Primera Infancia
Los Padres ¡hacen la diferencia!™
Marzo 2026
Vol. 30, No. 7
Clarke County School District

Jugar al aire libre con amigos mejora las habilidades

A medida que el clima se vuelve primaveral, los niños en edad preescolar podrán pasar más tiempo jugando al aire libre. Y esa es una gran noticia para su cerebro y su desarrollo social, así como para su desarrollo muscular.

Según los expertos, jugar al aire libre con amigos promueve el juego simbólico, tan importante para los niños de entre tres y cinco años. El juego simbólico al aire libre ayuda a los niños a aprender:

- **A ser creativos.** Decir "Hagamos de cuenta que estamos cabalgando" es un ejemplo de pensamiento creativo. Luego, cuando su niño y sus amigos juntan palos para "cabalgar" y comienzan a galopar por el jardín, están jugando de manera creativa.
- **A resolver problemas.** ¿Qué sucede cuando hay cuatro niños, pero solo tres palos? Muchas veces, los niños descubren maneras de resolver el problema. Es posible que note que se turnan con los palos o que buscan otro elemento que puedan usar como caballo.
- **Las habilidades sociales.** Los niños aprenden a acercarse a otros niños y a incorporarse a un grupo que ya está jugando. Un niño podría usar una señal de inicio, como "Arre … Yo también estoy montando a caballo". Los niños del grupo aprenden a acomodarse e incluir a otros que deciden unirse al juego.

Siempre es importante supervisar a su niño mientras juega al aire libre con amigos. Pero dele la libertad de ser creativo, interactuar socialmente y resolver problemas por su cuenta.

Fuente: V. Ulset y otros, "Time spent outdoors during preschool: Links with children's cognitive and behavioral development," *Journal of Environmental Psychology,* Elsevier Ltd. All.

Ayude a fomentar el sentido del humor de su niño

Las bromas le enseñan a su niño que el humor puede aliviar la frustración e incluso hacer que los retos sean divertidos. Los estudios han demostrado que tener un buen sentido del humor también mejora la salud, el optimismo, la autoestima y la resiliencia de los niños.

Entonces, si su familia queda atrapada bajo la lluvia, no se queje. En cambio, pruebe con un poco de humor. "¡Esto es como una ducha! ¡Qué pena que no tengamos champú!" Luego, pretenda lavarse el cabello y ríanse juntos.

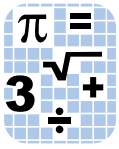
Para inculcar un buen sentido del humor:

- **Lean libros juntos** que tengan rimas divertidas. Use voces alocadas mientras lea y ríanse de las ilustraciones.
- **Inventen canciones** alocadas.
- **Ríase de usted mismo** cuando cometa un error.
- **Túrnense** para unir palabras o sonidos graciosos.
- **Cuéntense chistes.** Encuentre chistes apropiados para la edad en internet o en la biblioteca.
- **Ríase cuando su niño** intente ser gracioso. Usted es el público más importante de su niño.

Fuente: L. Frey, "A Child's Strong Sense of Humor is Nothing to Laugh at," Akron Children's Hospital.

Copyright © 2026, The Parent Institute®

Los juegos de conteo desarrollan las habilidades matemáticas



El tiempo de juego es la oportunidad perfecta para que los niños en edad preescolar desarrollen habilidades matemáticas básicas. Las lecciones de matemáticas para niños preescolares no tienen por qué ser formales: ¡las mejores son simplemente una parte divertida y natural del día a día de su niño!

Prueben estas actividades de conteo:

- **Contar con pegatinas.** Escriba números en tarjetas y dele a su niño preescolar una plancha pequeña de pegatinas. Pídale que coloque tres pegatinas en la tarjeta que tenga el número 3, y así sucesivamente. Como siempre, supervise a su niño cuando juegue con objetos pequeños.
- **Hacer árboles numéricos.** Recorte árboles en cartulina marrón y verde, y "manzanas" en cartulina roja. Escriba un número cada tronco y dígale a su niño que coloque la cantidad correcta de manzanas.
- **Contar con carros.** Rotule carros de juguete con números. Arme garajes con cajas pequeñas y colóqueles los mismos números. Luego, pídale a su niño que coloque cada carro en el garaje que tenga el mismo número.

> **"Muchas veces, les damos a nuestros niños respuestas para recordar en lugar de problemas para resolver".**
>
> *—Roger Lewin*

Use oportunidades diarias para enseñarle a su niño a ser respetuoso

El respeto y la amabilidad son elementos clave para que un estudiante sea feliz y tenga éxito. Los niños que dominan estas características tienen interacciones más fluidas con sus compañeros y suelen obtener mejores resultados en la escuela.

Para enseñar un comportamiento respetuoso:

- **Explique que el mundo** está lleno de personas únicas, cada una con sus propios pensamientos, sentimientos y necesidades.
- **Demuestre respeto** en las interacciones diarias. La manera en la que más aprende su niño preescolar es mirándolo a usted.
- **Ponga todo en perspectiva.** Es importante que los niños comprendan que no son el centro del universo. Los deseos y necesidades de otros también son importantes.
- **Ponga en práctica la amabilidad.** Ayude a su niño a reconocer cómo podrían estar sintiéndose otras personas. Por ejemplo, podría decir, "Jesi está sentada sola y frunciendo el ceño. ¿Qué podrías hacer como amigo para apoyarla?"
- **Hagan un juego de roles.** Ayude a su niño a practicar cómo actuar antes de los eventos. Practiquen cómo comportarse bien en un cumpleaños o cómo hacerle una pregunta al maestro de manera cortés.
- **Enseñe a ser paciente** y esperar. Si su niño interrumpe una conversación, ofrezca un recordatorio firme pero amable, "Por favor, espera. Ahora estoy hablando por teléfono".
- **Practiquen compartir y turnarse,** ya sea al jugar o conversar.
- **Practiquen cómo decir *no*.** Enséñele a su niño formas amables de rechazar una invitación o petición de un compañero de juegos.
- **Observe el bueno** comportamiento y felicite a su niño. Cuando su niño sea considerado con los sentimientos de los demás, señálelo y felicítelo de manera sincera.

¿Ayuda a su niño a afrontar los cambios de actividades?

La transición de una actividad a otra es una parte habitual de la escuela. Sin embargo, a muchos niños pequeños les cuesta hacerlo de manera fluida.

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

1. **¿Le avisa** a su niño sobre un cambio antes de que suceda? "Salimos en cinco minutos".
2. **¿Le cuenta** a su niño 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 niño un papel activo en las transiciones? "Nos estamos yendo. ¿Podrías cerrar la puerta?"
4. **¿Usa** objetos para ayudar a su niño 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*, usted está ayudando a su niño a afrontar los cambios sin problemas. 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 © 2026, 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 Hasty Miyares.
Editora de Traducciones: Victoria Gaviola.

 Copyright © 2026, The Parent Institute®

Exploren las ciencias y diviértanse con las sombras chinescas

A la mayoría de los niños preescolares les divierte hacer sombras chinescas, y no tienen idea de que al hacerlo aprenden sobre las medidas, el tiempo y el espacio.

En un día soleado, lleve un trozo de tiza a una acera o calzada. Luego, pruebe algunas de las ideas a continuación:

- **Trace una X en el pavimento.** Pídale a su niño que, a lo largo del día, regrese a ese lugar y se pare sobre la X. Cada vez que lo haga, dibuje el contorno su sombra. ¿Cómo cambia? Pídale a su niño que comparta con usted sus observaciones.
- **Tome algunos objetos,** como una pelota, un bloque y un crayón, y muévalos bajo la luz del sol. Hablen sobre las formas de las sombras que se forman al girar los objetos.
- **Pídale a su niño** que tome un crayón y que se agache. ¿Cómo es la sombra del crayón? A continuación, pídale a su niño que se pare en puntas de pie y que sostenga el crayón en alto. ¿Cómo es la sombra del crayón ahora? Pídale que le cuente cómo cambió la sombra.
- **Para continuar con la diversión,** lean juntos algunos libros sobre sombras:
  - » *My Shadow* de Robert Louis Stevenson.
  - » *The Dark, Dark Night* de M. Christina Butler.
  - » *What Makes a Shadow?* de Clyde Robert Bulla.
  - » *Goodnight Shadow* de Kimberly Muller.

Fuente: A. Koester, "Preschool Shadow Science," Association for Library Service to Children.

Ayude a su niño a aprender lecciones valiosas mientras crea arte

Cuando los niños preescolares crean arte, practican la toma de decisiones, como qué colores usar cuando hacen un dibujo. Aprenden sobre causa y efecto cuando mueven el crayón sobre una hoja para hacer una marca. Y descubren muchas maneras de expresarse.

Para ayudar a su niño a aprovechar el arte al máximo:

- **Haga preguntas** para ayudarlo a comenzar. Si su niño quiere dibujar un gatito, pregúntele "¿Qué forma tiene la cabeza del gatito?" "¿Cuáles son las distintas partes del cuerpo de un gatito?"
- **Resista el impulso** de decirle qué crear. El proceso de creación es más importante que el producto final de su niño.
- **Ofrézcale una variedad** de materiales artísticos. Busque cosas en la casa: pegamento, retazos de tela, filtros de café, cartones de huevos, catálogos, rollos de papel de cocina, cuerdas y lanas.
- **Sea paciente.** A algunos niños pequeños no les resulta agradable ensuciarse y pegotearse las manos, por ejemplo. Y no hay problema con eso. Preséntele a su niño los materiales artísticos nuevos de a poco.
- **Haga preguntas** sobre la obra de arte. ¿Cómo lo hizo? ¿Qué siente sobre ella?
- **Haga comentarios específicos.** Describa lo que ve. Hable sobre los colores y los materiales que usó. Comente qué fue lo que más le agradó. No le diga simplemente "Qué bonito".
- **Exhiba con orgullo** la obra de arte de su niño. Cuélguela en la pared o en el refrigerador. Envíesela a miembros de la familia.

Preguntas y respuestas

P: Mi niño preescolar habla lo suficientemente bien para comunicar lo que quiere y lo que necesita. Sin embargo, comienza el jardín de infantes en el otoño y desearía que desarrolle sus habilidades lingüísticas aún más. ¿Qué podría hacer?

R: Tener habilidades lingüísticas sólidas está directamente relacionado con aprender a leer y a escribir bien. Cuanto más hable con su niño, más sólidas serán sus habilidades.

Estas son algunas de las cosas que puede hacer:

- **Establezca un horario** cada día durante el cual su niño sepa que usted está disponible para hablar. Muchas familias usan la hora de comer o los minutos antes de dormir.
- **Pídale a su niño** que escoja un tema sobre el cual hablar, y luego coméntenlo juntos.
- **Anime a su niño preescolar** a hacer preguntas. Dé respuestas adecuadas para la edad.
- **Hable con su niño** sobre su día y pregúntele sobre el suyo.
- **Permítale a su niño** terminar de hablar. Haga algunas preguntas sobre lo que dijo.
- **Hable sobre algunas** de las cosas que va a hacer su familia los próximos días o sobre las cosas que les gustaría hacer en familia.
- **Use palabras** nuevas que posiblemente su niño nunca haya escuchado. Los sinónimos son útiles. Intente usar *veloz* o *ligero* en lugar de rápido.
- **Dé pistas** para que su niño pueda inferir el significado de las palabras nuevas. Por ejemplo, "¡Hace muchas horas que no comemos nada! Estoy *famélico*, ¿y tú? Me hace ruido la panza". A partir del contexto, su niño podrá aprender que famélico significa *hambriento*.

Copyright © 2026, The Parent Institute®

Aventuras en el jardín de infantes

Cinco pasos para abordar la conducta payasesca

Es maravilloso tener un buen sentido del humor. Pero cuando un estudiante interrumpe constantemente la clase con chistes y sonidos groseros no es gracioso.

Si su niño hace payasadas en la escuela, siga estos pasos:

1. **Busque la causa** de ese comportamiento. Algunas veces, los niños necesitan atención o quieren causar una buena impresión entre sus compañeros de clase. Muchas veces, intentan usar el humor para tapar deficiencias académicas.
2. **Trabaje con el maestro.** Juntos, intenten identificar cuándo se produce el comportamiento problemático y qué podría estar causándolo. Actuar así después del recreo, por ejemplo, podría significar que su niño necesita ayuda para calmarse. El maestro podría asignarle una tarea de transición, como repartir las hojas de ejercicios.
3. **Hablen sobre el tema.** Es posible que su niño no comprenda cuándo está bien hacerse el gracioso y cuándo no. Explíquele que, a veces, ser divertido y "astuto" en realidad es ser irrespetuoso.
4. **Establezca normas claras.** Con la ayuda del maestro, explíquele a su niño qué tipo de comportamiento esperan.
5. **Establezca consecuencias** que usted y el maestro implementarán si su niño no cumple con las reglas.

Si sigue estos cinco pasos, el maestro y usted podrán lograr encaminar a su niño por la senda del buen comportamiento.

Fuente: K. Levine, What To Do . . . When Your Child Has Trouble at School, Reader's Digest Books.

Enséñele a su niño preescolar a ser buen ganador y perdedor

Muchos niños comienzan a participar en deportes organizados en jardín de infantes. Pero independientemente de si su niño practica algún deporte, aprender el espíritu deportivo tiene sus beneficios en la clase.

Para aprovechar esas lecciones:

- **Enfóquese en la diversión.** Su niño debería participar en juegos y deportes para aprender, divertirse y hacer ejercicio. Cuando los niños hacen esto, ganan independientemente del puntaje.
- **Ponga en práctica** los buenos modales. Incluso cuando los adultos se centran en la diversión, los niños saben a quién le va "bien" y a quién no. Enséñele a su niño a decir "bien jugado" o "buen trabajo" a sus compañeros y a sus contrincantes, ganen o pierdan.

- **Dígale a su niño** que está bien sentirse frustrado, pero que eso no es motivo para darse por vencido. "A veces atraparás la pelota y otras veces no. Es difícil sentirse bien cuando no lo logras, ¡pero no te rindas! Mejorarás con la práctica".

Fuente: I. Kamber, "The Importance of Sports for Children," Novak Djokovic Foundation.

Evitar las faltas a la escuela fomenta el éxito en jardín de infantes

La asistencia regular ayuda a crear una comunidad escolar positiva para estudiantes y maestros. Y faltar a la escuela muchas veces afecta negativamente el éxito académico, incluso en el jardín de infantes.

Para ayudar a que su niño no falte a clases:

- **Implemente rutinas.** Apéguese a un horario regular para acostarse y despertarse que le permita a su niño dormir lo suficiente. Prepárense para la escuela la noche anterior seleccionando las prendas, preparando el almuerzo, etc.
- **Demuéstrele a su niño** que está orgulloso de él cuando logre prepararse para la escuela a tiempo. Para acelerar a un niño perezoso, ponga un cronómetro y plantee un reto para que "venza al reloj".
- **Evite tomarse vacaciones** familiares durante la época escolar. Incluso si los estudiantes completan el trabajo cuando faltan, se perderán los comentarios en clase, las actividades grupales y otros tipos de aprendizaje.
- **Programe citas** para después de la escuela y los fines de semana. Estos horarios se llenan rápidamente, así que considere solicitarlos con mucha anticipación.

Cuando las ausencias sean inevitables, recuerde hablar con el maestro para averiguar qué puede hacer en casa para ayudar a su niño a ponerse al día.