



Cuatro maneras de mantener las rutinas en las vacaciones de invierno

Las vacaciones de invierno están a la vuelta de la esquina para muchos estudiantes de preescolar. Lamentablemente, estas vacaciones suelen alterar las rutinas, y a muchos niños les cuesta readaptarse cuando vuelven a comenzar las clases.

Estas son cuatro maneras de mantener las cosas más o menos encaminadas para que todos los miembros familiares encuentren menos dificultades cuando su hijo regrese a la escuela el próximo mes:

- 1. Siga las rutinas** siempre que sea posible. Habrá días en los que su hijo coma o se duerma en horarios inusuales, pero generalmente este cambio de horario se deberá a sucesos que usted puede planificar con anticipación. El resto de los días, establezca horarios fijos para comer y dormir.
- 2. Controle el tiempo** que su hijo pasa frente a la pantalla. No permita que su hijo les dedique infinitas horas a actividades recreativas frente a una pantalla. Aplique los mismos límites establecidos durante el año escolar. Fomente actividades alternativas.
- 3. ¡Apéguese a las reglas!** No hay que abandonar la disciplina y el respeto durante las vacaciones. De hecho, todos los cambios que tienen lugar durante esta época del año nos dan una razón adicional para no hacer cambios en la disciplina.
- 4. Hable sobre el preescolar.** Algunos niños piensan que el año escolar también ha finalizado cuando escuchan a los adultos hablar sobre fin de año. Haga comentarios como “¡Qué divertido será contarle a tu maestro sobre el viaje a lo de tu abuela cuando vuelvas al preescolar!”

Cree un espacio de aprendizaje especial para su hijo



A los niños en edad preescolar les encantan los espacios pequeños y cómodos. ¿Por qué no combinar ese amor con un poco de aprendizaje? Durante las vacaciones de invierno, considere crear un espacio de aprendizaje especial para su hijo.

Para empezar:

- **Encuentre un espacio** acogedor en su casa. Podría ser una esquina de la habitación de su hijo, un armario abierto o incluso una parte de la cocina.
- **Sume algunos almohadones.** Incorpore libros, papel, crayones y otros útiles escolares. Permita que su hijo seleccione su muñeco o animal de peluche favorito como compañero de aprendizaje.
- **Pase un rato** en este espacio con su hijo. Llámelo “tiempo de aprendizaje”. Podrían leer o dibujar juntos. O hacer y usar tarjetas didácticas. Su hijo también podría practicar cómo escribir letras.
- **Anime a su hijo** a pasar tiempo en el espacio de aprendizaje con usted. Mientras estén juntos allí, su hijo preescolar podría mirar libros o hacer de cuenta que le está enseñando algo nuevo a su compañero de aprendizaje.

Las fiestas son un momento ideal para promover la amabilidad



La amabilidad es un rasgo de la personalidad valioso para inculcarle a su hijo en edad preescolar. Los niños que se preocupan por los demás y piensan en ellos tienen más probabilidades de llevarse bien con sus maestros y compañeros de clase, lo que contribuye a construir un ambiente de aprendizaje positivo.

Para promover la amabilidad:

- **Sea un buen modelo a seguir.** Permita que su hijo lo observe a usted siendo amable con los demás. Podría ofrecerle a alguien cargar las compras o permitirle a alguien que está apurado pasar antes que usted en la fila.
- **Anime a su hijo** a hacerles regalos a amigos y familiares, como una obra de arte hecha en casa o un cupón que valga por un abrazo.
- **Anime a su hijo** a separar ropa y juguetes con muy poco uso para

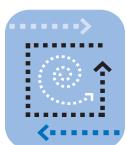
donarlos a niños que los necesiten. Lleven juntos bolsas con ropa o juguetes a una organización benéfica.

- **Cocinen galletas juntos** y llévenlas de regalo al cuartel de bomberos o al departamento de policía local.
- **Fomente la gratitud.** Recuérdelo a su hijo que debe decir *gracias* cuando recibe un regalo. Escriban notas de agradecimiento juntos.
- **Observe cuando su hijo** haga una buena acción o un comentario amable. Diga: “Eso fue muy amable de tu parte”.

“No puedes hacer el bien demasiado pronto, porque nunca sabes cuán pronto será demasiado tarde”.

—Ralph Waldo Emerson

Ayude a su hijo a comprender los conceptos de *comienzo* y *final*



Comprender los conceptos de *comienzo* y *final* es uno de los primeros pasos para aprender a administrar el tiempo, una habilidad que todo estudiante necesita. También ayudará a su hijo preescolar a atravesar las transiciones con mayor facilidad.

Hay miles de maneras de ayudar a su hijo a aprender y dominar estos conceptos. Estas son algunas de ellas:

- **Hable sobre los conceptos** en el día a día. Recuérdelo a su hijo qué sucede al comienzo y al final de una comida o de un baño. La hora del cuento es otra gran oportunidad para hablarlo: todos los cuentos tienen un comienzo y un final.
- **Haga preguntas.** Cuando suba al carro y se abroche el cinturón,

pregúntele a su hijo si están en el comienzo o el final del viaje en carro. Cuando llegue a destino, vuelva a preguntarlo.

- **Juegue a juegos.** Muchos juegos de mesa para niños tienen caminos que deben recorrerse con las fichas del juego. Señale el comienzo y el final de estos caminos.
- **Cree laberintos simples** en una hoja. Guíe la mano de su hijo y muéstrole cómo el lápiz hace un recorrido desde el comienzo del laberinto hasta llegar al final. A medida que su hijo crezca, usted podrá darle laberintos más complicados para seguir desarrollando estos conceptos y sus habilidades de pensamiento.

Fuente: B. Daniel, *The Playful Child*, School Specialty Publishing.

¿Está ayudando a su hijo a afrontar las transiciones?



La transición de una actividad a otra es una parte habitual de la escuela. Sin embargo, a muchos niños les cuesta este proceso.

¿Está facilitándole la transición a su hijo? Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas:

1. **¿Le avisa** a su hijo sobre un cambio antes de que suceda? “Salimos en cinco minutos”.
2. **¿Le cuenta** a su hijo lo que va a ocurrir antes y después de un suceso? “Nos vamos a preparar para ir a la tienda. Después de hacer eso, leeremos un libro”.
3. **¿Le da** a su hijo un papel activo en las transiciones? “Nos estamos yendo. ¿Podrías cerrar la puerta?”
4. **¿Usa** objetos para ayudar a su hijo a cambiar de una actividad a otra? “Llevemos este libro a casa para mostrárselo a papá”.
5. **¿Usa** rituales de despedida? “Saluda a la abuela con la mano. Y después nos vamos”.

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de las respuestas fueron *sí*, está haciendo un buen trabajo para ayudar a su hijo con las transiciones. 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 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 © 2022, 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.

Enséñele a su hijo sobre los sentidos con experimentos de gusto y olfato



Sin darnos cuenta, muchos de nosotros confundimos el sentido del gusto y del olfato. Están tan relacionados que a veces no nos damos cuenta de qué sentido estamos usando.

Para ayudar a su hijo a aprender más sobre estos sentidos:

- **Trate de identificar los alimentos** por su sabor y su olor. Pídales a los miembros familiares que cierren los ojos y que se tapen la nariz. Colóqueles a cada uno de ellos en la lengua una pequeña cantidad de alguna fruta, como una naranja, pomelo o lima. ¿Pueden adivinar qué es? Ahora pídale que huelan el alimento con los ojos cerrados. Podría ser más fácil identificar la fruta de esta manera.
- **Haga comida con y sin sal.** Es posible que se sorprenda al descubrir que un poco de sal puede hacer que

el sabor de los alimentos dulces sea aún más dulce. Es por ese motivo que se le pone sal a tantos postres. Prepare una taza de chocolate caliente con leche, cacao en polvo y azúcar. Luego prepare otra taza de la misma forma pero añada una pizca de sal. ¿Cuál tiene un sabor más dulce?

- **Lleve un registro de las cosas** que huelen usted y su hijo durante el día. Es divertido ver cuántas cosas puede reconocer por el olor, como las flores, la ropa limpia y los alimentos. Ayude a su hijo a pensar palabras para describir los olores.
- **Comparta un dato curioso** con su hijo: distintas partes de la lengua sienten mejor el sabor de ciertas cosas. La punta es más sensible a lo dulce. El medio siente mejor lo salado y lo agrio. Y la parte posterior es más sensible a los sabores amargos.

Aproveche los meses del invierno con actividades de aprendizaje



Diciembre marca el comienzo oficial del invierno. Estas son algunas de las actividades estacionales que pueden hacer juntos para ayudar a su hijo preescolar a aprender sobre los colores, los números, la ciencia, la naturaleza y más.

Junto con su hijo:

- **Disfruten de un picnic invernal.** Abríguense y salgan con un termo de sopa caliente. Hablen sobre lo que ven en la naturaleza durante el invierno. O extiendan una manta adentro y sirva un almuerzo saludable. Incluso puede convertir el picnic en un festival de lectura.
- **Diviértanse con cortadores de galletas.** Pídale a su hijo que use un lápiz para dibujar la forma de un cortador de galletas. Observen la forma que dibuja. Luego coloque los cortadores en una bolsa de papel y fíjese si su hijo puede tomar el cortador que se empareja con la forma solo tocándolo.
- **Escuchen los sonidos del invierno.** Den un paseo y conversen sobre lo que escuchan. Tal vez escuchen el crujido de las botas sobre la nieve, el sonido de la lluvia o el viento que sopla.
- **Convírtanse en los detectives del invierno.** Ayude a su hijo a identificar las señales del invierno en un clima frío, como el frío helado, menos luz durante el día, árboles sin hojas, personas con ropa abrigada y el humo que sale por la chimenea.
- **Cuenten pares de objetos.** Reúna varios pares de mitones o guantes. O haga pares de mitones con papel de distintos colores. Mézclelos. Pídale a su hijo que los ordene en pares.

P: Me abruma todos los juguetes educativos costosos y lujosos que veo en las tiendas. ¿Se verá afectado el aprendizaje de mi hijo si no tengo dinero para llenar su casa con juguetes como esos?

Preguntas y respuestas

R: De ninguna manera. Los expertos en educación sostienen desde hace tiempo que los mejores juguetes para los niños son los simples.

¿Por qué? Porque los niños usan sus habilidades de pensamiento para decidir cómo jugarán con ellos.

Los mejores juguetes:

- **Fomentan el juego creativo.** Los muñecos y los animales y carros de juguete son algunos ejemplos. Cuando su hijo juega con ellos, puede inventar historias y simular situaciones. No es necesario que los juguetes sean costosos. Los niños pueden usar algo simple, como una caja de cartón, para divertirse de forma creativa durante horas.
- **Pueden compartirse.** Está bien que los niños jueguen solos a veces. Pero también deben jugar con otras personas para desarrollar habilidades sociales. Un juguete simple, como una pelota, puede usarse de ambas maneras.
- **Son seguros.** Es más probable que los juguetes con muchas partes pequeñas o extremos filosos le causen una herida accidental a su hijo que otros juguetes más simples, como los bloques.
- **Mantienen el interés.** Los accesorios para disfrazarse o los animales de plástico, por ejemplo, son cosas a las que los niños probablemente volverán una y otra vez. Cada vez que los tome, se le ocurrirá una manera distinta de jugar con ellos.

Algunos juguetes básicos divertidos, junto con libros y rompecabezas, son lo único que los niños necesitan para desarrollar muchas de las habilidades que requerirán para alcanzar el éxito en la escuela.

Aventuras en el jardín de infantes

Refuerce la geometría básica con su hijo



En jardín de infantes, las matemáticas son mucho más que números y cuentas. Muchos padres se sorprenden al descubrir que también implica aprender *geometría* básica.

En pocas palabras, la geometría es el estudio de las formas, los tamaños, los patrones y las posiciones. Y es probable que su hijo supiera algo sobre esto incluso antes de comenzar la escuela.

Cuando su hijo menciona una forma, está usando la geometría. Cuando su hijo usa palabras como *sobre*, *debajo*, *al lado*, *frente a*, *detrás* y *junto a*, también está usando la geometría.

Los padres pueden reforzar la geometría de jardín de infantes de muchas maneras. Estas son algunas de ellas:

- **Hacer una búsqueda de formas.** En su casa, mire a su alrededor con su hijo y nombre las formas que ve: mesa redonda, mantel rectangular, servilleta cuadrada. Vea cuántos círculos, cuadrados, rectángulos y triángulos puede encontrar su hijo. También busque formas cuando esté afuera.
- **Aprender sobre líneas.** Hable con su hijo sobre las *líneas horizontales*, que van de lado a lado, y de las *líneas verticales*, que van de arriba abajo. Luego dele a su hijo algunas imágenes o ilustraciones para que mire. ¿Cuántas líneas horizontales y verticales hay allí?
- **Practicar las palabras** que indican posición. Hágale preguntas a su hijo sobre la posición de objetos cotidianos. ¿El perro está *frente* a la silla o *detrás* de ella? ¿El reloj está colgado *sobre* el estante o *debajo* de él?

La perseverancia es importante en el jardín de infantes y más adelante

En el jardín de infantes, se espera que los niños se sientan cómodos y que completen las tareas que se les dan. No podrán pasar de una actividad a otra si están frustrados o aburridos. Deben aprender cómo perseverar y terminar lo que empezaron.

Para fomentar la perseverancia:

- **Anime a su hijo a participar** en actividades tranquilas en casa. Dele tiempo para leer o trabajar solo.
- **Permítale a su hijo enfrentarse a dificultades** cuando esté trabajando con una tarea. Si lo ayuda constantemente, no podrá desarrollar una actitud positiva para abordar obstáculos. Sugíerale que pruebe distintas estrategias para hallar una solución.
- **Dele a su hijo pocas hojas** cuando dibuje. No le permita tirar 10 dibujos antes de comenzar.



- **Deje que su hijo se mueva** y haga ruido mientras completa una tarea. Su hijo puede descargar luego de trabajar en casa, y así comprenderá cómo esperar al recreo para descargar en la escuela.

Las rutinas diarias ayudan a los estudiantes a tener un año exitoso



La mayoría de los niños de jardín de infantes prosperan con las rutinas. Saber qué esperar los ayuda a sentirse seguros y protegidos. Seguir rutinas también ayuda a los niños a desarrollar habilidades de responsabilidad y práctica.

Antes de la escuela, pídale a su hijo que:

1. **Se despierte** a la misma hora todos los días.
2. **Tienda la cama** o la estire.
3. **Desayune.**
4. **Se vista** y se cepille los dientes.
5. **Lea o juegue** hasta que sea la hora de salir de la escuela.

Después de la escuela, pídale a su hijo que:

1. **Vacíe la mochila** y le muestre los papeles importantes.
2. **Se relaje y coma** un bocadillo saludable.
3. **Complete los trabajos** o lea con usted durante 10 minutos.
4. **Juegue.** Fomente el juego al aire libre y limite el uso de dispositivos con pantalla.

Antes de ir a dormir, ayude a su hijo a:

1. **Guardar en la mochila** las cosas que necesite para la escuela al día siguiente.
2. **Preparar el almuerzo**, de ser necesario. Cuélguelo en el refrigerador.
3. **Elegir la ropa** para el día siguiente.
4. **Bañarse**, ponerse el pijama y cepillarse los dientes.
5. **Leer un cuento** antes de dormir.