

Primera Infancia

Enero 2024
Vol. 28, No. 5

Los Padres™

¡hacen la diferencia!

Arvin Union School District



Use estas tres estrategias para crear un hogar rico en aprendizaje

La educación formal de los niños comienza cuando empiezan la escuela. Sin embargo, en el hogar aprenden muchas cosas fundamentales. De hecho, las cosas que aprende su hijo preescolar en casa ahora podrían afectar de manera significativa su desempeño escolar más adelante.

Según las investigaciones, los niños que crecen en hogares ricos en aprendizaje tienen la mayor probabilidad de prosperar en la escuela, y los beneficios son duraderos.

¿Qué tienen los hogares ricos en aprendizaje que los demás no tienen?

1. **Actividades de lectoescritura.**
2. **Materiales de aprendizaje.**
3. **Interacciones de calidad** con la familia.

Afortunadamente, ninguna de estas opciones es costosa ni requiere ser un experto en algo específico.

Para crear un entorno de aprendizaje:

- **Lean juntos.** Señale las palabras nuevas. Siga cada oración con el dedo para mostrar que el texto se lee de izquierda a derecha. Hágale preguntas a su hijo sobre lo que lee.
- **Ofrezca juguetes educativos** simples. Use rompecabezas para fomentar las habilidades de resolución de problemas. Pruebe el dominó para enseñarle los números a su hijo. Jueguen con bloques. Usen una cacerola y una cuchara de madera para hacer música.
- **Sostenga conversaciones** significativas con su hijo a diario. Muéstrelle que le importa lo que piensa y siente. Participar en conversaciones enseña cómo interactuar, amplía el vocabulario y estimula el aprendizaje.

Fuente: "Child's Home Learning Environment Predicts 5th Grade Academic Skills," New York University.

Exponga a su hijo preescolar a la lectura variada



A los niños les encanta escuchar sus cuentos favoritos una y otra vez. No abandone esos libros

tan preciados, pero tampoco se limite exclusivamente a ellos. Su hijo estará mejor preparado para leer si se familiariza con todo tipo de libros.

Preséntele a su hijo:

- **Los libros de fantasía.** Leer sobre personajes y situaciones que solo existen en la imaginación del autor fomenta la creatividad en los niños. Hable con su hijo sobre la diferencia entre lo *real* y lo *imaginario*.
- **Los mitos y las fábulas.** Es posible que ya conozca cuentos como "El león y el ratón", una de las fábulas de Esopo. Los mitos y las fábulas les enseñan a los niños preescolares lecciones de vida y valores.
- **La poesía.** Busque poemas que rimen. Les muestran a los niños que el lenguaje es divertido. Las rimas también los animan a escuchar para identificar sonidos diferentes y similares.
- **La no ficción.** Estos libros les muestran a los niños preescolares que leer los puede ayudar a descubrir y aprender cosas nuevas.

Enseñe responsabilidad y sentido de importancia con los quehaceres



Los niños aprenden a ser responsables cuando se les asignan responsabilidades. Al hacer quehaceres domésticos, su hijo

aprenderá que mantener una casa es una labor familiar y que él es una parte importante de la familia.

Los niños de tres años o más puede hacer tareas como las siguientes:

- **Poner y levantar la mesa.** Pueden comenzar con los tenedores, las cucharas y las servilletas. Amplíe gradualmente la tarea e incluya platos y tazas.
- **Darles alimentos secos y agua a las mascotas de la familia.**
- **Limpiar utilizando artículos y artefactos simples,** como un plumero, una escoba pequeña o una aspiradora de mano liviana.

- **Ayudar con el lavado de ropa.** Pueden poner la ropa sucia en un canasto u ordenar la ropa limpia en los cajones.
- **Ayudar con tareas de cocina** simples, como revolver ingredientes y verter líquidos fríos.
- **Buscar el correo,** a menos que requiera salir a la calle.
- **Juntar los juguetes** todos los días antes de dormir.

“Los mejores regalos que puede darles a los niños son las raíces de la responsabilidad y las alas de la independencia”.

—Denis Waitley

La buena alimentación es esencial para el éxito académico futuro



Lo que los niños comen afecta la manera en la que piensan y sienten. Y según las investigaciones, los niños que llevan una dieta

balanceada tienen más probabilidades de cosechar beneficios académicos.

La buena alimentación mejora:

- **La concentración.** Cuando los niños están sanos, están más atentos y se concentran con más facilidad. Esto significa que no tendrán dificultades para prestar atención y que no se distraerán si tienen el estómago vacío.
- **La memoria.** Si los niños no comen bien (si se saltean una comida, por ejemplo), es posible que les cueste recordar lo que aprendieron. Si no pueden retener la lección del día, les resultará difícil mantenerse al día.
- **Los logros.** Los niños con mala alimentación tienen más probabilidades que sus compañeros de repetir de grado y suelen obtener peores calificaciones en matemáticas y los exámenes estandarizados.

- **El comportamiento.** Los niños desnutridos tienen tasas más altas de suspensión escolar que sus compañeros mejor alimentados. También son más propensos a discutir o pelear con sus compañeros.

Para alimentar la capacidad de su hijo de aprender y obtener buenos resultados en la escuela, comience con hábitos de alimentación positivos.

Los investigadores han demostrado que es más probable que los niños pequeños coman alimentos saludables si sus familias:

- **Les dan opciones.** Deje que su hijo escoja entre dos bocadillos (manzanas y naranjas, o zanahorias y apio).
- **Hacen que sea divertido.** Forme una cara o un arcoíris con trozos de fruta.
- **Los incluyen.** Invite a su hijo a la cocina para ayudarlo a cocinar. Cuando los niños participan en la preparación de comidas saludables, tienen más ganas de comerlas.

Fuente: Kansas State University, “Winning the war: How to persuade children to eat more veggies,” ScienceDaily.

¿Conoce los aspectos básicos de la disciplina efectiva?



Disciplinar a los niños es una de las tareas más difíciles de criarlos.

¿Está aplicando técnicas de disciplina eficaces en

casa? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para averiguarlo:

___1. **¿Escoge** unas pocas reglas importantes y las explica con palabras simples que su hijo preescolar comprenda?

___2. **¿Refuerza** las reglas de la casa de manera sistemática para que su hijo sepa qué espera de él?

___3. **¿Tiene** expectativas adecuadas para la edad de su hijo? Esto evita que las reglas sean demasiado indulgentes o estrictas.

___4. **¿Reacciona** con cuidado y con calma cuando su hijo se porta mal y demuestra de qué se trata el buen de comportamiento?

___5. **¿Celebra** y felicita el buen comportamiento de su hijo con mayor frecuencia de la que usa para señalar sus errores?

¿Cómo le está yendo?

Cada respuesta *sí* significa que usted está usando un método de disciplina efectivo con su hijo en casa. Para cada respuesta *no*, pruebe la idea correspondiente del cuestionario.

Primera Infancia
Los Padres
¡hacen la diferencia!

Ideas prácticas para que los padres ayuden a sus hijos.

Para obtener información llame o escriba a:
The Parent Institute®, 1-800-756-5525,
P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474.
Fax: 1-800-216-3667.

O visite: www.parent-institute.com.

Publicada mensualmente de septiembre a mayo.

Copyright © 2024, The Parent Institute, una división de PaperClip Media, Inc., una entidad independiente y privada. Empleador con igualdad de oportunidades.

Editora Responsable: Doris McLaughlin.

Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Rebecca Miyares.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Céntrese en destrezas que mejorarán los resultados futuros en matemáticas



Los investigadores descubrieron que la capacidad de los niños preescolares para comprender ciertos conceptos matemáticos es

una gran manera de predecir cómo les irá en matemáticas cuando lleguen a quinto grado. Hay tres habilidades en particular que tienen un impacto significativo en el futuro éxito de un niño en matemáticas: contar, armar patrones y comparar cantidades.

Afortunadamente, hay muchas maneras divertidas y simples de fortalecer las habilidades de su hijo preescolar en estas áreas. Jueguen a estos juegos:

- **Contar las formas.** Mejore la capacidad para contar y reconocer formas al mismo tiempo. Escoja una habitación de la casa y vea cuántos ejemplos de una forma en particular puede encontrar su hijo allí. ¿Puede encontrar cinco rectángulos en la cocina? ¿Cuántos círculos hay?

- **¿Qué sigue?** Dibuje un patrón simple de cuadrados de colores (rojo, azul, verde, rojo, azul, verde). No coloree el cuadrado que le sigue a un color determinado, como el azul. Pregúntele a su hijo qué color sigue. ¿Otro cuadrado azul? ¿Un cuadrado rojo? ¿O el patrón sigue con un cuadrado verde? Una vez que su hijo domine los patrones simples, pase a patrones más complejos.
- **¿Cuál tiene más?** Arme dos pilas desiguales de objetos pequeños. (Use monedas, cereales, sujetapapeles de metal, etc.). Pídale a su hijo que le diga qué pila tiene más objetos. Luego, pregúntele a su hijo cómo lo sabe. (¿Es más alta? ¿Es más ancha?) ¡Cuenten juntos para averiguarlo!

Fuente: B. Rittle-Johnson y otros, "Early Math Trajectories: Low-Income Children's Mathematics Knowledge From Ages 4 to 11," *Child Development*, The Society for Research in Child Development, Inc.

Cinco maneras de enriquecer el tiempo en familia con su hijo en 2024



Lo que más quiere su hijo preescolar de usted es su tiempo. No importa cuánto tiempo pasen juntos ahora. Establezca un propósito de

Año Nuevo para aprovechar al máximo ese tiempo. Para empezar:

1. **Céntrese en la cantidad** además de la calidad. Participen en actividades que fomenten el aprendizaje, la creatividad y los lazos familiares. Es maravilloso destinar treinta minutos a jugar en el piso con su hijo. Pero llevarlo a hacer los recados del sábado y hablar con él todo el tiempo es incluso mejor.
2. **Involucre a su hijo** en la vida familiar. Permita que lo ayude a preparar la comida y hacer tareas domésticas simples. Consulte el artículo de la página dos para ver una lista de tareas domésticas adecuadas para la edad que puede usar como puntapié inicial.
3. **Coman en familia.** Las investigaciones demuestran que alrededor de la mesa hay más conversaciones y se fortalecen más los lazos familiares que en cualquier otro lugar.
4. **Hagan ejercicio juntos.** Póngase en movimiento con su hijo a diario. Caminen, monten en bicicleta o en patineta. Incluso subir las escaleras cuenta.
5. **Hagan actividades relacionadas** con los intereses de su hijo. Si le agrada colorear, siéntense a colorear un dibujo juntos. Si le encantan los dinosaurios, lean libros sobre ellos juntos. Veán juntos el programa favorito de su hijo y pregunte por qué es su favorito.

P: He leído artículos sobre la importancia de las habilidades de pensamiento que indican que muchos niños crecen sin desarrollar esas habilidades. Desearía ayudar a mi hijo preescolar a desarrollarlas, pero suena complicado. No estoy seguro de estar capacitado para hacerlo.

Preguntas y respuestas

R: ¡Por supuesto que está calificado! Las habilidades de pensamiento son simples de promover porque se relacionan con imaginar, estimar y cuestionar. La mayoría de los niños hacen eso todos los días naturalmente. Por eso, lo único que deberá hacer es animar un poco a su hijo.

Para promover las habilidades de pensamiento:

- **No se apure para solucionar** todo por su hijo. Por ejemplo, su hijo se ha puesto la camisa al revés. Párense frente al espejo y diga: "¡Uy! ¿La camisa no tenía un dibujo de un oso?" Dele a su hijo la oportunidad de darse cuenta de lo que hizo mal y de ocuparse de resolverlo.
- **Tómese unos minutos** adicionales a la hora de contar cuentos. Luego de leer, hágale preguntas a su hijo sobre el cuento y los personajes. Las preguntas que inspiran el pensamiento comienzan con frases como "¿Cómo sabes que ...?" o "¿Qué sucedería si ...?".
- **Haga preguntas** sobre el trabajo de su hijo. Pregunte, "¿Qué está haciendo este gato en tu dibujo?" o "¿Por qué decidiste dibujar un perro?"
- **Dele tiempo a su hijo preescolar** todos los días para que juegue solo con juguetes simples como bloques. Ese tipo de juego le da la oportunidad de ser creativo y poner en práctica las habilidades de pensamiento. Por ejemplo, si su torre de bloques se cae, su hijo podrá pensar nuevas maneras de volver a construirla.

Aventuras en el jardín de infantes

Los estereotipos pueden afectar la imagen propia



Las niñas pequeñas suelen estar seguras de su inteligencia inicialmente, pero esto cambia más adelante. Los estudios revelan que, si bien los niños de cinco años consideran que las mujeres son tan inteligentes como los varones, luego cambian de opinión. A los seis años, las niñas comienzan a considerar que los niños y los hombres son más inteligentes que las niñas y las mujeres.

Sorprendentemente, las niñas de primer grado en adelante suelen pensar que las niñas se esfuerzan más en la escuela que los niños, pero creen que los niños son más inteligentes.

¿Por qué se produce el cambio? Podría deberse a que la mayoría de los exploradores, científicos, artistas y otros personajes que se estudian en clase son hombres. Eso transmite el mensaje de que las mujeres no llegan tan lejos como los hombres. En realidad, el motivo es que, en el pasado, las mujeres no tenían las mismas oportunidades que los hombres.

Para ayudar a su hija a darse cuenta de que las mujeres son tan inteligentes como los hombres:

- **Felicítela por su esfuerzo.** Cuando su hija se esfuerce por completar una tarea, felicítela. Diga que es importante esforzarse. No es necesario haber nacido con un talento para hacer algo para dominarlo.
- **Dele ejemplos.** Lea libros infantiles sobre mujeres famosas como Amelia Earhart y Sojourner Truth. Señale a todas las mujeres fuertes y exitosas que rodean a su hija. Deje claro que establecer metas y esforzarse para alcanzarlas es algo que todos pueden hacer.

Fuente: L. Bian y otros, "Gender stereotypes about intellectual ability emerge early and influence children's interests," *Science*, The American Association for the Advancement of Sciences.

Estrategias que promueven la conexión entre familias y escuelas

Estar involucrado en la educación de su hijo de jardín de infantes tiene un impacto profundo en el éxito académico. Sin embargo, algunas familias tienen dificultades para sentirse conectadas con la escuela.

Para crear una conexión sólida:

- **Comuníquese.** Manténgase en contacto con los maestros de su hijo por correo electrónico y a través de los portales en línea. Cuénteles a los maestros sobre cualquier cambio que se haya producido en la vida de su hijo. Siga dándole prioridad a las reuniones con el maestro.
- **Lean.** Lea toda la información que la escuela mande a casa para mantenerse al tanto de los avances de su hijo y los eventos escolares.
- **Socialicen.** Reúnase con otros padres de niños. Manténgase en contacto a través de las redes sociales, grupos de aplicaciones de mensajería o videoconferencias. Los lazos que forman tanto los padres como los niños en jardín de infantes pueden durar muchos años.



- **Tome una posición de liderazgo.** Si su agenda se lo permite, considere asumir roles de liderazgo, como unirse a un grupo de padres y maestros o trabajar en un plan de mejora de la escuela.

Fuente: H. Kreider, "Getting Parents 'Ready' for Kindergarten: The Role of Early Childhood Education," Harvard Family Research Project.

Practiquen las habilidades de escritura con un poema de invierno



¿Está buscando un proyecto simple que impulse las habilidades de escritura incipientes de su hijo de jardín de infantes?

Creen un poema de invierno juntos. Es fácil lograrlo con los siguientes pasos:

1. **Escriba cinco oraciones** que comiencen con "En invierno ...". Luego, agregue un sentido diferente (*veo, escucho, toco, saboreo, huelo*) a cada oración y deje un espacio para que su hijo agregue una palabra.
2. **Comente qué significa** cada sentido. Su hijo podría necesitar ejemplos. *¿Recuerdas cuando escuchamos las hojas crujir bajo nuestros pies en otoño? ¿Recuerdas el pájaro que vimos haciendo un nido en primavera? ¿Recuerdas cuando oliste el césped luego de que lo cortáramos durante el verano?*
3. **Destinen tiempo a observar** el invierno. ¿Qué siente su hijo cuando está adentro? ¿Y afuera? ¿Cuándo hace recados? Lleve el poema a esos lugares y ayude a su hijo a completar los espacios en blanco.
4. **Escojan un título** para el poema juntos. Anime a su hijo a añadir ilustraciones.