



Cinco formas de mantener las rutinas durante el receso de preescolar

El receso invernal está cerca para muchos estudiantes preescolares. Y aunque es emocionante, con frecuencia altera las rutinas, lo que puede dificultar que los niños pequeños se readapten cuando se reanuda la escuela preescolar.

Estas son cinco maneras de facilitarles las cosas a su niño cuando vuelva a empezar la escuela el mes que viene:

1. **Mantenga una rutina fija** cuando sea posible. Aunque puede haber días en los que su niño coma o duerma a horas inusuales, esto suele deberse a eventos programados. Para todos los demás momentos, mantenga un horario fijo para comer y dormir.
2. **¡Cíñase a las reglas!** No hay que abandonar la disciplina y el comportamiento respetuoso 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.

3. **Lean y jueguen todos los días.** Involucre a su niño tanto en juegos estructurados como en juegos libres. Continúen leyendo libros juntos y dediquen tiempo a jugar al aire libre para fomentar la actividad física.
4. **Supervise el tiempo** que su niño pasa frente a las pantallas. Aplique los mismos límites establecidos en el año escolar. Cuando se usen pantallas, priorice las aplicaciones o los programas interactivos y educativos.
5. **Hable sobre la escuela preescolar.** Algunos niños piensan que el año escolar también ha llegado a su fin cuando escuchan a los adultos hablar sobre fin de año. Haga comentarios como “¡Qué divertido va a ser contarle a tu maestro sobre el viaje a lo de tu abuela cuando vuelvas a la escuela!”

Preséntele la escritura de diarios a su niño



Podría parecer extraño sugerirle a un niño que todavía no domina la escritura que escriba en un

diario. Sin embargo, su niño preescolar no tiene que saber formar letras para beneficiarse de esta actividad entretenida.

A esta edad, escribir un diario no se trata tanto de la caligrafía como de fomentar la creatividad, la expresión personal y las habilidades de lectoescritura tempranas. Para presentar la escritura de diarios:

1. **Pídale a su niño** que le cuente sobre algo que haya sucedido hoy. De ser necesario, ofrezca indicaciones: “Fuiste al patio de juegos en la escuela preescolar. ¿Qué hiciste allí?”
2. **Pídale a su niño** que haga un dibujo de la actividad en una hoja y que después le cuente sobre el dibujo.
3. **Escriba una o dos oraciones** debajo del dibujo para plasmar las palabras de su niño. Explíquele que las palabras dan información sobre el dibujo.
4. **Pídale a su niño** que escriba algo también, aunque solo sean garabatos. A medida que desarrolle habilidades de escritura, es probable que escriba letras. Repita este proceso con frecuencia y grabe las hojas para formar un libro.

Las fiestas son un momento ideal para promover la amabilidad



La amabilidad es una característica de la personalidad valiosa para inculcarle a su niño.

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 niño lo observe a usted siendo amable con los demás. Podría ofrecerle a alguien cargar las compras o permitirle a alguien que está apresurado pasar antes que usted en la fila.
- **Anime a su niño** a hacerles regalos a amigos y familiares, como una obra de arte hecha en casa o un cupón que valga por un abrazo.
- **Ayude a su niño** a donar ropa y juguetes con poco uso a niños

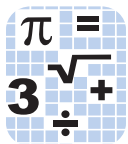
que los necesiten. Lleven juntos bolsas con ropa o juguetes a una organización benéfica.

- **Hornee galletas** y llévenlas al cuartel de bomberos o al destacamento policial local.
- **Fomente la gratitud.** Recuérdele a su niño que debe decir *gracias* cuando reciba un regalo. Escriban notas de agradecimiento juntos.
- **Note cuando su niño** haga una buena acción o un comentario amable. Diga, “Eso fue muy amable de tu parte”.

“Nunca es demasiado pronto para hacer un acto de bondad, porque nunca sabes cuán pronto será demasiado tarde”.

—Ralph Waldo Emerson

Preséntele a su niño actividades divertidas de ‘razonamiento espacial’



A los niños les encanta construir con bloques, pero los bloques no se usan solo por diversión. Las investigaciones muestran que los bloques, los rompecabezas y otros juguetes que mejoran el *razonamiento espacial* pueden ayudar a los niños a aprender matemáticas.

El *razonamiento espacial* es la capacidad para pensar en objetos en relación con otros objetos en el espacio. Es útil en la vida diaria, al llenar el lavavajillas o armar una maleta, por ejemplo. Y también es importante al trabajar con números y formas.

Para mejorar el razonamiento espacial de su niño preescolar:

- **Anime a su niño** a crear distintas cosas usando materiales como tubos de cartón y cajas.
- **Quite las tapas** de algunos recipientes vacíos, como potes de café

y avena, frascos de mayonesa y mantequilla de maní, etc. Rete a su niño a emparejar las tapas con los recipientes.

- **Hagan rompecabezas.** Recorte el frente de las cajas de cereales. Córtelos en piezas de rompecabezas y deje que su niño los vuelva a armar.
- **Use lenguaje espacial.** Incluya palabras en la conversación que describan formas, tamaños o posiciones de objetos. “Caminemos *a través* de ese puente curvo. Va hacia *arriba* y luego hacia *abajo*”.
- **Jueguen al Veo, veo** con formas y posiciones. Céntrese en las formas geométricas, los tamaños y sus posiciones. “Veo, veo algo *redondo* y que está *debajo* de la mesa”.

Fuente: Z.C.K. Hawes y otros, “Effects of spatial training on mathematics performance: A meta-analysis,” *Developmental Psychology*, American Psychological Association.

¿Le muestra a su niño cómo respetar las pertenencias?



En la escuela, se espera que los estudiantes traten con cuidado las instalaciones escolares y las pertenencias de los demás estudiantes.

Responda *sí* o *no* a las siguientes preguntas para ver si usted está ayudando a su niño a practicar este comportamiento:

1. **¿Le indica** a su niño los lugares donde debe guardar las cosas, como una caja para los bloques o un contenedor para los crayones?
2. **¿Crea** el hábito de ordenar? “Antes de sacar un juego nuevo, tenemos que guardar lo que usamos recién”.
3. **¿Hablan** sobre los beneficios de respetar las pertenencias de los demás? “Si cuidas el piano del abuelo, probablemente te deje volver a tocarlo”.
4. **¿Nota** cuando su niño cuida adecuadamente de las pertenencias? “Gracias por poner los libros en el estante. Así se van a mantener en buenas condiciones”.
5. **¿Da el ejemplo** cuidando los objetos del hogar, incluso las pertenencias de su niño?

¿Cómo le está yendo?

Si la mayoría de las respuestas fueron *sí*, usted está ayudando a que su niño respete las pertenencias. Para cada respuesta *no*, pruebe esa idea.

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 © 2025, The Parent Institute,
una división de PaperClip Media, Inc.,
una entidad independiente y privada.
Empedor con igualdad de oportunidades.

Editora Responsable: Doris McLaughlin.

Editor Emérito: John H. Wherry, Ed.D.

Editora: Rebecca Miyares.

Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

Los juegos de mesa ayudan a su niño a concentrarse y seguir reglas



La mayoría de los niños preescolares están listos para comenzar a jugar juegos de mesa. Estos juegos son divertidos y pueden ayudar a su niño a desarrollar habilidades como la concentración, la cooperación y el espíritu deportivo.

Las tiendas de segunda mano son lugares estupendos para encontrar juegos de mesa baratos. También podría organizar un intercambio de juegos en el vecindario. Al escoger juegos:

- **Busque en la caja** para qué edades están pensados. Su niño aprovechará al máximo aquellos juegos que tengan reglas simples y estén orientados a los niños preescolares y su nivel de habilidades.
- **Busque juegos sobre temas** que sean atractivos para su niño. A la mayoría de los niños preescolares les divierten más los juegos sobre animales

que los juegos relacionados con el dinero, por ejemplo.

Cuando jueguen un juego de mesa juntos:

- **Anime a su niño** a contar mientras los jugadores se mueven por el tablero y a mencionar los colores del juego. A los niños en edad preescolar les agrada mostrar lo que saben.
- **Haga preguntas para mejorar** las habilidades de pensamiento. “¿Qué crees que ocurrirá si tomamos esta carta?” “¿A qué espacio debería moverme ahora?”
- **Explique que las reglas** hacen que los juegos (y la vida) fluyan, y anime a su niño a seguirlas.
- **Recuérdle a su niño** que nadie gana todo el tiempo. A algunos niños les resulta difícil perder. Asegúrese de felicitarlo por no hacer trampa, seguir las instrucciones y turnarse, y no solo por ganar.

Las aventuras cotidianas aumentan las habilidades y los conocimientos



Los niños aprenden durante todo el día mientras practican sus habilidades y experimentan cosas nuevas. Amplíe la base de conocimientos de su niño presentando una amplia variedad de actividades.

Juntos pueden:

- **Asistir a visitas guiadas** en el cuartel de bomberos, la comisaría o la oficina de correos local. Su niño disfrutará de conocer a los empleados y saber en qué consiste su trabajo.
- **Hacer un recorrido** de su vecindario. Caminen y observen a las personas, las mascotas y los edificios que los rodean.
- **Salir y mirar los árboles**, las nubes y el paisaje. ¿Qué figuras y colores ve su niño? ¿Qué sonidos escucha?

- **Dar un paseo en carro**, autobús o tren. Hablen sobre todas las cosas interesantes que observen durante el trayecto y las personas interesantes que vean.
- **Solicitar credenciales** de la biblioteca para la familia. Visiten la biblioteca con frecuencia y averigüe sobre eventos especiales para niños en edad preescolar.
- **Explorar un lugar nuevo**. Intente ir a algún lugar al que su niño nunca haya ido: el zoológico, una granja o un museo local.
- **Ir a su trabajo**. De ser posible, lleve a su niño a su trabajo y muéstrelle lo que hace. O haga planes para visitar el lugar de trabajo de un familiar.

Fuente: *The Little Things Make a Big Difference*, National Association of Elementary School Principals and World Book Educational Products.

P: ¡Los juguetes educativos que veo en las tiendas son caros! ¿Se perjudicará aprendizaje de mi niño si no tengo dinero para llenar la casa con juguetes sofisticados?

Preguntas y respuestas

R: En absoluto. Los expertos en educación sostienen desde hace tiempo que los mejores juguetes para los niños son los más simples.

¿Por qué? Porque estos juguetes animan a los niños a usar su imaginación y sus habilidades de pensamiento para descubrir cómo quieren jugar.

Los mejores juguetes:

- **Fomentan el juego creativo.** Los muñecos y los animales y carros de juguete son algunos ejemplos. Cuando su niño juega con ellos, puede inventar historias y simular situaciones. No es necesario que los juguetes sean caros. 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 causen una herida accidental que otros juguetes más simples, como los animales de peluche.
- **Mantienen el interés.** Los disfraces y los animales de plástico, por ejemplo, son cosas a las que los niños probablemente volverán una y otra vez. Cada vez que su niño los tome, se le ocurrirá una nueva forma de jugar con ellos. Algunos juguetes básicos divertidos, junto con libros y rompecabezas, es lo único que los niños necesitan para desarrollar muchas de las habilidades que necesitarán para tener éxito en la escuela.

Aventuras en el jardín de infantes

Las habilidades de audición son clave para el aprendizaje



Los estudiantes que tienen una gran capacidad de escucha suelen tener más facilidad para hablar, socializar y comunicarse con los demás, lo que también contribuye al éxito en la escuela.

Para reforzar la capacidad de escucha de su niño de jardín de infantes, ofrézcale oportunidades para que practique de forma atractiva. Anime a su niño a:

- **Ayudar con tareas del hogar.** Seleccione tareas que le interesen a su niño preescolar. Tal vez le agrade poner la mesa o regar las plantas de la casa. Luego, dele instrucciones específicas para que siga. “Llena la regadera. Toca la tierra. Si está seca, riega la planta”.
- **Contar cuentos.** Lea un cuento con detalles o cuéntelo varias veces. Luego, finja que no recuerda una parte. ¿Puede su niño completar el cuento? Es posible que le sorprenda lo bien que escuchó y recordó el cuento.
- **Jugar a Simón dice.** Siempre es divertido desarrollar habilidades de audición con este juego clásico. A los niños les encanta escuchar las instrucciones de Simón (“Simón dice que levantes la mano derecha”) y hacer lo que dice. Cuando no se nombra a Simón en la orden (“Levanta la mano derecha”), los niños deberán ignorarla.
- **Aprender a jugar** a nuevos juegos de mesa. Los juegos de mesa tienen reglas que generalmente deben repetirse. Pero está bien. Esto le da a su niño la oportunidad de escuchar. Solo asegúrese de que su niño también disfrute el juego.

Mejore el comportamiento con estrategias probadas por maestros

¿Alguna vez se ha preguntado cómo consiguen los maestros de jardín de infantes que 20 niños pequeños o más presten atención y sigan las instrucciones? Es una habilidad que han dominado, y muchas de las estrategias que usan pueden funcionarle a usted en casa.

Esto sugieren algunos maestros:

- **Explique lo que quiere** que haga su niño. Céntrese en las tareas que quiere que sean parte de la rutina, como guardar los juguetes después de jugar.
- **Evite transiciones abruptas.** Dígle a su niño cuántos minutos le quedan antes de que sea la hora de cambiar de tarea.
- **Arme un calendario** con imágenes. Su niño sabrá qué hacer y cuándo, y se sentirá más independiente.
- **Use señales silenciosas.** Tocar el hombro suavemente debería llamar la atención de su niño. Apague y



encienda las luces para avisarle que quedan cinco minutos para que sea la hora de acostarse.

- **Hagan que las tareas diarias** sean divertidas. Rete a su niño a ordenar al ritmo de la música.
- **Asígnele a su niño** tareas significativas que benefician a la familia.

Muéstrele a su niño cómo resolver conflictos pacíficamente



La capacidad para resolver conflictos pacíficamente es una habilidad social que mejora el entorno de aprendizaje escolar para todos.

Para enseñarle a su niño esta habilidad:

- **No permita las peleas físicas.** Si su niño golpea a otro niño u otro niño lo golpea a él, sepárelos de inmediato. Diga, “No golpeamos”.
- **Dé ejemplos de palabras pacíficas** que puede usar en lugar de golpear o pelear. “Por favor, ahora es mi turno”.
- **Enséñele a su niño** a decir “¡Basta!” cuando otro niño lo provoque. Si

el otro niño no se detiene, su niño deberá contarle la situación a un adulto.

- **Sugiera alternativas** cuando su niño esté molesto o necesite hacer algo para calmarse. Algunas alternativas a los golpes y las peleas que se pueden hacer al aire libre son correr, saltar o incluso gritar fuerte. Las actividades para hacer adentro incluyen hacer un “dibujo de enojo” o golpear un almohadón. Incluso usted puede establecer la regla de que “solo se puede golpear almohadones”.

Fuente: J.L. Roehlkepartain y N. Leffert, Ph.D., *What Young Children Need to Succeed: Working Together to Build Assets From Birth to Age 11*, Free Spirit Publishing.