lleve libros en un bolso y léanlos juntos cuando tengan que esperar en algún lado.
3. **¿Está armando** una biblioteca familiar? Tenga libros a mano para leerlos una y otra vez.
4. **¿Da** el ejemplo con respecto a la lectura? ¿Su niño lo ve leer todos los días?
5. **¿Hablan** sobre libros y la lectura, y comparte cosas interesantes que lee?

### ¿Cómo le está yendo?

*Si hay más respuestas sí, usted está haciendo que la lectura sea una parte habitual de la vida familiar. Para cada respuesta no, pruebe esa idea.*

*"Un niño. Un libro. Una lectura. Una conversación. Esa es la manera en la que la mente se desarrolla. No con un examen, sino con una historia".*

—Michael Rosen

## Construir con bloques mejora las habilidades matemáticas

Sumar un poco de matemáticas a la hora del juego es fácil cuando se usan bloques. Para desarrollar las habilidades matemáticas de su niño, refuerce estos conceptos mientras juegan con bloques juntos:

- **Conteo y cantidad relativa.** Arme una torre y pregúntele a su niño, "¿Cuántos bloques hay en la torre?" Cuéntenlos juntos. Luego, pídale que sume o quite dos bloques. Pregúntele, "¿La torre tiene *más* o *menos* bloques ahora?"
- **Identificación de figuras** y cómo pueden encastrarse. Haga preguntas como "El bloque, ¿es un cuadrado o un triángulo?" y "Si unimos estos dos triángulos, ¿qué figura forman?"

## Ofrezca elogios que inspiren

Los elogios pueden motivar a su niño. Pero las palabras que usa son importantes. Tenga en cuenta lo que se *debe* hacer y lo que *no*:

- **Centre los elogios** en el esfuerzo en lugar de en el talento. Felicite a su niño por sus acciones.
- **No diga siempre**, "Eres tan inteligente". Su niño podría sentirse presionado a demostrarlo. Esto puede conducir a los niños a hacer trampa.
- **No aplique etiquetas**, como "tímido" o "deportista", que limitan a su niño.

## Las rutinas favorecen la responsabilidad

Hacer una tarea de forma repetitiva a lo largo del tiempo es lo que la transforma en un hábito. Por lo tanto, para enseñarle a su niño a asumir la responsabilidad de una tarea, incorpórela a una rutina habitual. Pídale a su niño que la haga a la misma hora aproximadamente todos los días. Cuelgue una lista con dibujos de cada paso de la rutina. Cuando su niño se acostumbre a levantarse, cepillarse los dientes y vestirse en el mismo orden, por ejemplo, podrá ofrecerle menos recordatorios.



### 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 © 2026, 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