

Ayudando a los Niños a Aprender™

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

Frances Fuchs ECC

Good Things are happening at Fuchs

Noviembre 2008

LA DISCIPLINA

Fomente la autodisciplina

Muchos preescolares parecen tener sólo dos modos—rápido y ruidoso. Pero mientras su niño se prepara para ingresar al kinder, necesita aprender que habrá veces en que tendrá que bajar el volumen y sentarse en silencio. Aprender esta habilidad de autodisciplina ahora conducirá al éxito en la escuela.

Un día de kinder generalmente está lleno de actividades. Sin embargo, se espera que su niño se siente y escuche las instrucciones o que permanezca sentado en silencio para oír un cuento. También se espera que en los pasillos camine sin hacer ruido.

Aquí tiene algunas maneras de preparar a su niño para mantenerse en silencio durante períodos cortos:

- **Establezca una señal.** Por ejemplo, finja que toca un interruptor imaginario para “apagar” y después junte sus labios con firmeza.
- **Use palabras o frases en clave.** Por ejemplo, en lugar de decir “¡Silencio! ¡Ahora!” diga, “Es hora de nuestras voces internas.” “Juguemos al juego del silencio.”
- **Intente usar el “método del emparedado”** que las maestras de niños pequeños usan a menudo. Primero, permita que su niño se involucre en el ruido y movimiento; después pídale un período corto de silencio; después puede volver al ruido y movimiento. Si permite que su niño gaste un poco de energía primero, y le dice que tendrá otra oportunidad de hacerlo igual justo después que termine el período de silencio, usted tendrá más éxito con el período de silencio.

Fuente: Carol Baicker-McKee, *FussBusters on the Go*, ISBN: 1-56145-263-7, (Peachtree Publishers, Ltd., 1-800-241-0113, www.peachtree-online.com).



APRENDIENDO A TRAVÉS DEL ARTE

El arte desarrolla habilidades increíbles

El arte es una estupenda actividad de aprendizaje. Ayuda a los niños a reconocer los colores, a desarrollar los músculos de los dedos y a expresarse. Al mismo tiempo, ¡se están divirtiendo! Recuerde estos consejos:

- **Deje que su niño decida** qué hacer. Ocasionalmente usted puede necesitar compartir una idea para ayudarlo a empezar, como “Vamos a dibujar flores de primavera.”
- **Haga una exposición.** Ponga sus obras de arte donde todo el mundo pueda verlas. Muestre ilustraciones a los invitados. Diga cosas como, “¿No es hermoso esto?”
- **Sea positivo.** Hable de los colores y materiales que utilizó su niño. Nunca critique su trabajo.
- **Suministre una variedad** de materiales. Use marcadores un día y pintura el siguiente. Trate de encontrar materiales interesantes, como retazos de tela e ilustraciones de revistas.
- **Tenga en cuenta compartir.** Antes que empiece a hacer un proyecto su pequeño preescolar pregúntele si le gustaría hacerlo para alguien más. ¡A los abuelos les encanta recibir creaciones especiales!

SU NIÑO Y USTED

Déles a los niños lo que quieren: tiempo con usted

El mejor regalo que puede darle a su niño es su tiempo. Aquí tiene algunas sugerencias para pasar tiempo con él:

- **Aparte tiempo** para leer juntos.
- **Planifique una tarde** en un centro de naturaleza.
- **Busque un juego nuevo** que puedan aprender y jugar juntos.

PREPARACIÓN PARA LA LECTURA

Rodee a su niño con libros

Para ayudar a desarrollar las destrezas de lectura de su niño, escoja y lea libros llenos de lenguaje rico. El bibliotecario de su biblioteca local es una excelente fuente.

Experimente con diferentes clases de libros, incluyendo los de ficción, no ficción y poesía. ¡Y recuerde enfatizar en el tiempo de lectura por encima del tiempo de televisión!



FOMENTANDO LA RESPONSABILIDAD

Practique la responsabilidad

Sea que su niño esté en la preescola o en el kinder, no es demasiado temprano para empezar a desarrollar su sentido de responsabilidad. Aquí tiene algunas maneras de empezar:

- **Haga un calendario de pared grande.** Ayuda a su niño a marcar lo que necesita hacer. “Mostrar y Explicar” el miércoles. Fecha de entrega de los libros de la biblioteca el viernes. Esta organización le vendrá muy bien cuando su niño tenga que hacer tareas más complicadas posteriormente en la vida.
- **Haga que escoja** la noche anterior lo que llevará puesto a la escuela. Esto ahorrará tiempo en la mañana—un excelente hábito para empezar antes que comiencen las clases en la escuela primaria.



Ayudando a los Niños a Aprender™

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

Noviembre 2008

PREGUNTAS Y RESPUESTAS

¿Cómo pueden los padres mantener activos a los niños?

P: Parece que la obesidad de la niñez está siempre en las noticias. Trato de poner énfasis en hábitos de comer saludables y limitar la comida chatarra, pero sé que la actividad física también es muy importante. ¿Puede hacerme algunas sugerencias para mantener a mi preescolar físicamente activo?

R: Usted tiene mucha razón en poner énfasis en la buena nutrición. No hay duda que a su preescolar le encanta moverse. ¡Disfrute a su niño activo! Con un poco de planificación, usted puede aprovecharse de esa energía. Aquí tiene algunas ideas para probar:

- **Piense en una hora o más de actividad física al día.** Cinco a 10 minutos a la vez, durante todo el día, está bien.
- **Diríjase a su parque** o campo de juegos más cercano o a la escuela local para realizar alguna actividad afuera.
- **Proporcione pelotas para patear y aventar,** o algo seguro para treparse. Su pequeño preescolar también estará contento con sencillamente correr y brincar.
- **Busque clases en su centro de recreación local.** Escoja actividades que giren en torno a moverse y divertirse, no en ganar un juego o ser el mejor.
- **Rastrillen hojas y amontónenlas en el otoño.** Construyan un muñeco de nieve o un fuerte en el invierno. Trabajen en el jardín o vuelen un papalote en la primavera. Y caminen, caminen, caminen todo el año.



GUESTIONARIO PARA PADRES

¿Está enseñando a su niño a dar?

Aprender a ocuparse de los demás y relacionarse con ellos por medio de dar, ayudará a su niño en la escuela y en la vida. Conteste las siguientes preguntas con *sí* o *no* para ver si está desarrollando este hábito en su niño:

- ___ 1. **¿Señala** los sentimientos positivos que tiene su niño cuando comparte?
- ___ 2. **¿Le muestra** a su niño que usted da?
- ___ 3. **¿Anima** a su niño a celebrar los cumpleaños y días festivos dándoles a los demás?
- ___ 4. **¿Fomenta** la acción de dar durante todo el año, no sólo durante los días festivos?

___ 5. **¿Elogia** a su niño cuando da o comparte?

¿Cómo le fue? Cada respuesta de *sí* significa que está haciendo que la caridad sea una parte valiosa de la vida de su niño. Para cada respuesta de *no*, intente usar la idea correspondiente del cuestionario.

“Ningún acto de bondad, por pequeño que sea, se desperdicia jamás.”

—Esopo

Utilice la empatía al hablar

Para fomentar el desarrollo emocional de su niño, escuche y responda a sus sentimientos con empatía. Aquí tiene cómo:

- **Póngase** al nivel de su niño y véalo al nivel de los ojos.
- **Escuche en silencio,** haciendo ruidos suaves para tranquilizarlo, “Ay.” “Ya veo.”
- **Repita lo que dice,** usando palabras diferentes. Si dice, “¡Tommy es muy malo! ¡No quiero jugar con él!” dígame, “Me parece que tus sentimientos están heridos.”

VALORES POSITIVOS

Enseñe a su niño: ‘Es lo correcto que hay que hacer’

Un niño se comporta bien para ganar aprobación—o para evitar una consecuencia negativa. Un niño más grande comienza a aprender el buen comportamiento porque “Es lo correcto que hay que hacer.” Aquí tiene cómo poner a su niño en este camino de toda la vida:

- **Bríndele amor incondicional.** Los niños que están seguros con el amor de sus padres son más propensos a comportarse mejor que los que no están.
- **Corrija a su niño** si es irrespetuoso. “En nuestra familia, usamos palabras amables.” Sea un buen modelo de conducta.

Fuente: Peg Rosen, “How to raise a really GOOD kid,” *Parents* (Meredith Corporation, 1-800-727-3682, www.parents.com).

DESTREZAS MOTRICES

Apoye el conocimiento del cuerpo

Los niños con un buen conocimiento del espacio corporal son más eficientes al moverse. Estas actividades pueden ayudar:

- **Jueguen** juegos físicos, como el “Hokey Pokey.”
- **Haga** una pista de obstáculos que sea segura y divertida.
- **Finjan** ser cosas, como viento o nubes.

Fuente: Claudia Jones, *Parents Are Teachers Too*, ISBN: 0-9135-8935-7 (Williamson Publishing Co., 1-800-586-2572, www.williamsonbooks.com).



Ayudando a los Niños a Aprender™

Editor: John H. Wherry, Ed.D.

Redactora General: Patricia Hodgdon. Redactora: Jennifer McGovern. Escritoras: Susan O'Brien & Erika Beasley.

Directora de Traducciones: Michelle Beal-García.

Asistente de Redacciones: Pat Carter.

Ilustraciones: Maher & Mignella, Cherry Hill, NJ.

Copyright © 2008, The Parent Institute®, a division of NIS Inc.

P.O. Box 7474, Fairfax Station, VA 22039-7474

1-800-756-5525 • www.parent-institute.com • ISSN 1527-1048