Primera Infancia
Los Padres ¡hacen la diferencia!™
Noviembre 2026
Vol. 31, No. 3

Columbus City Schools
Division of Early Childhood Education

El juego desarrolla habilidades y favorece el aprendizaje

Los estudios demuestran que los niños preescolares aprenden mucho mientras juegan. Pero ¿alguna vez se preguntó si su niño está aprendiendo mientras juega? A continuación, encontrará cómo las diferentes actividades ayudan a su niño en edad preescolar a desarrollarse:

- **Hacer arte estimula** la creatividad y ayuda a desarrollar la motricidad fina. Supervise a su niño de cerca cuando corte, coloree, use pegamento y cinta adhesiva, y elogie sus obras maestras terminadas.
- **Fingir refuerza** la imaginación. Usar carros de juguete, accesorios y disfraces puede ayudar a crear el escenario. Hágale a su niño preguntas como "¿Cómo se sentiría alguien en esta situación?" o "¿Qué podrían hacer o decir?"
- **Construir cosas ayuda** a que los niños planifiquen, cuenten y resuelvan problemas. Dele a su niño una variedad de bloques, cajas y piezas de rompecabezas con las que trabajar.
- **Hacer música ayuda** a desarrollar la escucha, el movimiento y el sentido del ritmo. Cante, toque instrumentos y muévase al ritmo de la música con su niño.
- **Jugar a juegos de mesa** ayuda a los niños a ser pacientes y trabajar con los demás. También puede usar juegos para enseñarle a su niño las letras, los números y palabras nuevas.
- **Jugar al aire libre favorece** la curiosidad, la creatividad y el pensamiento. También ayuda a desarrollar las habilidades motoras gruesas. Salga a explorar con su niño. Las investigaciones muestran que pasar tiempo en la naturaleza ayuda a los niños a aprender mejor.

Fuente: M. Yogman y otros, "The Power of Play: A Pediatric Role in Enhancing Development in Young Children," *Pediatrics*, American Academy of Pediatrics.

Ayude a su niño a aprender las letras creativamente

Reconocer las letras es un paso clave hacia la lectura y la escritura. Por suerte, aprender las letras puede ser muy divertido para su niño preescolar.

Enséñele a su niño las letras de manera divertida:

- **Forme letras con comida.** Dele a su niño alimentos seguros y sabrosos con los que pueda formar letras. Pruebe con galletas redondas o pretzels finos y rectos. Deje que su niño rompa los alimentos en trozos para crear distintas formas.
- **Forme letras con luz.** En una habitación oscura, use una linterna para dibujar letras en el techo o la pared. ¿Puede su niño seguir la luz y adivinar qué letras está escribiendo usted?
- **Comience de a partes.** Dibuje una forma simple, como un círculo o una línea diagonal. Pídale a su niño que agregue otra parte para convertirla en una letra, como una T o una N. Dele pistas si es necesario. Luego, intercambien los roles.
- **Jueguen a emparejar letras.** Escriba letras en mayúscula y minúscula en una hoja. Pídale a su niño que una con una línea cada letra minúscula con la letra mayúscula correspondiente.

Copyright © 2026, The Parent Institute®

Predecir ayuda a su niño a desarrollar las habilidades de pensamiento

Hacer predicciones implica buscar pistas y detectar patrones. Incluso los niños pequeños pueden hacer conjeturas inteligentes usando lo que ya saben.

Para ayudar a su niño en edad preescolar a practicar cómo hacer predicciones, hablen sobre:

- **Libros.** Predecir lo que sucederá después ayuda a su niño a comprender la historia. Antes de pasar de página, pregunte: "¿Adónde crees que navegarán ahora en ese barco?"
- **Eventos cotidianos.** "¿Qué veremos de camino a la casa de la abuela?" "¿Crees que encontraremos un lugar para estacionar cerca de la tienda?"
- **Rutinas diarias.** "Tengo puesto mi uniforme y las llaves en la mano. ¿Adónde voy?" "¿Qué hacemos justo después de cenar?" "¿Qué juguetes flotarán en tu bañera?"
- **El clima y las estaciones.** "Mira esas nubes oscuras y densas. ¿Qué crees que caerá del cielo?" "¿Qué les sucederá a las hojas cuando llegue el frío?"

También asegúrese de hablar sobre lo que realmente sucede. "Adivinaste que veríamos una granja de caballos de camino a la casa de la abuela. Mira, ¡allí está! Veo un caballo negro y tres marrones".

> **"El niño proporciona el poder, pero los padres están a cargo de la conducción".**
>
> *—Benjamin Spock*

Coman en familia para mejorar el vocabulario y el aprendizaje

Comer en familia es una excelente manera de favorecer el aprendizaje de su niño preescolar. Los expertos señalan que los niños que comen en familia al menos una vez al día suelen más saludables y obtener mejores calificaciones.

Resulta que comer en familia es tan importante como el juego y la hora del cuento para ayudar a los niños a aprender palabras nuevas. Pruebe los siguientes consejos para el momento de la comida:

- **Planifiquen comidas juntos.** Pídale a su niño que prepare los menús para la semana y escriba una lista de compras.
- **Deje que su niño lo ayude** a preparar la comida. Por ejemplo, podría medir y mezclar ingredientes. Muéstrele cómo poner y recoger la mesa.
- **Enseñe modales.** Practiquen cómo colocar la servilleta sobre el regazo, comer con la boca cerrada, decir por favor y gracias.
- **Dele un toque divertido.** Organicen un picnic en casa: extiendan una manta en el suelo. También pueden inventar un cuento que comience con "Había una vez ..." y pídales a todos que agreguen una oración.
- **Mantenga conversaciones positivas.** Pídale a cada miembro familiar que cuente algo bueno de su día.
- **Creen tradiciones divertidas.** Podrían hacer waffles los sábados por la mañana, tacos los martes por la noche o disfrutar una sopa y emparedados los domingos por la noche.
- **Sea creativo.** Si no pueden cenar juntos, desayunen juntos. Incluso podría compartir una comida virtual con familiares mediante una videollamada.

Para más consejos e información sobre la importancia de comer en familia, visite el sitio web de The Family Dinner Project.

¿Le está enseñando a su niño a ser un buen oyente?

Escuchar es una habilidad fundamental para tener éxito en la escuela, ¡y practicarla puede ser muy divertido! ¿Encuentra maneras creativas de ayudar a su niño en edad preescolar a desarrollar sus habilidades de escucha? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para averiguarlo:

1. **¿Juega** con su niño a juegos que requieran escuchar con atención, como Simón dice?
2. **¿Se turna** con su niño para inventar un cuento? Usted inventa una oración y luego su niño inventa la siguiente.
3. **¿Le pide** a su niño que le traiga cosas? Cada vez, puede pedirle que traiga más objetos.
4. **¿Aplaud**e siguiendo un ritmo y le pide a su niño que lo repita?
5. **¿Juega** a adivinar el sonido? Mientras su niño tiene los ojos cerrados, haga un sonido, como sacudir unas llaves, arrugar un papel o verter agua. Luego intercambien de roles.

¿Cómo le está yendo?

Cada respuesta *sí* significa que usted está ayudando a su niño a divertirse mientras fortalece sus habilidades de escucha. Para cada respuesta *no*, pruebe las ideas del cuestionario.

Primera Infancia Los Padres ¡hacen la diferencia!

Ideas prácticas para que los padres ayuden a sus niños.

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 © 2026, 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 Hasty Miyares.
Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

 Copyright © 2026, The Parent Institute®

Use rompecabezas para aumentar la atención de su niño preescolar

Los rompecabezas son una excelente herramienta para ayudar a su niño a concentrarse en una tarea. Encajar las piezas desarrolla la motricidad fina y ayuda a los niños pequeños a aprender a pensar tanto de forma lógica como visual.

Más importante aún, los rompecabezas son una de las mejores maneras de enseñarles a los niños concentrarse en un proyecto durante períodos de tiempo cada vez más largos.

Trabajar con un rompecabezas puede enseñarle a su niño preescolar a:

- **Concentrarse tranquilamente** en un proyecto. En el jardín de infantes, se esperará que su niño pueda sentarse y trabajar de manera independiente durante períodos cortos de tiempo. Armar un rompecabezas ofrece una manera tranquila y estructurada de practicar esta habilidad.
- **Reconocer el progreso.** Su niño podrá ver cómo progresa a medida que completa la imagen del rompecabezas. Empiece con rompecabezas sencillos de ocho piezas y, cuando estos le resulten fáciles, pase a otros más difíciles. Incluso algunos niños preescolares mayores pueden armar rompecabezas de 50 piezas.
- **Volver a un proyecto.** La capacidad de atención no consiste solamente en terminar una tarea de una sola vez. Algunos proyectos son demasiado largos para terminarlos en una sola sesión. Practicar cómo dejar un rompecabezas sin terminar, guardarlo y retomarlo otro día es una excelente preparación para los proyectos que su niño tendrá que realizar en la escuela primaria.
- **Resolver problemas.** Los rompecabezas animan a los niños a mirar las formas, los colores y los patrones y a probar distintas ideas cuando una pieza no encaja al primer intento.

Elogiar la inteligencia de los niños puede ser contraproducente

Es maravilloso elogiar a su niño cuando aprende algo nuevo. Sin embargo, la manera en que lo elogia es importante.

Los investigadores creen que cuando los niños escuchan constantemente "Eres muy inteligente", se sienten presionados para demostrar que lo son. Esto significa que podrían ser más propensos a hacer trampa en los juegos y otras actividades.

Esto no significa que deba dejar de animar a su niño. Simplemente significa que las familias deberían pensar *qué aspectos* de su niño elogiar.

Al elogiar a su niño:

- **Evite usar etiquetas.** Evite decirle que es *el inteligente* o *el atlético*. Cuando los niños sienten que una etiqueta forma parte de su identidad, pueden sentir que tienen que comportarse de esa manera a cualquier costo.
- **Céntrese en el esfuerzo** y el progreso y no en el talento. ¿Se esforzó mucho en su proyecto de arte? Elogie las acciones diciendo "¡Has pintado con mucho cuidado!"
- **Destaque el esfuerzo** detrás del resultado. En lugar de decir "Eres naturalmente bueno", pruebe decir "Se nota lo mucho que has practicado para conseguirlo". Esto demuestra que las personas mejoran gracias al *esfuerzo*, no solo al talento.
- **Fomente el proceso de aprendizaje.** Elogie cada paso que dé su niño para resolver un problema, en lugar de limitarse a elogiar solo el resultado final. Esto ayuda a su niño a mantenerse motivado, incluso cuando las cosas se vuelven difíciles.

Fuente: L. Zhao y otros, "Praising Young Children for Being Smart Promotes Cheating," *Psychological Science*, SAGE Publications

Preguntas y respuestas

P: A mi niño preescolar le encanta sentarse a jugar por horas, pero no es tan activo físicamente. ¿Cómo puedo incorporar el ejercicio a las rutinas diarias?

R: Hacer ejercicio ayuda a los niños a fortalecer los músculos y los huesos, desarrollar la motricidad y aumentar la autoestima. Nunca es pronto para incorporar la actividad física a la vida diaria de su niño.

Para promover el ejercicio:

- **Establezca horarios fijos** para hacer ejercicio y cúmplalos. Piense en qué momento del día su niño suele tener más energía.
- **Túrnense para elegir** la actividad. Si a su niño le gusta el fútbol, asegúrese de que tenga muchas oportunidades de patear una pelota.
- **Planifique actividades** en las que su niño pueda sentirse exitoso. Evite los juegos físicos que requieran demasiada agilidad o sean muy difíciles.
- **Lleve un registro** de actividades. Es divertido revisarlo y ver el compromiso de los miembros familiares con la salud física.
- **Usen menos el carro** y caminen más. Piensen en familia a qué lugares pueden ir caminando en lugar de en carro o autobús.
- **Piensen maneras creativas** de hacer ejercicio juntos. Podrían jugar a perseguirse y atraparse o hacer una competencia de abdominales. Durante los días de lluvia, podrían armar una carrera de obstáculos dentro de la casa o inventar un baile.
- **Use la actividad física** en lugar de la comida como recompensa. Por ejemplo: "Cuando ordenes tus juguetes, vamos a dar un paseo en familia".
- **Limite el tiempo pasivo** frente a la pantalla con fines recreativos. Ver videos y jugar juegos de computadora no implica mucho ejercicio ni esfuerzo mental.

Copyright © 2026, The Parent Institute®

Aventuras en el jardín de infantes

¿Todos los niños aprenden a leer en el jardín de infantes?

Una de las preguntas que las familias hacen con más frecuencia es: "¿Cuándo aprenderá a leer mi niño?" No hay una única respuesta. Algunos niños ya pueden leer libros al terminar el jardín de infantes, mientras que otros todavía están aprendiendo a leer, ¡y eso está perfectamente bien! Todos los niños aprenden a su propio ritmo.

Para ayudar a su niño preescolar a desarrollar habilidades de lectura:

- **Establezca un horario de lectura** diario. Siéntense a leer juntos al menos 15 minutos. Deje que su niño "ayude" mientras usted lee. Cuando llegue a una palabra sencilla o que su niño conozca, haga una pausa y deje que la complete. Por ejemplo, "Oso pardo, oso pardo, ¿qué ... ?" Esto ayuda a su niño a ganar confianza en su capacidad para leer.
- **No se limite a los libros.** Busque palabras por todas partes: en los juegos de mesa y en los carteles, por ejemplo. Deslice un dedo de izquierda a derecha debajo de las palabras mientras las lee en voz alta. Haga preguntas como "¿Qué palabra comienza con la letra B?" o "¿Puedes encontrar la palabra *el*?"
- **Haga que la lectura** sea una actividad divertida. Aprender a leer puede ser difícil. Si observa que su niño se está frustrando, no pasa nada si hace una pausa e intenta de nuevo más tarde.
- **Desarrolle la independencia** de su niño. Cuando su niño practica la lectura, es tentador intervenir y ayudarlo de inmediato. Pero deje que tome la iniciativa e intente leer las palabras en voz alta. Si no puede leer una palabra, dígala usted y deje que su niño siga leyendo.

Anime a su niño a desarrollar el amor por el aprendizaje

Los primeros años de escuela son el momento perfecto para desarrollar un amor por el aprendizaje que dure toda la vida. Para ayudar a su niño a entusiasmarse con la escuela:

- **Hable sobre la escuela** todos los días. Hablen sobre lo que más le gusta a su niño sobre la escuela.
- **Haga preguntas** sobre el aprendizaje. ¿Puede su niño enseñarle algo que aprendió en clase?
- **Cree un espacio** para exhibir sus logros. No hay mejor manera de celebrar los logros que mostrar el trabajo escolar de su niño.
- **Hable positivamente** sobre el personal escolar. Hable siempre de manera positiva sobre los maestros de su niño. Destaque cuánto se preocupan por los estudiantes.
- **Ayude a su niño** a hacer nuevas amistades con sus compañeros de clase. Organice un encuentro breve para jugar en el parque o en la biblioteca local.
- **Lean juntos todos los días.** Los niños que disfrutan de los libros y se sienten cómodos leyendo tienen menos probabilidades de sentirse abrumados con las tareas de lectura en el jardín de infantes.

La vista de su niño juega un rol importante en el éxito académico

Cuando los niños de jardín de infantes tienen problemas de vista de los no se tratan, a menudo tienen más dificultades que sus compañeros. Lamentablemente, muchos niños no se dan cuenta de que no ven bien. Como quizá no sepan cómo explicarlo, podrían frotarse los ojos, entrecerrarlos o esforzarse mucho por seguir el ritmo.

Para cuidar la vista de su niño, llévelo periódicamente al oculista. También podría:

- **Elegir lugares bien iluminados** para leer para que su niño no tenga que forzar la vista cuando mira los libros.
- **Hacer que su niño descanse** de las pantallas para evitar visión borrosa y dificultades para enfocar.
- **Ponerle gafas de sol** a su niño para protegerlo de la luz solar intensa.
- **Darle alimentos saludables.** Algunos alimentos nutritivos, como los vegetales de hoja verde y la leche fortificada, ayudan a mantener saludables los ojos, el cuerpo y la mente.
- **Prestar atención a las señales** de alerta, como que su niño se siente demasiado cerca del televisor o se queja de dolores de cabeza.

Fuente: S.L.J. White y otros, "Vision screening outcomes of Grade 3 children in Australia: Differences in academic achievement," International Journal of Educational Research.