

Ayudando a los Niños a Aprender™

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



Marzo 2017

Wells School

Tome medidas ahora para aumentar la atención de su hijo

La capacidad de prestar atención de los niños aumenta con el transcurso del tiempo. La cantidad de tiempo durante la que los niños en edad preescolar pueden prestar atención varía según el niño y la actividad. Debido a que los estudios revelan que la capacidad de prestar atención durante períodos más largos en niños preescolares está vinculada con un mayor rendimiento académico posteriormente, este es el momento ideal para ayudar a su hijo a mejorar atención. Aquí tiene algunas sugerencias:



- **Verifique que su hijo duerma** lo suficiente esté bien descansado. Un niño soñoliento no puede prestar atención.
- **Alimente a su hijo con una dieta sana.** Una dieta equilibrada de verduras, frutas, granos enteros y proteínas magras le da a su hijo "la nutrición cerebral" que necesita para concentrarse.
- **Siga rutinas.** Saber qué esperar les brinda a los niños pequeños un sentido de orden, y también ayuda a reducir las distracciones.
- **Fomente la actividad física.** Los niños preescolares son naturalmente activos y necesitan moverse. Asegúrese de que su hijo haga ejercicio todos los días.
- **Realicen actividades que fomenten** la concentración. Lea con su hijo todos los días. Armen rompecabezas, moldeen con arcilla y diviértanse con juegos de mesa sencillos.
- **Programa un poco de tiempo tranquilo** todos los días. Apague la televisión, la computadora y la tablet. Un entorno tranquilo anima a los niños pequeños a relajarse, pensar y escuchar.

Fuente: D. Stipek y R. Valentino, "Early Childhood Memory and Attention as Predictors of Academic Growth Trajectories," *Journal of Educational Psychology*, American Psychological Association.



Aplique una disciplina 'autoritativa'

No existe ningún método disciplinario que funcione con todos los niños. Pero los estudios identificaron una combinación de estrategias llamada "crianza autoritativa" que tiene efectos positivos en los niños. Los padres autoritativos son afectuosos, cariñosos y:

- **Tienen expectativas realistas.** No condenan a sus hijos al fracaso al esperar de ellos la perfección.
- **Enseñan autocontrol.** Animan a sus hijos a expresar su enojo usando palabras en lugar de hacer berrinches.
- **Son consistentes.** Escogen algunas reglas básicas y se apegan a ellas.
- **Escuchan a sus hijos** y los aceptan tal como son.
- **Se comunican** con claridad y tranquilidad mediante instrucciones sencillas.
- **Apoyan la independencia** al dejar que sus hijos tengan suficiente libertad para crecer sin arriesgar su bienestar.
- **Les brindan a sus hijos** muchas oportunidades para ser responsables y tomar opciones.

Fuente: A. Fletcher, "Positive Discipline and Child Guidance," University of Missouri Extension, niswc.com/authoritative.

'¿Puedo hacerlo?' '¡Sí!'

Es más probable que su hijo pruebe cosas nuevas en la escuela si él se considera a sí mismo persona capaz. Para fomentar la confianza de su hijo en sí mismo:

- **Deje que lo ayude.** Si usted está lavando la ropa y le pregunta si puede ayudarlo, dígame, "Sí, dame toda la ropa azul".
- **Deje que se entretenga a sí mismo** de vez en cuando. Dele cosas para hacer, como libros para leer, juguetes para clasificar y diseños para colorear, y animelo a hacerlas por su propia cuenta.

Practiquen habilidades clave para el jardín de infancia

Su hijo aprende muchas destrezas en la escuela preescolar que lo ayudarán a tener éxito cuando asista al jardín de infancia. Aquí tiene algunas habilidades que pueden practicar juntos en casa:

- **Comunicación.** Hablar y hacer preguntas en clase puede ser intimidante. Haga un juego de roles con su hijo para representar estas situaciones.
- **Coordinación dactilar.** En el jardín de infancia, los niños recortan, dibujan y hacen otras actividades que involucran los músculos pequeños. Dele mucha práctica.
- **Llevarse bien con los demás.** Haga énfasis en el respeto hacia las personas y las cosas.



Enseñe ciencia primaveral

Muchos animales tienen a sus crías en la primavera, y aprender sobre ellos es una lección científica temprana ideal para su hijo. Para explorar juntos el reino animal:



- **Lean un libro sobre animales.** Escoja uno que tenga muchas ilustraciones. ¿Cómo cuida a su cría el animal favorito de su hijo?
- **Vean animales de cerca** en un zoológico o en una granja. O busquen pajaritos en un nido.
- **Enséñele a su hijo** que los animales bebés suelen tener nombres distintos a los de sus padres. Use ilustraciones para ayudarlo a aprender *vaca* y *becerro*, *caballo* y *potrillo*, y otros.



¿Qué debería hacer cuando mi hijo de cuatro años miente?

P: Mi hijo de cuatro años tiene dificultades para decir la verdad. No sé cómo reaccionar cuando me dice algo que sé que no es verdad. ¿Qué debería hacer?

R: Los niños pequeños todavía están aprendiendo la diferencia entre fantasía y realidad. Por eso, si su hijo le dice algo que él desea que fuera verdad, pero que no podría serlo, no es lo mismo que si le dijera una mentira deliberada. Es más como practicar fingir, que es otra parte de su desarrollo.

La honestidad es un rasgo que los niños desarrollan durante varios años. Para animar a su hijo a decir la verdad:

- **Sea un modelo de conducta.** Tal vez su hijo no siempre lo escuche, pero sí lo imitará. Por eso, no deje que lo pesque a usted diciendo una mentira.
- **Diga la verdad por su hijo.** Usted ve migajas de galleta en la mesa. Si le pregunta si se comió galletas, él podría responderle *no*. Por eso, diga la verdad. “Sé que no quieres meterte en apuros, pero hay migajas de galleta por todos lados, incluyendo en tu cara. Creo que comiste galletas. Está bien que me lo digas”.
- **Valore la honestidad.** Animar a su hijo a decir la verdad no funciona si lo castiga cuando lo hace. Elógielo por decir la verdad, y explíquele lo que debería hacer de manera diferente la próxima vez.

Ayude a su hijo a decir la verdad ahora, y él crecerá sabiendo que siempre puede acudir a usted con la verdad.



Cuestionario Para Padres

¿Está fomentando el amor por la lectura?

Mostrarle a su hijo el placer que nos da la lectura aumentará su deseo de leer. ¿Está ayudando a su hijo a disfrutar los libros y la lectura? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para averiguarlo:

1. **¿Permite** que su hijo escoja los libros que quiere leer, incluso si con frecuencia quiere volver a leer los mismos?
2. **¿Va** a la biblioteca con su hijo y lo deja investigar?
3. **¿Busca** libros sobre los intereses de su hijo, desde marcanos hasta animales y arte?
4. **¿Sigue** rutinas de lectura placenteras, tales como relajarse con un libro antes de dormir la siesta y a la hora de acostarse?
5. **¿Lee** en voz alta con entusiasmo para que los libros cobren vida para su hijo?

¿Cómo le está yendo?

Cada respuesta *sí* significa que está compartiendo los placeres de la lectura con su hijo. Para cada respuesta *no*, pruebe la idea correspondiente del cuestionario.

“Los niños se convierten en lectores en el regazo de sus padres”.

—Emilie Buchwald

La lectura es divertida si su hijo escribe el libro

Hacer un libro con su hijo preescolar es una excelente manera de ayudarlo a desarrollar sus habilidades de lectoescritura. Para empezar, grape varias hojas de papel. Pídale a su hijo que:

1. **Le dicte** un cuento sobre algo que le guste. Escriba algunas de sus frases en cada página. Deje espacio para los dibujos.
2. **Ilustre** el cuento. Lea sus palabras y sugiérale que haga dibujos para acompañarlas.
3. **Escoja** un título. Ayúdelo a escribir el título y su nombre en la primera página.
4. **‘Le lea’** el libro en voz alta a usted. ¡Anime a su hijo a que se enorgullezca de su trabajo!

Fuente: E.R. Codell, *How to Get Your Child to Love Reading*, Algonquin Books.

Pregúntele a su hijo sobre las mejores cosas

Para ayudar a su hijo a sentirse emocionado por la escuela preescolar, hable con él todos los días sobre lo que le gusta más del tiempo que pasa allí. No se preocupe si su respuesta es “la hora de la merienda”. Lo que cuenta es que esté feliz en la escuela. Haga comentarios como, “Es divertido comer y hablar con amigos, ¿verdad?”

Enseñe habilidades matemáticas con bloques

Usted puede enseñarle a su hijo varios conceptos matemáticos básicos simplemente al jugar con bloques. Cuando jueguen, ayúdelo a aprender a:

- **Reconocer patrones.** Pídale a su hijo que apile un bloque rojo, luego uno verde y luego otro rojo. ¿Puede identificar qué bloque debe poner luego?
- **Comprender** la suma y la resta. Cuando agregue otro bloque a su torre o le quite uno, hable sobre los conceptos de *más* y *menos*.
- **Identificar formas** y cómo se encastran o se apilan. Esta es la base de la geometría y de otras matemáticas de nivel avanzado.



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: Sara Amon.

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