¡Prepárense para un buen comienzo!

Maneras en que las familias pueden ayudar a los niños a prepararse para comenzar la escuela

THE PARENT INSTITUTE®

Se acerca un gran día . . . ¡y es muy emocionante!

¿Puede creerlo? ¡Su niño está a punto de comenzar jardín de infantes! Es un momento emocionante para todos. ¿Qué puede hacer para preparar a su niño para aprender? Este folleto está repleto de listas de lo que su niño debería saber y de cosas que puede hacer en casa para prepararse.

En él encontrará de todo, desde consejos para preparar a su niño para la lectura hasta actividades matemáticas para estimular el cerebro. Incluso descubrirá ideas sobre la mejor manera de colaborar con la escuela de su niño.

Recuerde: usted no solo es el primer maestro de su niño, sino también un socio en la educación, tanto en el salón de clases como en casa.

• • • • •

"Los estudios documentan que, independientemente del origen económico, étnico o cultural, la participación de la familia y de los padres en la educación de un niño es un factor importante para determinar el éxito escolar".

— PTA Nacional

• • • • •

¿Está preparado mi niño?

No todo lo que su niño necesita saber para la escuela tiene que ver con lo académico. De hecho, los maestros de preescolar dicen que las habilidades sociales y el desarrollo emocional de un niño son los mejores indicadores de su éxito en clase.

Pero tenga en mente que los niños maduran *durante* el jardín de infantes. Mejoran sus habilidades sociales y maduran emocionalmente.

Fomente el amor por el aprendizaje

Despierte la pasión de su niño por descubrir cosas. Desde el jardín de infantes en adelante, ¡los niños ávidos de aprender se convierten en estudiantes motivados!

Un niño dispuesto a aprender:

- Muestra curiosidad y entusiasmo por explorar cosas nuevas.
- Hace muchas preguntas.
- Tiene confianza para hablar.
- Está dispuesto a enfrentarse a tareas difíciles.

Para fomentar el amor de su niño por el aprendizaje:

- Tomen una ruta nueva a casa. Hablen de lo que ven.
- Jueguen a juegos de reflexión como "Veo veo".
- Celebre el esfuerzo. La torre de bloques se cayó. ¡Pero no antes de que su niño apilara seis bloques!
- Proponga retos. Resuelvan juntos ese rompecabezas de 20 piezas.
- Emociónese usted también. "¡Hoy he aprendido algo estupendo!"
- Pídale a su niño que lo ayude a cocinar, a trabajar en el jardín o a hacer reparaciones en la casa.
- Elogie el esfuerzo. "¡Qué colorido es tu dibujo!"
- Busquen juntos respuestas a las preguntas de su niño.

Copyright © 2025 The Parent Institute®

Prepare a su niño para el éxito en clase

Los maestros de jardín de infantes deben apoyar una clase repleta de niños. Cuanto más puedan hacer los estudiantes por sí mismos en la escuela, mejor. Ayude a su niño a ser independiente, ¡y vea cómo aumenta su confianza!

Su niño debería ser capaz de:

- Vestirse sin ayuda.
- Ir al baño sin ayuda.
- Limpiarse la nariz y taparse la boca al toser o estornudar.
- Comer ordenadamente (bueno, más o menos ordenadamente).
- Seguir instrucciones de dos pasos.

Para ayudar a su niño a adquirir independencia:

- Ayúdelo a practicar cómo subirse la cremallera, abrocharse los botones, atarse los zapatos y abrir los envoltorios de la comida.
- Deje que su niño practique ir al baño (incluyendo bajarse y subirse los pantalones, limpiarse y lavarse las manos).
- Hagan juegos de roles. "¡Voy a estornudar! ¿Qué hago?"
- Finjan que la cocina es un restaurante bonito. Practiquen los modales.
- Dele a su niño instrucciones chistosas de dos pasos. "Primero, ladra como un perro. Luego, salta como conejo".

Enséñele a su niño a llevarse bien con los demás

Incluso en el jardín de infantes, su niño será parte de una clase. ¡Deberá llevarse bien con los demás para poder concentrarse en el aprendizaje cuando suene el timbre escolar!

Su niño debería ser capaz de:

- Turnarse y compartir.
- Llegar a un acuerdo.
- Manejar la decepción.
- Comprender que todos tienen sentimientos.

Para ayudar a su niño a desarrollar las habilidades sociales:

- Invite a otros niños a pasar tiempo con su niño.
- Practiquen dar y recibir. Ayude a su niño a pensar qué decir y hacer cuando otro niño quiera un juguete.
- No deje que su niño gane siempre. De "Tres en raya" a "Solterona", deje que su niño pierda a veces.
- Hable de sentimientos. "Estoy triste porque se me rompió mi pulsera favorita. ¿Qué te hace sentir triste a ti?"

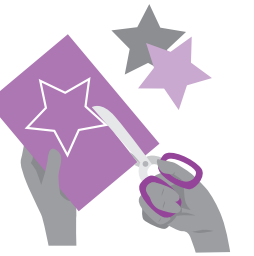
Desarrolle la motricidad de su niño

Desde cortar con tijeras hasta atarse los zapatos, los niños de jardín de infantes deben dominar muchas tareas en las que intervienen músculos grandes y pequeños. Los maestros suelen referirse a estas destrezas como *habilidades motrices*.

Su niño debería ser capaz de:

- Colorear y garabatear.
- Sujetar tijeras de punta redonda.
- Trazar formas fáciles.
- Pegar.
- Rebotar y lanzar una pelota.
- Caminar en línea recta.

Para ayudar a su niño a desarrollar las habilidades motrices:



- Coloreen y dibujen juntos. Guarde los lápices, los crayones y el papel donde su niño pueda alcanzarlos.
- Demuestre cómo utilizar las tijeras de punta redonda. Pídale a su niño que recorte cupones por usted. Él se sentirá capaz, y usted ahorrará dinero.
- Deje que su niño trace la mano de usted.
- Jueguen con plastilina. Ayude a su niño a hacer una forma de serpiente u otras figuras.
- Llene un atomizador con agua. Dígale a su niño que rocíe las plantas de interior.
- Hagan collares de pasta. Anime a su niño a ensartar macarrones secos en hilo.
- Jueguen a atrapar una pelota o una bolsa de frijoles.
- Hagan acrobacias. Fíjese si su niño puede caminar por la "cuerda floja" (la manguera del jardín).
- Hagan un concurso de equilibrio. ¿Quién aguanta más tiempo en un pie?
- Practiquen cómo atarse los zapatos (aunque su niño suela llevar zapatos con Velcro®).
- Pídale a su niño que corte la lechuga para la ensalada, revuelva la mezcla y unte el pan con mermelada.
- Jueguen a "Seguir al líder", y salten, galopen y brinquen.
- Vayan a un parque infantil y enséñele a su niño a columpiarse.

Copyright © 2025 The Parent Institute® www.parent-institute.com

Fomente las habilidades lingüísticas

El desarrollo de las habilidades lingüísticas preparará a su niño para la lectura. Todo lo que su niño sabe sobre el lenguaje, desde cómo se habla hasta cómo suena, entra en juego durante el jardín de infantes.

Su niño debería ser capaz de:

- Sostener una conversación.
- Hacer preguntas y escuchar respuestas.
- Contar historias y hablar de experiencias pasadas.
- Reconocer rimas.
- Escuchar cuentos y canciones.

Esto es lo que puede hacer con su niño:

- Hablar mucho. Hablen sobre su día. Cuéntele algo divertido.
- Inventar cuentos. Represéntenlos con marionetas.
- Introducir palabras nuevas. "¡Este helado está *delicioso*!"
- Cantar la canción del alfabeto. Canten las letras del nombre de su niño.
- Recitar rimas conocidas o inventar las suyas propias.
- Jugar a juegos como "Simón dice" o "Mamá, ¿puedo?"

¡Diviértanse también con la preparación para la escritura!

Para los niños más pequeños, la escritura comienza con lápices, crayones, papel y muchos garabatos.

Su niño debería ser capaz de:

- Comprender que las palabras van de izquierda a derecha.
- Sujetar correctamente un lápiz.
- Colorear en papel.
- Escribir algunas letras.

Para desarrollar las habilidades de escritura de su niño:

- Dele útiles para escribir, desde lápices de colores gruesos hasta rotuladores.
- Deje que su niño lo ayude a "escribir" la lista de compras o una carta a los abuelos.
- Jueguen a la oficina. Dígale a su niño que etiquete carpetas y doble papeles.
- Dígale a su niño que escriba el alfabeto con tiza o espuma de afeitar.

Léale a su niño y lea con él

La lectura es la base de todo aprendizaje. Enséñele a su niño a amar los libros, y criará a un lector para toda la vida. Plante la semilla y véala crecer.

Su niño debería ser capaz de:

- Sostener un libro y pasar las páginas correctamente.
- Comprender que las letras producen sonidos.
- Escuchar cuentos sin interrumpir.
- Reconocer la mayoría de las letras del alfabeto.
- Reconocer su nombre en letra imprenta.

Para fomentar la lectura:

- Léale a su niño todos los días. Haga que participe toda la familia.
- Tenga libros a mano.
- Etiquete objetos de la habitación de su niño, como "cómoda" y "cama".
- Ayude a su niño a explorar artículos, historietas y mapas, además de libros.
- Haga tarjetas con letras. Dígale a su niño que una los pares de mayúsculas y minúsculas, como B y b.
- Dígale a su niño que invente un cuento que acompañe las ilustraciones de un libro.
- Lea por placer. Muéstrele a su niño que los libros importan.
- Asistan a programas de la biblioteca. Acostumbre a su niño a sentarse en silencio.

Supervise el uso de los medios digitales

La Academia Americana de Pediatría recomienda que las familias administren el uso pasivo de las pantallas para que los niños tengan suficiente tiempo para las experiencias de la vida real. El uso pasivo de las pantallas incluye el tiempo destinado a ver televisión, jugar videojuegos y navegar en internet.

Para ayudar a su niño a utilizar la tecnología con prudencia:

- Limite la cantidad de tiempo que su niño pasa viendo programas y jugando a juegos digitales, aunque sean educativos.
- Participe. Escoja programas, videos y juegos adecuados. No deje que su niño pase de un canal a otro. Hablen de lo que ven.
- Asegúrese de que los juegos digitales a los que juega su niño sean apropiados para su edad.
- Supervise el uso de todos los dispositivos digitales.

Copyright © 2025 The Parent Institute®

Abra la puerta a nuevas experiencias para su niño

Su niño no necesita ninguna capacitación formal en estudios sociales antes del jardín de infantes. Basta con que tome conciencia del mundo que lo rodea.

Para ampliar el mundo de su niño:

- Visiten juntos algunos lugares de la ciudad o el pueblo donde viven, como el aeropuerto, una granja, la comisaría, la oficina de correos, una panadería, la estación de ferrocarril o incluso un lavadero de carros. Luego, hable con su niño de lo que ha visto.
- Infórmense sobre su propio vecindario. ¿Es montañoso? ¿Es llano? ¿Viven en el campo o en la ciudad?
- Aprecien su herencia. Ya sea mediante la comida, vestimenta o música, ayude a su niño a deleitarse con el lugar de donde proviene su familia.
- Exploren otras culturas. Prueben comidas de otros países. Asistan a un festival comunitario. Escuchen música en otros idiomas.
- Aprendan juntos. Visiten la biblioteca en busca de libros sobre temas que despierten la curiosidad de su niño.

Fomente la creatividad de su niño mediante las artes

Las experiencias de aprendizaje en el jardín de infantes van más allá de las tres R. Su niño no necesita convertirse en un Beethoven o Picasso para cosechar innumerables recompensas de las bellas artes.

Para iniciar a su niño en las artes:

- Llene su casa y carro de melodías. Exponga a su niño al poder de la música para desarrollar su cerebro.
- Ensúciense. Pinten con los dedos. Amasen plastilina. Hagan collages. ¿Qué importa un poco de ropa sucia en nombre de la creatividad?
- Muévanse al ritmo de la música. Bailen un vals por la habitación. Sientan el ritmo hasta en los huesos.
- Representen historias juntos. Sean dramáticos. Usen voces y expresiones faciales divertidas.
- "Dibujen" canciones. Ponga una melodía alegre. Dígale a su niño que imagine cómo se "vería" la canción.
- Introduzca a su niño al escenario. Vean juntos una obra de teatro para niños y déjense sorprender.

Números + curiosidad = ¡diversión matemática!

La comprensión de los conceptos matemáticos básicos es una meta en el jardín de infantes. Este es el momento ideal para preparar a su niño para las matemáticas.

Para preparar a su niño para las matemáticas:

- Jueguen con bloques. Ayude a su niño a ordenarlos, apilarlos y construir una torre. Los bloques son una gran herramienta para las matemáticas prácticas.
- Reflexionen sobre los patrones. Ponga un tenedor, una cuchara, otro tenedor y otra cuchara. Pregúntele qué viene después.
- Cuenten. Ya sea el número de huevos que hay en el cartón o las rayas de las cortinas, ¡anime a su niño a contar!
- Sean banqueros. Enséñele a su niño sobre el dinero. "Una moneda de diez centavos equivale a diez de un centavo. Cinco monedas de cinco centavos equivalen a 25 centavos".
- Comparen formas. Ayude a su niño a dibujar un cuadrado y un rectángulo. ¿En qué se asemejan? ¿En qué se diferencian?

Ayude a su niño a desarrollar el razonamiento analítico

Para ayudar a su niño a tener éxito en la escuela, vaya más allá de hacer preguntas que puedan responderse con "sí" o "no". Fomente el razonamiento más profundo y prepare la mente de su niño para toda una vida de aprendizaje.

Para desarrollar las habilidades de razonamiento de su niño:

- Pregunte *por qué*. Hágale preguntas a su niño que estimulen el pensamiento. "¿Por qué crees que no podemos ver la luna esta noche?"
- Pregúntele "¿Qué sucede después?" Cuando termine de leer un cuento, anime a su niño a ser creativo y continuar la historia.
- Jueguen a "se hunde o flota". Llene un cubo de agua y reúna varios objetos pequeños. ¿Cuál podría hundirse? ¿Cuál flotará? ¡Averígüenlo!
- Introduzca conceptos como *más, menos, vacío* y *lleno.* Solo necesita vasos de plástico, arroz crudo y una escoba para limpiar.

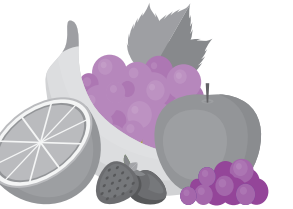
Copyright © 2025 The Parent Institute®

Un niño sano está listo para aprender

¡Un cuerpo sano apoya una mente sana! Por eso, cuide el bienestar físico de su niño.

Para enseñarle a su niño a alimentarse bien:

- Ofrézcale alimentos variados cada día. Incluya una mezcla de frutas y vegetales frescos, cereales integrales, proteína magra y productos lácteos.
- Limite los dulces. Los dulces y los pasteles solo deberían comerse en ocasiones especiales.
- Ofrezca agua. Limite los zumos 100% de fruta y evite las bebidas con azúcar añadido.



- Coman juntos. A la hora de comer, sea un modelo de hábitos alimentarios saludables.
- No etiquete los alimentos como "buenos" o "malos". En su lugar, hable de raciones sanas y de escoger bien los alimentos.

Para promover el ejercicio:

- ¡Jueguen al aire libre! Lancen una pelota. Den una caminata. Los expertos recomiendan que los niños hagan al menos una hora de actividad física al día.
- Caminen cuando puedan. ¿La tienda está a la vuelta de la esquina? Dejen el carro y pónganse las zapatillas.
- Limite el uso pasivo y recreativo de las pantallas. Teleadicto no se nace, se hace. Por eso, no deje que su niño se entretenga mucho tiempo delante de una pantalla.

Para preservar el tiempo de descanso:

- Asegúrese de que su niño duerma entre nueve y 11 horas cada noche. Esa es la cantidad que los expertos recomiendan para los niños en edad escolar.
- Imponga una hora regular para acostarse.
- Adopte una rutina nocturna que incluya actividades tranquilas (sin pantallas).
- Tenga cuidado con la cafeína oculta en alimentos como el cacao.

Prepare a su niño para cooperar en clase

En la escuela preescolar, es probable que su niño haya tenido alguna "crisis" de vez en cuando. Pero en el jardín de infantes, los estudiantes aprenden a responsabilizarse más de su comportamiento. ¿La clave? La autodisciplina. Y aunque el énfasis está en "auto", usted puede hacer mucho para promoverla.

Para enseñarle autodisciplina a su niño:

- **Ofrézcale opciones.** ¿Leche o agua? ¿Calcetines morados o a rayas? Dele a su niño cierto control sobre las decisiones cotidianas.
- **Asígnele responsabilidades.** Dígale a su niño que recoja los juguetes o que deje los libros en la estantería. La responsabilidad forma parte de la autodisciplina.
- **Enséñele a permanecer sentado.** Recuérdele que se siente pacientemente durante una comida familiar o durante una obra. Es una habilidad importante en el jardín de infantes.
- **Enséñele a su niño a no interrumpir** cuando otros hablan. Túrnense para hablar y escuchar durante las conversaciones de la cena.
- **Apóyese en las rutinas.** Haga que su niño siga pautas predecibles a lo largo del día. Puede mejorar el control de los impulsos.
- **Elogie los comportamientos positivos.** ¿Hizo su niño lo que le pidió sin quejarse? Dígale: "Agradezco tu comportamiento de niño grande".
- **Evite los berrinches.** Los maestros utilizan rutinas para mantener el orden en clase. Las rutinas regulares también lo ayudarán a evitar los berrinches en casa. Enséñele a su niño que un berrinche *no* cambiará las normas.
- **Hable de privacidad.** Explíquele a su niño la idea de "mantener las manos quietas" y de respetar las pertenencias de los demás.

Copyright © 2025 The Parent Institute®

Prepárese para matricular a su niño en la escuela

Cuando matricule a su niño en el jardín de infantes, tendrá que llevar algunas cosas. No todos los sistemas escolares tienen los mismos requisitos, pero aquí tiene algunos de los artículos que podría necesitar:

- La partida de nacimiento de tu niño.
- El número de Seguridad Social (SSN) de su niño.
- Prueba de residencia (por ejemplo, una factura de servicios públicos).
- Prueba de custodia (si aplica).

Revisen las normas de seguridad del autobús escolar antes del primer día

Cada día, grandes autobuses amarillos transportan a millones de niños hacia y desde a la escuela. Aunque el autobús es el medio más seguro para que los niños vayan a la escuela, sigue siendo importante revisar las normas de seguridad del autobús escolar con su niño.

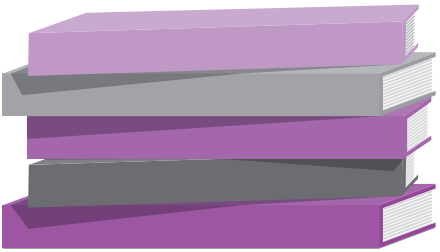
Para ayudar a su niño a viajar seguro en el autobús:

- Caminen juntos hasta la parada del autobús todas las mañanas. Luego espérelo en la parada todas las tardes (en muchos sistemas escolares, esto es obligatorio).
- Manténganse a una distancia segura de la calle. No se acerquen al borde de la acera.
- Recuérdele a su niño que espere en fila para subir. Nunca debe empujar.
- Dígale a su niño que *nunca* camine detrás del autobús ni corra para cogerlo.
- Explique que el conductor está a cargo en el autobús.
- Practique qué debe hacer su niño si usted no está en la parada para recibirlo (por ejemplo, ir a casa de un vecino, etc.).

Use los libros para aliviar los nervios por el primer día de clase

¡Prepare a su pequeño lector para las clases! Comparta con él estas fantásticas historias que giran en torno al primer día escolar.

- ***Chrysanthemum*** de Kevin Henkes (HarperCollins). Cuando esta ratoncita comienza la escuela, aprende a aceptar su singular nombre, a pesar de las burlas de sus compañeros. También aprende que siempre contará con el amor y el apoyo de su familia.
- ***I Love You All Day Long*** de Francesca Rusackas (HarperCollins). Esta dulce historia les asegura a los niños que, independientemente de lo que hagan en la escuela, los pensamientos de sus padres están con ellos.



- ***Look Out Kindergarten, Here I Come!*** de Nancy L. Carlson (Penguin Group). Henry es un ratón que está emocionado, y nervioso, por su primer día de jardín de infantes. Lean sobre cómo Henry supera su nerviosismo y hace un amigo nuevo.
- ***Miss Bindergarten Gets Ready for Kindergarten*** de Joseph Slate (Penguin Group). Los animales de la A a la Z se preparan para el primer día de clase.
- ***Tucker's Four-Carrot School Day*** de Susan Winget (HarperCollins). Tucker es un conejito que descubre que cometer errores forma parte del aprendizaje.
- ***The Twelve Days of Kindergarten*** de Deborah Lee Rose (Harry N. Abrams, Inc.). Desde dar de comer a los peces hasta construir con bloques, cuenten (¡y canten!) todas las cosas bonitas que hay para hacer en el jardín de infantes.
- ***Wemberly Worried*** de Kevin Henkes (HarperCollins). La pequeña Wemberly se preocupa por todo. ¡Pero nada le revuelve tanto el estómago como la idea de comenzar la escuela!

Copyright © 2025 The Parent Institute®

Haga que el gran día sea feliz

¡El primer día de clases está por llegar! Y hay muchas cosas que usted puede hacer para que sea un día placentero para su niño:

- **Visiten la clase.** Averigüe si en la escuela de su niño hay un acontecimiento como "Conozca al maestro" al que puedan asistir usted y su niño.
- **Pregúntele a su niño qué le preocupa.** Averigüe si su niño tiene alguna preocupación específica sobre la escuela. De ser así, háblelo.
- **Enfóquese en lo positivo.** Destaque lo "grande" que es su niño. Dígale: "¡Estoy orgulloso de ti!"
- **Explíquele a su niño que usted** (así como su habitación, sus peluches y sus juguetes) lo esperarán al final del día.
- **Prepárense la noche anterior.** Acostumbre a su niño a preparar la ropa, los materiales y la comida.

- **No se apresuren.** La mañana del gran día, deje tiempo suficiente para un desayuno relajado. Apresurarse estresa a todos.
- **Asegúrele a su niño que hay un baño en la escuela.** Los estudiantes pueden pedirle al maestro siempre que necesiten utilizarlo.
- **No se quede demasiado tiempo** cuando deje a su niño. El maestro está preparado para manejar los nervios del primer día. Dele un abrazo rápido y márchese.

Participe en la educación de su niño

¿Ha terminado de preparar a su niño para el jardín de infantes? No del todo. Queda una cosa muy sencilla, pero fundamental: *Comprométase a seguir participando en la educación de su niño.* No lo olvide: A lo largo de los años habrá docenas de maestros estupendos, pero usted siempre será el maestro más importante de su niño.

Para participar en la educación de su niño:

- Ofrézcase como voluntario en clase o desde casa. Acompañe en las excursiones. Hornee galletas para la venta de pasteles. Participe como y cuando pueda.
- Asista a la noche de regreso a la escuela y a las reuniones de padres.
- Lea todos los folletos y papeles que su niño lleve a casa.
- Haga de la escuela una prioridad. Programe las citas y vacaciones *fuera* del horario escolar.
- Espere que su niño tenga éxito en la escuela. Los niños se esfuerzan por cumplir las expectativas de sus familias.
- Hable con su niño sobre lo que está aprendiendo en clase. Pídale que le muestre los trabajos que lleva a casa.
- Hable. Si hay algún problema en la escuela, hable con el maestro de su niño inmediatamente. Trabajen juntos para encontrar una solución.
- Muéstrele y dígale "¡Te quiero!" a su niño con frecuencia.
- ¡Celebren! ¡Su niño aprende cada día más!

Copyright © 2025 The Parent Institute®

Publicado por:

THE PARENT INSTITUTE®

(800) 756-5525
www.parent-institute.com

Stock No:
(English) 311A
(Spanish) 411A