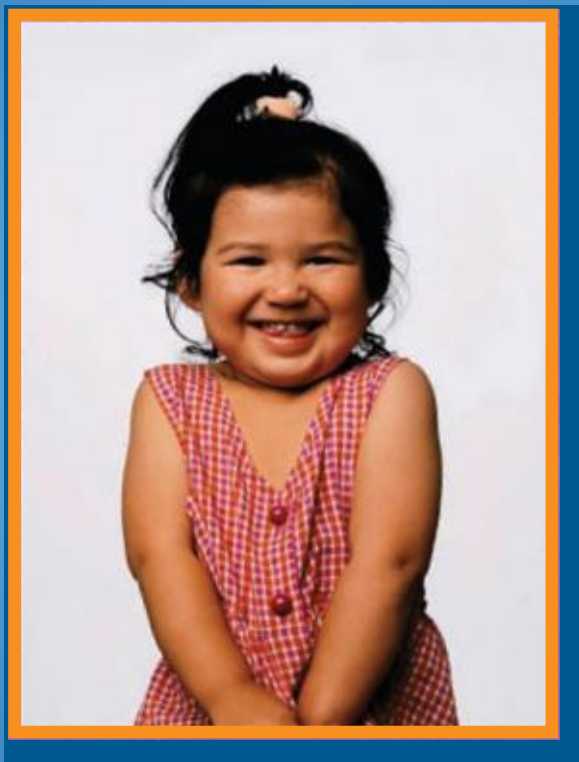


# Preparándose para la escuela!®

“¡Quiero estar lista para el  
kínder!”



“¿Cómo puede el kínder estar  
listo para mí?”

*Una guía para padres y familiares de niños recién nacidos y hasta cinco años de edad, cuidadoras, educadoras de la primera, infancia, maestras de kínder, comunidades, escuelas, y todos aquellos involucrados en la vida del niño.*



# Preparándose para la escuela!®

¿Qué necesitan los niños para estar preparados para el kínder?

¿Qué necesitan las escuelas para estar preparadas para admitir a los niños?

El contenido de este folleto es producto de 41 conversaciones comunitarias entre más de 300 padres, educadoras de la primera infancia, profesoras de kínder, directores de escuelas, y miembros de la comunidad. Dirigidas por padres de familia como facilitadores, las conversaciones se dieron en siete idiomas: inglés, camboyano, oromo, ruso, somalí, español y vietnamita, y se llevaron a cabo en 17 de los 19 distritos escolares del Condado de King.

Autoras: Principal – Debra Sullivan (Praxis Institute for Early Childhood Education) y Cheri Stefani (Puget Sound Educational Service District); Miembros

– Susan Barkan (Salud pública – Seattle y Condado de King), Ellen Broeske (Puget Sound Educational Service District), Rujuta Gaonkar (Salud pública – Seattle y Condado de King), Bea Kelleigh (Project Lift-Off), Diane Kroll (Puget Sound Educational Service District), Deborah Lee (Seattle – ECEAP), Gail Tanaka (Comprehensive Health Education Foundation), Laura Wells (Child Care Resources); Editora – Rhonda Peterson (Project Lift-Off).

Consejo editorial: Linda Averill (Shoreline Schools), Bridgett Chandler (Talaris Research Institute), Teri Clifford (Puget Sound Educational Service District), Tom Drummond (North Seattle Community College), Julie Ezenwoye (educadora de educación temprana), Karen Forys (North Shore School District), John Gottman (Professor Emeritus, University of Washington), Maryann Johnston (consultora de educación temprana), Garrison Kurtz (Foundation for Asian/Pacific Islander Child Care Task Force), Theresa Lourde (facilitadora de padres en las Early

Learning), Wei Li-Chen (Asian/Pacific Islander Child Care Task Force), Theresa Lourde (facilitadora de padres en las Early Learning), Wei Li-Chen conversaciones para la comunidad), Kris Lowe (Child Care Resources), MAK Mitchell (Seattle Public Schools), Carol Mizoguchi (facilitadora de padres en las conversaciones para la comunidad), John Nimmo (Pacific Oaks College Northwest), Sally Porter (King County Library System), Wendy Roedell (Puget Sound Educational Service District), Sue Schmitt (Seattle University), Jill Sells (American Academy of Pediatrics), Michael Silver (Tukwila School District), Debra Williams-Appleton (Office of the Superintendent of Public Instruction), Ed Yonamine (Washington State Department of Community, Trade and Economic Development).

Páginas 12-18 fueron creadas en respuesta a encuestas conducidas por el Washington State Department of Health Immunization Program CHILD Profile. Un agradecimiento especial a las personas que han participado en varias etapas del proceso de revisión: Bridgett Chandler (Works of Heart), Laura Hutchinson and Denise Farrand (CHILD Profile – Seattle King County Public Health Department), Cheri Stefani and Diane Kroll (Puget Sound ESD), Deb Williams-Appleton, Elaine Von Rosenstiel and Marcia Riggers (Office of the Superintendent of Public Instruction), Linda Averill (Shoreline School District), Kimberlee Archie y Guille Morfin (anteriormente de the King County SOAR Initiative) Karen Howell Clark (United Way of King County), Bea Kelleigh (the Early Care and Education Coalition) y Melissa Jennings, Patty Turnberg, Jeanne Anderson y Garrison Kurtz (Foundation for Early Learning).

Si los niños nos pudieran decir, ésto es lo que dirían:



“Necesito que los adultos trabajen juntos para prepararme para la escuela.”

¿Cómo está ayudando?

Siga leyendo para ver que más puede hacer.



# Mis habilidades sociales y emocionales

Necesito sentirme entusiasmado y a gusto con la idea de comenzar el kínder.

*Tú puedes:*

- Dejarme saber que también estas entusiasmada por mi comienzo en el kínder.
- Darme la oportunidad de visitar mi escuela antes de empezar.
- Escuchar mis pensamientos e ideas sobre la escuela.
- Jugar conmigo a pretender que ya estoy en la escuela.

Necesito saber cómo será el kínder. *Tú puedes:*

- Enseñarme a seguir instrucciones mediante pasos simples.
- Ayudarme a aprender a compartir con otros niños, ponerme en la fila, esperar por mi turno y a sentarme en un círculo.

Necesito sentirme bien conmigo mismo.

*Tú puedes:*

- Ponerme atención y escuchar mis ideas.
- Ayudarme a sentirme bien con todas las cosas que puedo hacer.
- Elogiarme en lo que hago bien.
- Ser paciente y dejar que me desarrolle a mi propio ritmo.
- Enseñarme que todos mis sentimientos están bien, pero que no todas mis acciones están bien. Por ejemplo, está bien sentirme enojado, pero no está bien golpear a otros.
- Enseñarme formas de calmarme cuando me frustro.



## Necesito llevarme bien con los demás.

*Tú puedes:*

- Mostrarme formas de cómo hacer nuevas amigas.
- Ayudarme a entender cómo puedo ser amiga con niñas diferentes a mí.
- Enseñarme qué hacer cuando alguien lastima mis sentimientos.

## Necesito saber cómo hablar con los demás y escuchar.

*Tú puedes:*

- Hablar conmigo sobre cosas que me interesan.
- Enseñarme cómo saber cuándo es mi turno para hablar y cuándo debo escuchar.
- Enseñarme palabras para describir mis sentimientos y necesidades, y cuándo usarlas.



# Cómo aprendo

Necesito estar entusiasmado por aprender.

*Tú puedes:*

- Alentarme a que explore con mis sentidos—ver, tocar, oler, oír y saborear mi mundo.
- Darme opciones divertidas y excitantes.
- Darme mucho tiempo para poder resolver cosas.

Necesito aprender a intentar cosas y seguir intentando cada vez que parezca difícil.

*Tú puedes:*

- Darme actividades que mantengan mi interés.
- Ayudarme a explorar e intentar nuevas actividades.
- Ayudarme a aprender paso por paso.
- Enseñarme que el cometer errores es parte del aprender.
- Mostrarme diferentes maneras de entender mi mundo.

Necesito conocer varias maneras de expresarme.

*Tú puedes:*

- Ayudarme a bailar, cantar, silbar, tocar instrumentos, pintar, dibujar, colorear, construir, inventar y fantasear.
- Ayudarme a que me importen los demás, y también a ayudarles.
- Ayudarme a darme cuenta y a hablar de las flores, los árboles, los animales, las nubes, el cielo y el agua.



Necesito sentirme bien con mi familia y cultura,  
y necesito aprender sobre otras culturas.

*Tú puedes:*

- Mostrarme libros y fotos de personas que se parezcan a mi cultura.
- Mostrarme libros y fotos de personas de otras culturas.
- Cantarme canciones y contarme historias de mi cultura y de otras culturas.
- Usar el/los idioma/s que sé para ayudarme a entender y aprender.
- Llevarme a lugares que me enseñen cosas de mi cultura y de otras culturas.



# El uso de palabras y números

Necesito tener familiaridad con palabras y libros.

*Tú puedes:*

- Enseñarme nuevas palabras.
- Mostrarme palabras y símbolos en mi idioma y también los sonidos que éstos hacen.
- Leerme cosas. Llevarme a la biblioteca. Traerme libros y revistas.
- Hacerme preguntas sobre historias para ayudarme a entender su significado.
- Cantarme canciones y enseñarme rimas.

Necesito conocer formas, tamaños y colores.

*Tú puedes:*

- Darme cosas para separarlas según su forma, tamaño o color.
- Ayudarme a encontrar y nombrar formas y colores a mi alrededor.

Necesito aprender a contar y entender que los números tienen significado.

*Tú puedes:*

- Ayudarme a jugar juegos de contar.
- Dejarme contar cosas en casa y en mi comunidad.
- Mostrarme cómo se usan los números a mi alrededor.





# Apoyar mi familia, mi cultura y mi lengua

Necesito que mi escuela le dé la bienvenida a mi familia.

*Tú puedes:*

- Colocar anuncios de bienvenida en el idioma que hablo cuando estoy en casa.
- Aprender sobre mi comunidad y mi cultura antes de que yo llegue a la escuela.
- Dejar saber a mi familia a quién acudir si tenemos ideas, preguntas o inquietudes.
- Invitarnos a participar en la escuela, en el aula y en la Asociación de Padres de Familia y Maestros (PTA).

Mi familia y yo queremos que todos los adultos de mi escuela sepan y respeten mi cultura, mi estilo de aprendizaje y las necesidades de mi familia.

*Tú puedes:*

- Entender que la escuela puede ser el lugar donde conozca por primera vez de culturas y lenguajes distintos a los míos.
- Dejarme saber si mi maestra/o y otras personas en la escuela hablan mi lengua natal.
- Invitarme a mí y a mi familia a compartir información sobre nosotros y nuestra cultura con mi maestro/a y mis compañeros/as de clase.
- Apoyar mi cultura poniéndome en una clase con otros niños que compartan la misma cultura y lengua que yo.
- Dejarme saber que el hablar mi propio idioma refuerza todas mis habilidades lingüísticas.





# Mantenerme segura y sana

Necesito sentirme segura y sana.

*Tú puedes:*

- Ayudarme a practicar a decir mi nombre, dirección y mi número de teléfono en mi idioma natal y en inglés.
- Enseñarme sobre cómo cuidarme de los automóviles y sobre el no hablar con extraños.
- Enseñarme a quién pedir ayuda cuando la necesite.

Necesito saber cómo ir al baño y cómo poder cuidarme sola.

*Tú puedes:*

- Enseñarme las palabras que debo decirles a los adultos cuando tengo que ir al baño o si me siento mal o me he hecho daño.
- Ayudarme a practicar a ir al baño, lavarme las manos, vestirme, y atarme los cordones de los zapatos.
- Alentarme a intentar cosas que haya aprendido antes de pedir ayuda a mi profesor/a.

Necesito poder usar mis manos y dedos para hacer cosas pequeñas.

*Tú puedes:*

- Ayudarme a recoger, sostener y usar lápices, crayolas, rotuladores, pinceles y tijeras.
- Ayudarme a hacer cosas con bloques, papel, cartulina y cinta adhesiva.

## Necesito poder usar mis brazos, piernas y cuerpo para hacer movimientos amplios.

*Tú puedes:*

- Alentarme a correr, saltar, subirme, bailar y moverme al son de la música según sea mi habilidad.
- Darme tiempo todos los días para jugar afuera.

## Necesito tener cubiertas mis necesidades básicas todos los días antes de ir a la escuela.

*Tú puedes:*

- Asegurarte de que haya sido alimentada, haya descansado y haya sido vestida según las condiciones climáticas.
- Enterarte de quién puede ayudar a mi familia a conseguir lo que yo necesite para poder estar preparada para ir a la escuela.



© Emely/cultura/Corbis



# Yo necesito un cuerpo sano para aprender y crecer

*Tú*

*puedes:*

- Llevarme al doctor y al dentista para mis chequeos regulares.
- Asegurarte de que me pongan todas las vacunas necesarias antes de que comience la escuela. Tener todas mis vacunas me protege y protege a los demás contra enfermedades graves.
- Protegerme y proteger a nuestra familia contra todo daño. Pedir ayuda si alguien te está dañando a ti, a mí o a cualquier otra persona de mi familia.

## Yo necesito comer bien, descansar y jugar para tener energía para aprender.

*Tú puedes:*

- Asegurarte de que duerma lo suficiente cada noche, aunque yo no me quiera dormir. Yo no puedo aprender si estoy de mal humor y cansado en la escuela.
- Todos los días darme comida saludable, especialmente para el desayuno. En la última página te dicen cómo pedir un folleto en línea que tiene ideas para preparar buenas comidas.
- Pedir un formulario para obtener desayuno y comida gratis en la escuela si nuestra familia necesita ayuda para que yo tenga los alimentos saludables que necesito.
- Asegurarte de que tenga tiempo y lugares para jugar donde no corra peligro. Los niños necesitan por lo menos una hora de ejercicio al día. El juego al aire libre es muy importante



## Un gran paso con grandes sentimientos

Necesito que me ayudes a sentirme preparada y entusiasmada, aunque también me sienta un poco asustada.

*Tú Puedes:*

- Asegurarte de que los dos tengamos tiempo para pensar y hablar sobre nuestros sentimientos. Tus ideas y sentimientos le dan forma a los míos. Yo necesito que tú me demuestres confianza. ¡Esto es un paso muy grande para nuestra familia!
- Ayudarme a practicar a despedirme de ti, para que me pueda preparar para ser parte del grupo escolar fácilmente. El jardín de infantes es diferente que la guardería o preescolar donde a veces los padres se quedan con los niños un rato hasta que se sientan con ánimo de despedirse. Ayudarme a aprender a quedarme sola con mi maestra y mis compañeras.
- ¡Quiero que estés feliz de verme después de mi día en la escuela! Prepárate para hacerme preguntas específicas sobre lo que hicimos ese día y quienes son mis amigos.



# Las familias y las escuelas trabajan juntas

Necesito que los adultos de mi familia, de mi escuela y de mi comunidad colaboren.

*Tú puedes:*

- Considerar que empezar la escuela es un acontecimiento importante para todos nosotros. Todos tenemos nuestras propias ideas y preocupaciones.
- Preguntar qué pienso. A lo mejor quiero saber:
  - ¿Hasta dónde tengo que saber contar?
  - ¿Tengo que saber escribir mi nombre?
  - ¿Cuáles son las reglas de la escuela?
  - ¿Voy a hacer nuevos amigos en la escuela?
- Hablar con otras personas sobre tus sentimientos. Quizás quieras saber:
  - Si va a ser fácil decir adiós y dejar que me junte con mi clase de la escuela?
  - ¿Voy a encajar y aprender bien allí?
  - ¿Se van a dar cuenta los maestros que yo soy especial?
- Preguntar a las maestras lo que piensan. Quizás quieran saber:
  - ¿Qué tal me porto en una clase con otras niñas y algunos adultos?
  - Si sé cómo pedir ayuda cuando la necesito y trabajar por mi cuenta cuando tiene que ser así.
  - Si soy capaz de compartir la atención de la maestra.
  - Si estoy aprendiendo a seguir instrucciones y a cooperar.





# Cómo inscribirme y qué esperar

Necesito que le digas a la escuela que voy a asistir.

*Tú puedes:*

- Llamar a mi escuela y visitarla el año antes de que yo comience. Cada distrito escolar tiene sus propias reglas, así que es muy importante hablar con ellos. (Consulta la última página de este folleto, donde te dicen cómo comunicarte con las escuelas.)
- Visita a mi maestra y cuéntale lo que sé y lo que puedo hacer.
- Cuéntale sobre cosas que están pasando en mi vida que afectan mi manera de actuar y mis sentimientos.
- Entérate sobre cualquier necesidad especial que yo tenga.
- Aprende sobre los derechos que tiene nuestra familia en la escuela.
- Aprende sobre los servicios de la escuela y la comunidad que pudiéramos necesitar, particularmente si hablamos un idioma que no es inglés.

Yo necesito que tú sepas qué espera la escuela de mí y de mi familia.

*Tú puedes:*

- Ir a ver a mi maestra para ver qué espera que yo sepa y pueda hacer. La escuela es muy diferente a cuando tú fuiste.
- Obtener una lista actualizada de mis vacunas.
- Preguntar qué tipo de información necesita la escuela sobre mí y cuándo la necesitan. Es posible que mi escuela necesite una copia de mi acta de nacimiento, registro de vacunas o comprobante de nuestra dirección.
- Preguntar cuándo tienen tiempo los maestros de ver a los padres. Si ese horario no te funciona, avísales cuando tú puedes.
- Preguntarle a los maestros qué tipo de ayuda esperan que mi familia me brinde en casa.
- Ofrecerte de voluntaria/o para ayudar en mi escuela.

# Acerca de mi!

Mi nombre es \_\_\_\_\_

El nombre de mis papás o tutores es \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Mi dirección es \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Mi número telefónico es \_\_\_\_\_

El distrito donde se localiza mi escuela es \_\_\_\_\_

Mi escuela es \_\_\_\_\_

La dirección y el número telefónico de mi escuela son \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

El nombre de mi maestra (o) es \_\_\_\_\_

Estoy emocionada/o acerca de la escuela porque \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Las preguntas que tengo acerca de la escuela son \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

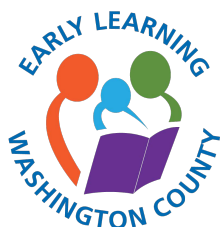
La biblioteca más cercana es \_\_\_\_\_

**Preparándose para la escuela!**<sup>®</sup> es una actividad estatal de la Fundación para el Aprendizaje Temprano (Foundation for Early Learning) y sus socios para apoyar a los padres y tutores en su papel de primeros maestros de sus niños. Esta guía fue creada y actualizada por un grupo de padres, expertos en enseñanza temprana, organizaciones cívicas, representantes de salubridad pública y escuelas.

Para obtener más información:

<http://parentingtogetherwc.org>

Pídale libros, música, videos y otros recursos a su bibliotecaria. Las bibliotecas también tienen programas como la hora de cuentos, las cuales pueden ayudar a su hijo a prepararse para la escuela.



Washington County School Districts

Banks: 503-324-8591

Washington County School Districts

Banks 503-324-8591

Beaverton 503-356-4500

Forest Grove 503-359-2406

Gaston 503-985-0210

Hillsboro 503-844-1500

Sherwood 503-825-5000

Tigard-Tualatin 503-431-4000