

Ayudando a los Niños a Aprender™

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



Febrero 2017

Parent Information & Resource Center
416 Black Avenue. Lexington, SC 29072

Use el tiempo en familia para enseñar cuándo hablar y cuándo escuchar

La capacidad de escuchar a los demás y esperar su turno para hablar es una habilidad clave que preparará a su hijo para tener éxito en la escuela primaria. ¡No hace falta decir que los niños no pueden aprender si 25 estudiantes están hablando a la vez!

Cuando usted modela y enseña habilidades de hablar y escuchar en casa, es más probable que su hijo las use durante sus años en la escuela.

Su familia puede practicar estas habilidades durante:

- **La hora del cuento.** Leer con su hijo lo motiva a aprender a leer, pero también le enseña a escuchar y a prestar atención. Después de que lea, sugiérale a su hijo que vuelva a contar la historia observando las ilustraciones. Hágale preguntas como, “¿Me puedes contar qué parte de la historia te gustó más?”
- **Las comidas.** Sentarse a comer en familia les enseña a los niños habilidades valiosas de hablar y escuchar. Por eso, haga que las comidas en familia sean una prioridad en su casa. Cuando coman juntos, dele la oportunidad a todos de que cuenten algo sobre su día. No permita que haya interrupciones cuando alguien esté hablando.
- **La hora de jugar.** Los juegos como el Escondite Inglés han existido durante mucho tiempo porque son divertidos y requieren que los niños escuchen con detenimiento. Jueguen a Adivina la Canción: cante una canción que le guste a su hijo, pero sustituya las palabras por la sílaba “la”. Vea si su hijo puede adivinar qué canción es. Los juegos de mesa también enseñan a turnarse, hablar y escuchar.



Fuente: C. Wright, *A Parent's Guide to Home and School Success: Kindergarten*, Brighter Vision Publications.



Leer la hora empieza con conceptos básicos

Antes de que su hijo pueda aprender a decir la hora, tiene que comprender el concepto del tiempo. Aquí tiene algunas directrices para explicar el tiempo y enseñar a su hijo cómo decirlo:

1. **Hablar sobre los días.** Ayude a su hijo a comprender que *hoy* es ahora, *ayer* es lo que pasó antes de que se acostara anoche, y *mañana* será lo que suceda después de otra noche de sueño.
2. **Hablar de las horas del día.** Usted podría decir, por ejemplo, que la *mañana* comprende el tiempo entre que nos despertamos y almorzamos.
3. **Usar antes y después.** Diga, “Antes de que te cepillaras los dientes

esta mañana, tomaste el desayuno. Después de que te vestiste, fuimos afuera a jugar”.

4. **Introducir el reloj.** Enséñele a su hijo que la *aguja corta* indica la hora, y la *aguja larga* indica los minutos. Cuando haya aprendido esto, enséñele sobre las posiciones de las agujas que marcan las horas. “Ves, la aguja de los minutos está sobre el 12 y la de la hora está sobre el 1. Esto quiere decir que es la una”.

Enseñe a hacer lo correcto

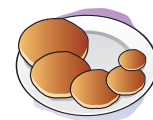
Los niños pequeños se portan bien para ganar la aprobación de sus padres y evitar consecuencias negativas. A medida que van creciendo, empiezan a portarse bien porque eso es lo correcto. Para fomentar el deseo de su hijo de hacer lo correcto:

- **Sea un modelo de conducta.** Si usted siempre dice la verdad, es probable que su hijo haga lo mismo.
- **Explique sus expectativas.** “En nuestra familia, usamos palabras amables”.
- **Dé pistas.** “Mira a tu hermana. Está haciendo la tarea. Cuando estamos callados, ella puede concentrarse. Luego, cuando haya terminado, podemos invitarla a jugar”.

Fuente: I.R. Florez, “Developing Young Children’s Self-Regulation through Everyday Experiences, *Young Children*, niscw.com/behavior.”

Deliciosa forma de enseñar el concepto de tamaño

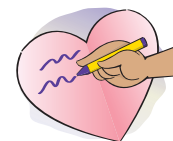
Para enseñarle a su hijo el concepto de tamaño, ayúdelo a comparar los objetos que lo rodean. Use palabras como *más grande*, *más pequeño*, *más corto* y *más largo*.



Una manera divertida de ayudarlo a practicar es cocinar panqueques de diferentes tamaños. Ordénelos del más pequeño al más grande. ¿Cuál quiere comer primero su hijo, el panqueque más pequeño o el más grande de todos?

Desarrolle habilidades con tarjetas de San Valentín

Enviar tarjetas de San Valentín ayuda a su hijo a expresar su amor por los demás. Y si hace las tarjetas él mismo, también fortalecerá sus habilidades motrices finas. Concéntrese en:



- **Recortar.** Usar tijeras desarrolla los músculos pequeños de la mano. También ayuda a la coordinación de los ojos y las manos.
- **Pegar.** Presionar para hacer que algo se adhiera fortalece los músculos de la mano.
- **Dibujar y escribir.** Si su hijo no puede escribir su nombre, dígame que trate de escribir solo la primera letra. Ayúdelo a escribir el resto.



Mi hijo no quiere irse a dormir. ¿Qué puedo hacer?

P: Mi hijo de cuatro años está de mal humor en las mañanas y cansado en las tardes. Pero se resiste a acostarse todas las noches. Sé que necesita dormir más para aprender mejor. ¿Cómo puedo hacer que esto sea más fácil?

R: Su hijo está mostrando señales de privación de sueño. Los niños de su edad deberían dormir entre 10 y 13 horas cada 24 horas. La falta de sueño puede conducir tanto a problemas emocionales como a:

- **Problemas de atención.** Los estudios han revelado que algunos niños que parecen tener dificultades para prestar atención, en realidad tienen privación de sueño.
- **Problemas de aprendizaje.** Su hijo tiene que descansar para que su cuerpo y cerebro funcionen de manera óptima.

Aquí tiene algunas estrategias para ayudar a su hijo a dormir lo suficiente:

- **Contar hacia atrás.** Si debe levantarse a las 7 a.m., cuente hacia atrás por lo menos 10 horas, y establezca la hora de acostarse 15 minutos antes para que tenga tiempo de quedarse dormido.
- **Establecer una rutina para acostarse.** Pase la última hora antes de que su hijo se acueste preparándolo para que se duerma: un baño tibio, ponerse el pijama, cepillarse los dientes, leer un cuento, dar un beso de buenas noches, ¡y a apagar las luces!
- **Revisar que en su dormitorio** no queden juguetes u otras cosas que puedan distraerlo. Guárdelos en otra habitación. Nunca deje que su hijo tenga un televisor en su dormitorio.
- **Ser firme y sistemático.** Tal vez su hijo se resista al principio. Pero si se apega a la rutina, él debería adaptarse en una o dos semanas.



Cuestionario Para Padres

¿Le enseña a su hijo a respetar las reglas?

Enseñarle a su hijo a seguir las reglas en casa hará que le sea más fácil adaptarse a las reglas en la escuela preescolar. ¿Está usando estrategias disciplinarias eficaces para ayudar a su hijo a aprender a seguir las reglas? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Ha establecido** algunas reglas importantes? Explíquelas usando palabras sencillas que su hijo en edad preescolar comprenda.
2. **¿Aplica** las reglas de la casa de manera sistemática para que su hijo sepa lo que usted espera?
3. **¿Son** sus expectativas apropiadas para la edad de su hijo? Las reglas no deberían ser ni muy permisivas ni muy estrictas.
4. **¿Reacciona** con calma cuando su hijo se porta mal y le modela la conducta apropiada?
5. **¿Elogia** la buena conducta de su hijo con más frecuencia

de la que se fija y comenta sus errores?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de sus respuestas fueron *sí*, está ayudando a su hijo a seguir las reglas. Para cada respuesta *no*, pruebe esa idea del cuestionario.

“No se preocupe porque los niños nunca lo escuchan; preocúpese porque siempre lo están viendo.”
—Robert Fulghum

Los quehaceres domésticos fomentan el éxito escolar

Realizar quehaceres domésticos de manera regular le enseña responsabilidad a su hijo. También le enseña que él puede contribuir al bienestar de las personas a su alrededor. Esta comprensión lo ayudará a triunfar tanto en la escuela preescolar como más allá.

Si su hijo tiene por lo menos tres años de edad, piense en asignarle una tarea como:

- **Poner la mesa.** Podría empezar con los tenedores, las cucharas y las servilletas.
- **Limpiar.** Podría pasarle el trapo a las mesas y estantes bajos.
- **Unir los pares** de calcetines limpios.
- **Recoger los juguetes** todos los días.

Aprendan mediante el tacto

La vista y el oído son sentidos importantes que los niños en edad preescolar utilizan para aprender. Pero también lo es el tacto.

Para brindarle a su hijo un poco de aprendizaje práctico:



- **Ayúdelo a moldear letras y** formas geométricas con plastilina.
- **Ayúdelo a contar pedazos** de cereal seco. Puede mover cada pedazo de un montón a otro mientras cuenta.

Busque actividades adecuadas

Los niños en edad preescolar aprenden mucho cuando visitan lugares nuevos y viven experiencias nuevas. Al escoger nuevas actividades, piense en:

- **La capacidad** de su hijo. ¿Puede levantar una bola de boliche? De lo contrario, jugar a los bolos podría frustrarlo.
- **El temperamento** de su hijo. A un niño enérgico podría gustarle una clase de gimnasia. Un niño tranquilo podría preferir ir a un museo.
- **El costo.** La capacidad de prestar atención y el comportamiento de los niños en edad escolar varían mucho. Busque en línea o en el periódico actividades gratuitas o de bajo costo para evitar tener que marcharse antes de tiempo y desaprovechar el dinero que invirtió.

Fuente: C. Baicker-McKee, Ph.D., *Fussbusters on the Go*, Peachtree Publishers.

Ayudando a los Niños a Aprender™

Publicado en inglés y español, de septiembre a mayo.

Editor Responsable: L. Andrew McLaughlin.

Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Alison McLean. Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Editoras: Rebecca Miyares y Erika Beasley.

Gerente de Producción: Pat Carter.

Formato e Ilustraciones: Maher & Mignella, Cherry Hill, NJ.

Copyright © 2017, 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 • ISSN 1527-1048