

# Desarrollo de habilidades para la vida en prekindergarten



Al enseñar a su hijo algunas habilidades básicas para la vida, puede ayudarlo a tener más confianza en sí mismo e independencia, y tener más éxito en los años venideros.

## Enseñar habilidades de autocuidado

Podría ser más fácil y rápido para usted ponerle un abrigo a su hijo, pero invertir algunos minutos adicionales para enseñar habilidades de autoayuda fomentará la independencia y desarrollará la confianza en sí mismo.

Tómese un tiempo para ayudar a su hijo a aprender cómo hacer lo que sigue:

- ▶ usar el baño
- ▶ lavarse las manos
- ▶ usar cubiertos para comer
- ▶ beber de una taza o caja de jugo
- ▶ ponerse un abrigo y una gorra
- ▶ abotonarse y desabotonarse, abrir y cerrar broches, y subir y bajar cierres (cremalleras)
- ▶ cubrirse la boca al estornudar o toser
- ▶ quitarse el calzado y volver a ponérselo

## Dé opciones a su hijo

Tomar decisiones en casa ayudará a su hijo a tomar buenas decisiones en la escuela y en el patio de recreo. Como parte de su rutina diaria, haga preguntas como:

*“¿Quieres ponerte tu camisa azul o verde?”*

*“¿Deberíamos almorzar queso a la parrilla o tacos?”*

*“¿Qué juego quieres jugar?”*

## Enseñe a su hijo la responsabilidad

**Asignar a su hijo tareas apropiadas para su edad ayudará a enseñarle a ser responsable.**

- ▶ Dé a su hijo la oportunidad de realizar tareas domésticas sencillas, como alimentar al perro, ayudar a poner la mesa, regar las plantas o ayudar a llevar comestibles.
- ▶ Haga que su pequeño sea responsable de quehaceres cotidianos, como recoger los juguetes, hacer la cama, y poner la ropa sucia en el cesto para lavado.
- ▶ Cuando dé una tarea a su hijo, asegúrese de que la complete. Es importante que los niños aprendan a terminar lo que empiezan.
- ▶ Elogie a su hijo por un trabajo bien hecho, así como por un buen esfuerzo. Haga el elogio tan específico como pueda. "Me gusta lo bien que pones los libros en el estante".

## Desarrollar rutinas

**Las rutinas para el sueño, las comidas, los quehaceres domésticos, y el juego, pueden brindar estabilidad a los jóvenes estudiantes. Lo que podría parecer una rutina simple para usted puede ser una fuente de bienestar y logro para su hijo.**

**Tener rutinas ayuda a que el día transcurra con menos contratiempos para todos.**

- ▶ Establezca una rutina para la mañana y la noche y asegúrese de que su hijo se acueste lo suficientemente temprano como para que duerma de 10 a 11 horas.
- ▶ Haga que la selección de la ropa para el día siguiente forme parte de la rutina de su hijo antes de acostarse. Dará a su hijo una sensación de control y logro, y hará que sea más fácil prepararse para la escuela por la mañana.

# Desarrollo de habilidades matemáticas en prekindergarten



En prekindergarten, los niños desarrollan habilidades de preparación para las matemáticas, habilidades que los ayudarán a hacer operaciones matemáticas más complicadas en los años venideros.

## Actividades de matemáticas

Estas son algunas de las habilidades en las cuales su hijo probablemente trabajará en prekindergarten.

- ▶ contar (incluso comprender lo que significa "cuántos")
- ▶ clasificar artículos por color o forma
- ▶ comparar objetos al usar términos como más grande, más pequeño, más y menos
- ▶ identificar y crear formas

## Búsqueda de números en la vida cotidiana

A lo largo del día, busque oportunidades para contar artículos, comparar y clasificar objetos y usar números.

- ▶ Mientras conduce por la comunidad, señale los números que vea en los edificios, vallas publicitarias, placas de calles, y casas.
- ▶ Cuando vea un número, pregunte qué número sigue. "Estamos leyendo la página 11. ¿Qué número viene después del 11?"
- ▶ Hable acerca de los números que ve en artículos como calendarios y relojes.
- ▶ Haga que su hijo cuente las zanahorias en su plato, las monedas en su monedero o los calcetines que saca de la secadora. Antes de comer una bolsa de M&M, pida a su hijo que cuente cuántos hay de cada color.

## Comparar y clasificar

Comparar y clasificar elementos ayuda a los niños a identificar relaciones, una habilidad que es necesaria para un aprendizaje de matemáticas más complejas.

- ▶ Para ayudar a su hijo a comprender términos descriptivos como más, menos, más grande, más pequeño, más alto, más bajo, igual y diferente, busque oportunidades para comparar objetos por tamaño, forma y peso, como “¿Qué árbol es más alto?”
- ▶ Clasificar artículos para el hogar, como calcetines, por tamaño y/o color.
- ▶ Tomar cambio y clasificarlo en grupos de monedas de centavo, cinco centavos, diez centavos y veinticinco centavos.
- ▶ Ordenar Legos o bloques por tamaño y color.

## Jugar juegos de matemáticas

Jugar juegos que involucran contar y números es una excelente manera de aprender matemáticas, y es divertido para todos.

- ▶ Jueguen juegos de cartas como *Go Fish* o juegos de mesa que requieran contar espacios a medida que se avanza.
- ▶ Jueguen juegos que involucren anotar puntos, como lanzar bolas de papel a una cesta.

## Hablen acerca de números importantes

Relacionar números con cosas importantes en la vida de su hijo hace que los números sean más significativos.

- ▶ Haga una tabla que muestre la altura de su hijo. “¡Has crecido 5 centímetros este año!”
- ▶ Usen un calendario para contar los días que faltan para un evento especial. “Contemos cuántos días faltan para tu cumpleaños”.

# Desarrollo de habilidades



## motoras en prekindergarten

El desarrollo de habilidades motoras ayudará a su hijo a tener más confianza en sí mismo, tanto dentro como fuera del salón de clases.

### Habilidades motoras gruesas

Las habilidades motoras gruesas implican el movimiento de los músculos de los brazos, las piernas y el torso. Las habilidades motoras gruesas se utilizan en el patio de recreo, en los deportes y en otras actividades físicas.

A los 4 a 5 años de edad, su hijo debe poder hacer lo que sigue:

- ▶ correr, saltar y trepar bien
- ▶ mantener el equilibrio y saltar sobre un pie
- ▶ saltar alternando los pies
- ▶ caminar hacia adelante y hacia atrás en una barra de equilibrio
- ▶ lanzar una pelota y cazarla con las dos manos
- ▶ mantener el impulso en un columpio

### Desarrollo de habilidades motoras gruesas

Algunas maneras en que puede ayudar a desarrollar las habilidades motoras gruesas de su hijo son:

- ▶ Jugar a cazar una pelota en el patio trasero o a patear un balón de fútbol de un lado a otro.
- ▶ Llevar a su hijo al parque a correr, columpiarse en el equipo del área de juegos.
- ▶ Dibujar un juego de avión para practicar saltando y pararse sobre un pie.
- ▶ Caminar por senderos que impliquen trepar y sortear obstáculos.

## Habilidades motoras finas

Las habilidades motoras finas implican el movimiento de los músculos de las manos y los dedos. Se necesitan habilidades motoras finas para realizar tareas como dibujar, cortar, colorear y escribir.

A los 4 a 5 años de edad, su hijo debería poder hacer lo que sigue:

- ▶ colorear en su mayor parte dentro de las líneas
- ▶ construir estructuras con bloques
- ▶ cortar con tijeras en línea recta
- ▶ asir y usar utensilios para escribir y colorear correctamente
- ▶ trazar líneas y formas básicas
- ▶ usar una cuchara sin derramar su contenido
- ▶ ensartar cuentas

## Desarrollo de habilidades motoras finas

Algunas maneras en que puede ayudar a desarrollar las habilidades motoras hijo son:

- ▶ Proporcione plastilina y arcilla para ayudar a fortalecer los músculos de las manos.
- ▶ Tenga siempre disponibles papel, lápices, marcadores y crayones para escribir y hacer garabatos.
- ▶ Proporcione tijeras de seguridad y revistas viejas para que su hijo haga recortes.
- ▶ Dibuje formas simples y haga que su hijo trate de trazar sobre ellas.
- ▶ Proporcione rompecabezas sencillos para que su hijo los arme.
- ▶ Practique abrocharse y desabrocharse una chamarra (abrigo), y abotonarse y desabotonarse una camisa.

# Desarrollo de habilidades de lectura en prekindergarten



En prekindergarten, los niños aprenden las letras, amplían su vocabulario y aprenden a pronunciar correctamente las palabras. Las que siguen son sólo algunas de las cosas que puede hacer con su niño en edad preescolar para ayudarlo a desarrollar sus habilidades de preparación para la lectura.

## Lea en voz alta a su hijo

Leer libros juntos amplía el vocabulario de los niños, estimula su imaginación y les enseña a escuchar. También fomenta un enlace especial entre usted y su hijo.

Mientras leen, hablen sobre la historia y las imágenes. Haga preguntas, como:

*“¿Qué crees que pasará a continuación?”*

*“¿Tú qué harías?”*

*“¿Cuál fue tu parte favorita?”*

*“¿Cómo crees que se sintió el personaje?”*

Mientras lee, mueva su dedo debajo de las palabras para ayudar a su hijo a aprender que la escritura va de arriba hacia abajo y de izquierda a derecha.

## Busque palabras en la vida cotidiana

Aumente el interés de su hijo por la lectura al mostrarle que las palabras nos rodean por todas partes.

- ▶ Busque palabras familiares en los letreros de las tiendas, placas de las calles, y vallas publicitarias.
- ▶ Mientras miran televisión, juegan o hacen mandados, señale las palabras que su hijo podría saber.

## Enseñe letras, sonidos y palabras

Aprender sobre letras, sonidos y palabras dará a su hijo la base que necesita para leer.

Mientras leen juntos, señale lo siguiente:

- ▶ Las letras mayúsculas son diferentes de las letras minúsculas.
- ▶ Algunas palabras comienzan con la misma letra. "Oye, tanto raqueta como red comienzan con la letra r".
- ▶ Algunas palabras riman. "Sombrero y dinero riman. ¿Puedes pensar en otra palabra que rime con sombrero y dinero?"

## Haga que practicar sea divertido

Aumente el interés de su hijo por la lectura al mostrarle que las palabras nos rodean, y encontrar maneras de practicar letras y sonidos.

- ▶ Tenga letras magnéticas en su refrigerador y pida a su hijo que encuentre letras específicas.
- ▶ Forme letras con plastilina, en crema de afeitar o al poner sal en una charola para hornear galletas.
- ▶ Canten juntos la canción del alfabeto.
- ▶ Hagan una búsqueda de letras en revistas viejas. Recorten imágenes y palabras que comiencen con una letra específica, y hagan un collage. Pueden ir un paso más allá y juntar todos los collages en un gran libro del alfabeto.
- ▶ Jueguen a "veo-veo". Veo una lámpara. ¿Puedes pensar en una palabra que comience con el mismo sonido que lámpara? Tomen turnos para escoger un objeto y pensar en una palabra que comience con el mismo sonido de letra.
- ▶ Lean canciones infantiles y libros favoritos una y otra vez para ayudar a su hijo a comenzar a reconocer mejor las palabras impresas.



# Desarrollo de habilidades



## sociales en prekindergarten

Prekindergarten es un periodo importante para ayudar a su hijo a desarrollar las habilidades sociales necesarias para hacer amigos, comunicar sus deseos y necesidades y adaptarse a diferentes situaciones sociales. A continuación se presentan algunos consejos para ayudar a su hijo a desarrollar habilidades sociales valiosas.

### Construir habilidades básicas

Si bien los niños tienen diferentes magnitudes de habilidades sociales, las que siguen son algunas habilidades básicas para trabajar con su hijo.

- ▶ Escuchar cuando otros están hablando.
- ▶ Mostrar interés en lo que están haciendo los demás.
- ▶ Empezar a tomar turnos con sus compañeros.
- ▶ Iniciar interacciones con otros.
- ▶ Comenzar a compartir juguetes con otros.
- ▶ Recordar los nombres de los amigos.
- ▶ Tener buenos modales.
- ▶ Sentir empatía por los niños que están tristes o molestos.

### Crear y vigilar oportunidades sociales

Brinde a su hijo oportunidades para que juegue e interactúe con otros. Comience con períodos cortos, y proporcione la supervisión de un adulto.

- ▶ Organice reuniones para jugar con compañeros de clase y busque oportunidades sociales con familiares y amigos.
- ▶ Trate de dejar que los niños resuelvan sus propias diferencias, pero manténgase al alcance del oído, de modo que pueda modelar el comportamiento de resolución de problemas si es necesario.

## Ayudar a desarrollar habilidades para hablar y escuchar

Para tener buenas habilidades sociales una persona debe ser capaz de comunicarse bien con los demás. La comunicación implica tanto hablar como escuchar, dos habilidades que usted puede ayudar a desarrollar.

- ▶ Pida a su hijo que le cuente qué hizo ese día. Haga preguntas específicas y escuche atentamente. “¿Con quién jugaste en el recreo?”.
- ▶ Visite nuevos lugares y hable sobre lo que ve y hace. Haga de cada salida una oportunidad para tener conversaciones, y una oportunidad para que su hijo aprenda vocabulario nuevo.
- ▶ Cuando le esté leyendo cuentos a su hijo, hágale preguntas para ayudarlo a mejorar sus habilidades de escucha. “¿Qué crees que pasará a continuación?”.
- ▶ Dé a su hijo instrucciones de dos o tres pasos para que las siga, y pídale que se las repita. “Lávate la cara, cepíllate los dientes y elige un libro para que lo leamos”.

## Enseñar una conducta social positiva

Ayude a su hijo a aprender conductas sociales positivas, y practicarlas.

- ▶ Jugar juegos. Los juegos ayudan a los niños a aprender a tomar turnos, y a ganar y perder.
- ▶ Ponga un buen ejemplo. Cuando los niños ven que sus padres son amables y tratan a los demás con respeto, es probable que hagan lo mismo.
- ▶ Elogie a su hijo cuando lo vea usando buenas habilidades sociales.
- ▶ Enseñe a su hijo a expresar sus sentimientos de tristeza y enojo con palabras.

# Desarrollo de habilidades de escritura en prekindergarten



Los niños pasan mucho tiempo en prekindergarten trabajando en habilidades de escritura emergentes, con un enfoque en aprender a sostener un lápiz correctamente y fortalecer los músculos de las manos.

Algunas cosas que puede hacer para ayudar a su hijo en edad preescolar a desarrollar sus habilidades de escritura son:

## Abastecerse de útiles escolares

Anime a su hijo a practicar la escritura al tener útiles fácilmente disponibles.

- ▶ Proporcione diferentes tipos de papel, crayones, lápices, marcadores y blocs de notas para colorear y garabatear.
- ▶ Los pizarrones y las pizarras de borrado en seco con gis y marcadores de varios colores brindan una manera divertida para que los niños practiquen la escritura.

## Desarrollar los músculos y las habilidades motoras de las manos

Los niños usan músculos fuertes en las manos para sostener un lápiz correctamente, y habilidades motoras finas para poder usar un lápiz para escribir.

- ▶ proporcione plastilina o arcilla para apretar, jalar y manipular para construir formas.
- ▶ arrugar trozos de periódico y lanzarlos a la papelería.
- ▶ ayude a su hijo a armar un rompecabezas, ensartar cuentas y construir con bloques.
- ▶ deje a su hijo cortar revistas con tijeras seguras para niños.

## Enseñar conceptos básicos de escritura

A esta edad, se trata menos de escribir las letras correctamente y más de desarrollar habilidades motoras y aprender la mecánica de la escritura. Ayude a su hijo a aprender la manera “correcta” de escribir.

- ▶ Demuestre a su hijo la forma correcta de asir un lápiz, y muéstrole cómo evitar que el papel se mueva.
- ▶ Hable acerca de cómo la escritura va de izquierda a derecha y de arriba abajo.
- ▶ Cuando esté listo, enseñe a su hijo a escribir su nombre con la primera letra en mayúscula y el resto en minúsculas.

## Haga que la práctica de escritura sea divertida

Busque formas divertidas e interesantes de practicar la escritura. A continuación se presentan tan solo unas pocas ideas.

- ▶ Use gis para la acera para practicar la escritura en la entrada para el automóvil, o en la acera.
- ▶ Escriban letras en ventanas empañadas.

## Practiquen la escritura cotidiana

Muestre a su hijo que la escritura es una parte importante de nuestra vida cotidiana, y que escribir tiene un propósito.

- ▶ Cuelgue un pizarrón en su casa y anime a su hijo a escribir y dibujar en él.
- ▶ Una vez que sea capaz de escribir su nombre, haga que su hijo firme tarjetas de cumpleaños y de felicitación, y que también firme y feche trabajos artísticos.
- ▶ Deje que su hijo le dicte una carta a un ser querido. A medida que se desarrollen sus habilidades, haga que su hijo escriba parte de la carta.