

Oliver Elementary School
Susan Mueller, Principal

Organizar los pensamientos prepara a su niño para escribir

Cuando apenas esté en primer año su niño, seguramente se le asignará un tema y se le pedirá que escriba acerca de él. Las maestras no esperan que escriba una prosa pulida a esa edad, pero esperarán ver que su niño puede escribir algunas oraciones sin salirse del tema. “Mi color favorito es el amarillo. El sol es amarillo. Los plátanos son amarillos.”

Mantenerse en el tema requiere organización. Usted puede preparar a su preescolar para escribir ayudándolo a aprender a organizar sus pensamientos.

Aquí tiene cómo:

- **Hágale preguntas** a su niño que requieran que piense en categorías. “¿Puedes nombrar tres cosas que sean rojas? ¿Puedes nombrar cuatro animales de granja?”
- **Combine dibujar** y categorizar con su niño. Dibujar es otro paso importante para aprender a escribir. Por ejemplo: Dibuje una imagen sencilla de un gato. Después dígame a su niño, “Mira, dibujé un gato. Esto es una mascota. ¿Puedes dibujar otras dos mascotas?”
- **¡Haga que se mueva!** Su niño puede usar su cuerpo como ayuda para organizar su cerebro. Pídale a



su niño que camine hacia usted. Después dígame, “Estás caminando. ¿Cuál es otra forma de moverte?” Si no está seguro, sugiérale *correr* o *brincar*. Esto lo ayudará a captar la idea y tal vez después pueda plantear otra manera de moverse por su cuenta. O dígame, “Los peces nadan. ¿Qué hacen otros animales?” Anímelo a mostrar como se hacen algunos movimientos, tales como *arrastrarse*, *saltar*, y *contornearse*.

Fuente: Claudia Jones, *Parents are Teachers, Too: Enriching Your Child's First Six Years*, ISBN: 0-913589-35-7 (Williamson Publishing Co., www.idealsbooks.com).

Convierta la hora de comer en una lección de matemáticas



A los preescolares les encanta ayudar en la cocina y es el lugar perfecto para aprender matemáticas. Convierta

la preparación de la comida en una lección de matemáticas natural.

Aquí tiene cómo:

- **Hable de medidas.** Deje que su niño le ayude a medir una taza de harina o una cucharadita de sal. Pueden incluso alterar una receta juntos. “Esta receta es muy pequeña. Necesitamos duplicarla. Requiere incluir una taza de leche. ¿Qué es una taza más una taza?”
- **Fíjese en los cambios.** Hable de cómo comienza un alimento (por ejemplo, una cebolla entera) y cómo termina (en una taza de cebolla). Sugíérale a su niño que tome “notas” respecto a información interesante. Podría dibujar una cebolla y escribir “= 1 taza” o dibujar una barra de mantequilla y escribir “= ½ taza.”
- **Use palabras matemáticas.** Diga cosas como, “¿Puedes *dividir* eso a la *mitad* por mí?” “¿Necesita esto *más* sal o *menos* sal?” “*Agreguemos* un poco de azúcar.”

Fuente: Susan K. Perry, Ph.D., *Playing Smart*, ISBN: 1-57542-095-3 (Free Spirit Publishing, www.freespirit.com).

Los juegos pueden ayudar a su hijo a fortalecer los músculos



Jugar es una de las mejores maneras de desarrollar los músculos de los niños, pero ocasionalmente los preescolares se quejan de que no hay “nada que hacer” o no hay “nadie con quién jugar.”

Antes que el aburrimiento se manifieste, proponga actividades divertidas, tales como:

- **Dedos pulgares.** ¿Y si la gente no tuviera dedos pulgares? Averíguelo enlistando algunas tareas en tiras de papel. Póngalas en un recipiente y túrnense sacándolas. (¡Se prohíbe usar los dedos pulgares!) Después vean si pueden hacer algunas actividades, tales como arrojar una pelota o comer con una cuchara, sin usar los dedos pulgares.

- **Imitar a los pollos.** Meta un pañuelo de colores, un calcetín u otra tela en el bolsillo posterior de cada jugador. Cuando diga “Vamos,” los jugadores deben actuar como pollos. Podrán usar uno de sus brazos para imitar que están agitando un “ala,” y tiene que usarse el otro para tratar de agarrarle la “cola” al otro jugador.
- **Pista de obstáculos.** Antes de que guarde los juguetes de verano, utilícelos para hacer una pista de obstáculos. Los niños podrían saltar sobre una manguera, soplar un montón de burbujas, dibujar con tiza adentro de un “hula hoop,” y después montar un triciclo hasta la llegar a la “meta.”

Fuente: “Games for Ages 3 – 5,” DisneyFamily.com, <http://family.go.com/entertainment/pkg-games-3-5/>.

¡Recuerde que los videojuegos cuentan como tiempo de pantalla!



Los niños pasan más tiempo, en promedio, viendo televisión y jugando videojuegos que lo que pasan en cualquier otra actividad además de dormir. Establecer límites en la cantidad de tiempo que su preescolar pasa jugando videojuegos es tan importante como establecer límites para ver la televisión. No hacerlo así puede desafortunadamente conducir a un verdadero problema en el futuro.

Un estudio realizado en abril en la Universidad Estatal de Iowa encontró que algunos niños realmente se vuelven adictos a los videojuegos. Menos capacidad para prestar atención en la escuela es uno de los síntomas que encontraron los investigadores.

Usted debe:

- **Prestar atención** al tiempo total que su niño pasa en frente de una pantalla. Éste no debe ser más de dos horas al día. Si su niño quiere jugar videojuegos, entonces tendrá que

reducir el tiempo de ver televisión u otro tiempo de pantalla.

- **Fijarse** en qué tipo de clasificación tiene el juego. La mayoría de los juegos vienen con clasificaciones específicas ahora. Cualquier juego que juegue su niño debe llevar una clasificación de *E*, lo cual significa para *Todos* (en inglés, *Everyone*).
- **Establecer límites**, tal vez mediante un cronómetro, para medir el tiempo del videojuego. Treinta minutos es más que suficiente.
- **Dar un aviso.** Cinco minutos antes que termine el tiempo, dígame a su niño que el tiempo del videojuego está por terminarse. Apegarse estrictamente a los límites establecidos debe ser una condición para permitirle a su niño que juegue.

Fuente: Donna St. George, “Study Finds Some Youths Addicted to Video Games,” The Washington Post, www.washingtonpost.com/wp-dyn/content/article/2009/04/19/AR2009041902350.html?nav=emailpage.

¿Está desarrollando las destrezas sociales de su preescolar?



Una de las cosas más emocionantes de crecer es hacerse de amigos. ¡Llevarse bien con la gente hace que la vida sea divertida! También ayuda a los niños a tener éxito en la escuela, en el trabajo y en la vida.

Conteste *sí* o *no* a las siguientes preguntas para ver si está ayudando a su niño con esta tarea importante:

___ 1. **¿Hace planes** para que su niño esté cerca de otros niños?

___ 2. **¿Practica compartir**, turnarse y otras destrezas sociales en la casa?

___ 3. **¿Habla de los sentimientos** de los demás para ayudar a su niño a desarrollar empatía? “Sam perdió su juguete. Se ve triste. ¿Cómo podemos ayudarlo?”

___ 4. **¿Da usted un buen ejemplo** portándose amable y paciente con su niño y con los demás?

___ 5. **¿Ofrece elogios** cuando su niño se porta amablemente? “Le diste a Lucy una de tus galletas. Eso fue generoso. ¡Eso hizo que se pusiera contenta!”

¿Cuán bien le está yendo?

Cada respuesta de *sí* significa que está desarrollando destrezas de amistad. Para cada respuesta de *no*, pruebe la idea del cuestionario.

Primera Infancia
Los Padres
¡hacen la diferencia!

Ideas prácticas para que los padres ayuden a sus hijos. ISSN: 1523-1305

Para obtener información llame o escribe 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 por The Parent Institute®, una división de NIS, Inc., una agencia independiente y privada. Empleador con igualdad de oportunidad. Copyright © 2009 NIS, Inc.

Editor: John H. Wherry, Ed.D.

Redactora: Rebecca Miyares.

Escritores: Susan O'Brien y Maria Koklanaris.

Directora de Traducciones: Michelle Beal-García.

Ilustraciones: Joe Mignella.

Traductoras: Kelly Maldonado y Dolores Quintela.

Vea su entorno de todos los días a través de los ojos de su preescolar



Nunca pierda una oportunidad de reconocer que lo que es muy ordinario para usted puede ser nuevo y emocionante para su niño.

La próxima vez que tenga un día libre para pasarlo con su niño, trate de pensar como lo hace él—¿qué podría encontrar en su propio barrio o ciudad, que a él le encantaría?

Pruebe algunas de estas actividades divertidas y gratuitas:

- **Visite su cámara de comercio local.** Esta institución puede ser un recurso asombroso que la mayoría de la gente nunca aprovecha. ¿Ha abierto un lugar de diversiones nuevo? ¿Hay un jardín de flores público del cual no estaba enterado? ¿Hay un edificio con una fuente fresca al aire libre, donde los niños pueden observar a los pájaros chapoteando, o donde se puede arrojar un centavo adentro? La cámara de comercio tiene las respuestas a estas preguntas.

- **Disfruten la época del año.** Octubre puede ser un mes fabuloso para estar al aire libre con su niño, ya que generalmente no hace mucho calor o mucho frío. Mire a su alrededor y verá los lugares de temporada que él puede explorar. (Piense en el mercado al aire libre, o en la parcela de calabazas.) Sólo tiene que pagar para comprar, no para andar por ahí y mirar las cosas.
- **Vaya a la biblioteca.** Puede que la hora del cuento no sea nada nuevo, pero la biblioteca a menudo ofrece mucho más. Muchas tienen programadas ocasiones para artesanías y otras actividades. Algunas tienen exposiciones comunitarias tales como un lugar cerrado con tierra donde crecen las plantas o animales u otra exposición de la naturaleza. Vayan y vean lo que podrían haberse perdido.

Fuente: Catherine Newman, "Winter Staycation," *FamilyFun*, Febrero 2009 (Disney Publishing Worldwide, www.familyfun.com).

Ser amable es el fundamento de los valores de su preescolar



Ser amable es la base para los valores positivos que los padres y los maestros quieren ver en los niños. Si a un niño no le importan

las cosas, nunca entenderá lo que es ser responsable. La honestidad, y otras virtudes también, sólo se manifiestan cuando a su niño le importa hacer lo correcto.

Aquí tiene algunas maneras de desarrollar la amabilidad en su niño:

- **Cuide a su niño.** Esto no se trata sólo de las necesidades básicas, o incluso solamente de amor. Comprenda a su niño. Hágale saber que entiende sus sentimientos, aun cuando incidan en el comportamiento que usted tiene que corregir. Exprese interés en las cosas que le gustan a él.

- **Ayude a su niño** a pensar en los demás. Esto puede ser difícil para los niños, pero pueden aprender. Haga preguntas como, "¿Piensas que Jen podría querer jugar? Se ve un poco triste sentada ahí solita."
- **Sea específico** respecto a ser amable y no ser amable. Si ve que su niño hiere los sentimientos de alguien, llámelo la atención respecto a eso. Dígale exactamente por qué lo que hizo no fue nada amable. Hable de lo que pudo haber hecho en lugar de eso. Por otra parte, las acciones de amabilidad de su niño merecen su atención, ánimo y elogio.

Fuente: Jenny Friedman, *The Busy Family's Guide to Volunteering*, ISBN: 1-58904-012-0 (Robins Lane Press, www.gryphonhouse.com).

P: Mi hermana es maestra y dice que el comportamiento grosero e irrespetuoso en el salón de clase la frustra. Cuando mi niño entre al kinder, ¡quiero que sepa que espero que se porte bien en clase! Me encantaría oír cualquier clase de consejo para reforzar esto en casa.

Preguntas y respuestas

R: Los educadores aprecian mucho a los padres como usted. Muchos comparten las preocupaciones de su hermana respecto a los alumnos que algunas veces no respetan las reglas ni a otras personas.

El comportamiento apropiado en clase es como el que usted espera en casa. Pero hay una gran diferencia—en la casa hay unas cuantas personas conocidas. Un salón de clase tiene 20 o más personas con quienes su niño debe llevarse bien.

Enseñe a su niño a:

- **¡Ser amable!** Suena fácil. Pero si su niño es verdaderamente amable—habla amablemente con sus maestras, espera su turno, comparte—los problemas de comportamiento pueden ser pocos.
- **Manejar la frustración.** Esto es un poco más difícil. En casa, su niño tiene su cuarto u otro lugar a donde ir si está pasando por un "período de frustración." En la escuela, se espera que no pierda la calma. Practiquen cómo usar palabras para expresar sentimientos. Las técnicas para tranquilizarse, tales como respirar profundamente, pueden servir de ayuda.
- **Entender que algunos** comportamientos familiares tal vez no sean permitidos en la escuela. La escuela es más formal que la casa. Los padres y los niños pueden besarse entre sí en casa, pero en la escuela no se besan. O, en casa, se le podría dar un bocadillo de lo que se está comiendo, pero tomar un bocadillo de la comida de alguien en la escuela no está permitido.

—*Maria Koklanaris*
The Parent Institute

Aventuras en el jardín de infantes

Ofrecerse como voluntario facilita la transición al kinder



Cuando los niños ingresan al kinder, no son los únicos que tienen que ajustarse. Los padres a menudo se sienten inseguros porque no saben cómo encajan en la rutina escolar.

Ofrecer sus servicios es una manera fabulosa de sentirse cómoda con la clase, con la maestra y con la escuela. Esto también le muestra a su niño que, “¡La escuela es importante para nuestra familia!” Si no han solicitado voluntarios, o si usted perdió una oportunidad de inscribirse, pregunte cómo puede ayudar. Usted podría hacer lo siguiente:

- **Leer a los alumnos.** Antes de leerle a la clase, pregunte si la maestra es la que proporciona los libros o si se espera que los padres los traigan.
- **Ayudar con los grupos pequeños.** Los alumnos del kinder a menudo se dividen en grupos pequeños que se van rotando en el salón, haciendo diferentes tipos de tareas. Un padre puede supervisar un grupo.
- **Ayudar en los eventos.** Los viajes de estudio, los juegos y las fiestas de la clase no serían lo mismo sin los padres. Usted podría ofrecerse para planear, hacer disfraces, servir de acompañante, decorar o proporcionar cosas ricas para comer.
- **Ayudar en las tareas.** Ayudantes adicionales se necesitan con frecuencia para que realicen diferentes trabajos, tales como llevar a los alumnos a actividades, recibir a los visitantes, servir los refrigerios o trabajar en la biblioteca o en el laboratorio de computación.
- **Dar una mano** después de clases. Si no está disponible durante las horas de clase, piense en preparar materiales para la clase o coordinarse con otros padres voluntarios.

Prepare a su preescolar para tener un día escolar exitoso

Un día fabuloso para su niño empieza la noche antes de ir a clase. La mayoría de los niños de esta edad necesitan dormir aproximadamente 11 horas para despertarse descansados y alertas. Agregue un desayuno sano, y su niño estará listo para tener un día productivo de aprendizaje. ¿Qué más puede hacer?

- **Muestre confianza** en su niño. Comenzar el kinder es un paso enorme, especialmente para los niños que no están acostumbrados a estar lejos de los padres. Su niño necesita saber que usted cree que le va a ir bien.
- **Establezca una rutina.** Los niños encuentran comodidad en lo familiar. Ahora, cuando hay mucho que está cambiando, tener una rutina en una casa—la cena, el baño, los dientes, el cuento, la cama—tranquilizará a su niño.



- **Fomente las amistades.** Invite a un compañero de clase que le caiga bien a su niño a jugar en la casa. Los niños que tienen una amistad sólida en la escuela se sienten mejor para ir todos los días a la escuela y a menudo les va mejor como resultado.

Fuente: Meri Wallace, *Keys to Parenting Your Four Year Old*, ISBN: 0-8120-9745-9 (Barron's Educational Books, www.barronseduc.com).

La tarea del kinder puede marcar la pauta para el éxito escolar



No existe “respuesta correcta” cuando se trata de asignar tarea en el kinder. Algunas maestras asignan desde el primer día. Otras esperan varios meses para asignar tareas. Hay otras que esperan hasta que los niños ingresen al primer grado.

Cuando a su niño le comiencen a asignar trabajos, ¡saque el máximo provecho de ellos! Fomente hábitos que conduzcan al éxito a largo plazo, tales como:

- **Dividir los trabajos grandes** en partes pequeñas. Algunas maestras distribuyen paquetes semanalmente que deben terminarse para el viernes. Planee cómo separar las tareas (tal como una página al día).

- **Enorgullecerse.** Halague a su niño por ser una persona responsable que está capaz de hacer este trabajo importante. Apóyelo, y muéstrele estar interesado y confiado en que puede manejar (y disfrutar) esta responsabilidad.
- **Incluir su nombre.** Antes de que su niño comience a hacer una tarea, haga que escriba su nombre en el documento. El hecho de olvidar hacer esto es un error común. ¡Su niño merece crédito por su trabajo!
- **Mantenerse organizado.** Escoja una hora y lugar para que trabajen juntos. ¿Cuándo y dónde se concentra mejor su niño? Escoja un lugar especial para conservar los trabajos.