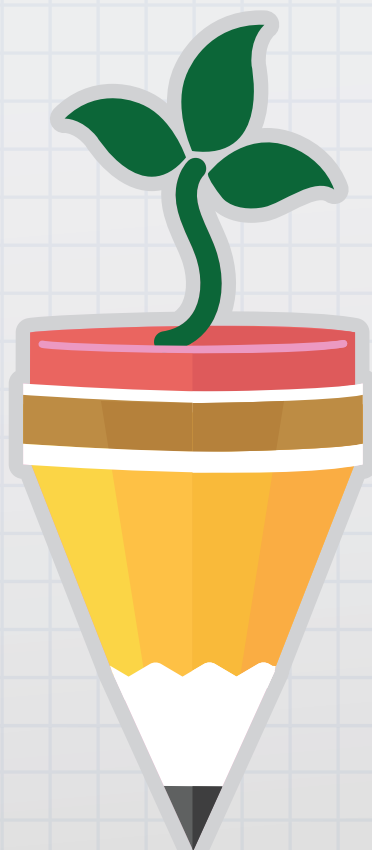

PREPÁRATE PARA LA ESCUELA

Los niños siempre están aprendiendo. Los adultos pueden ayudar a los niños a **prepararse académicamente**. Use esta guía de actividades simples y divertidas para desarrollar las habilidades de los niños para que sean exitosos en sus estudios y en sus vidas.



Estimados custodios,

¡Esta guía se elaboró para ustedes! Proporciona herramientas de uso fácil que ayudan a que sus hijos se preparen exitosamente para entrar a la escuela. Incluso, hay una lista de verificación para cada actividad. Usted puede trabajar en las mismas destrezas que usan los maestros de prekínder y kínder para saber si los niños están preparados para la escuela.

Nos encantaría que nos comentara cómo está usando esta guía y en que forma la podríamos seguir mejorando para que cubra sus necesidades.

¡Aquí está, para que cada niño tenga éxito en la escuela!

Laura Koenig

LAURA KOENIG

DIRECTOR SÉNIOR DE PLANOS Y CAMBIOS DE SISTEMAS

lkoenig@e3alliance.org



Obtenga más información sobre prekínder en el centro de Texas y acceda a esta guía y otros recursos útiles en: <https://e3alliance.org/pre-k>

E3 AllianceSM

Education Equals Economics

www.e3alliance.org



1

DESARROLLANDO DESTREZAS DE LENGUAJE

AYUDE A PREPARAR A LOS NIÑOS PARA LA ESCUELA

IMPORTANCIA: Hablar, contar y decir cuentos ayuda a los niños a aprender acerca del mundo que los rodea. Cuando se escucha a los niños se les ayuda a expresar sus ideas y pensamientos. Los niños aprenden más en la escuela cuando entienden el lenguaje y son capaces de expresarse.

ACTIVIDADES:

1. ● CONTAR CUENTOS:

Cuénteles a los niños historias de cuando usted era un niño.

Las historias pueden ser sencillas

- Su día festivo favorito
- Su comida favorita
- Algún momento en el que estuvo contento o triste

2. ● DESCRIBA LO QUE ESTÁ HACIENDO CUANDO LO ESTÉ HACIENDO

Decir lo que está haciendo mientras lo está haciendo incrementa el vocabulario de su hijo. Hablar acerca de limpiar la casa, preparar la cena, o manejar en la calle, ayuda a incrementar el vocabulario de su hijo. ¡Entre más palabras conozca, más herramientas tendrá para el aprendizaje y lenguaje! Piense en cuantas palabras podría usar cuando está doblando la ropa limpia:

- | | | |
|------------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Suave | <input type="checkbox"/> Blanco | <input type="checkbox"/> Anaranjado |
| <input type="checkbox"/> Brillante | <input type="checkbox"/> Calcetín | <input type="checkbox"/> Azul |
| <input type="checkbox"/> Metal | <input type="checkbox"/> Toalla | <input type="checkbox"/> Tibio |
| <input type="checkbox"/> Oscuro | <input type="checkbox"/> Morado | <input type="checkbox"/> Húmedo |

Cuando los niños tocan, ven o sienten algo forman un recuerdo de esa palabra. Cuando el niño tiene un recuerdo de una palabra, será capaz de entender el uso de esa palabra.





HAGA PREGUNTAS:

- 1 Pídale a su hijo que le vuelva a contar un cuento.
- 2 Pregunte a su hijo sobre sus cosas favoritas y escúchelo.
- 3 Pídale a su hijo que señale signos con sus letras, números o colores favoritos.
- 4 Pregunte a su hijo que es lo que quiere hacer y porqué.
- 5 Pregunte a su hijo cuáles tres cosas lo hicieron sentir feliz hoy.
- 6 Pregunte a su hijo cuáles tres cosas lo hicieron sentir triste hoy.



LISTA DE VERIFICACIÓN



Mientras hace estas actividades, piense en las destrezas que su hijo está desarrollando y que le ayudarán a prepararse para la escuela. Estas destrezas pueden ayudar a los niños a empezar la escuela bien preparados.

El niño es capaz de expresar sus necesidades, por ejemplo, "Quiero jugar".

El niño es capaz de decirles a otras personas que hacer, por ejemplo, "Vete".

El niño usa el lenguaje para hacer contacto con otros, por ejemplo, "Vamos a jugar".

El niño usa el lenguaje para expresar su opinión o sentimientos, por ejemplo, "Me gusta el helado".

El niño usa el lenguaje para saber más acerca de algo, por ejemplo, "¿Cómo vuelan los aviones?"

El niño usa el lenguaje para crear, por ejemplo, "Seré un monstruo y tú puedes ser un dragón".

El niño usa el lenguaje para comunicar hechos, por ejemplo, "La lluvia ayuda para que las plantas crezcan".

El niño es capaz de contar o actuar un cuento después de haberlo escuchado.

El niño es capaz de hablar en oraciones completas, por ejemplo puede decir, "Necesito ayuda", en vez de solo decir "ayuda".

El niño usa una variedad de palabras.

Consejos gratis por mensajes para padres y cuidadores de niños menores de 8!

textea **SMARTATX** al 274448

lee canta
habla juega

¡todos los días!

bright by text
brightbytext.org

*Tarifas sms y datos pueden aplicar. Manda STOP al 274448 para parar.



IMPORTANCIA: Hablar, contar y decir cuentos ayuda a los niños a aprender acerca del mundo que los rodea. Cuando se escucha a los niños se les ayuda a expresar sus ideas y pensamientos. Los niños aprenden más en la escuela cuando entienden el lenguaje y son capaces de expresarse.

ACTIVIDADES:

1. ● CANTAR CANCIONES:

Las canciones sencillas para niños les enseñan acerca del ritmo y verso, y los niños pueden aprender lo mismo al escucharla cantar su canción favorita.

Aquí hay algunas canciones sencillas que usted puede usar:

- Row, Row, Row your boat, gently down the steam. Merrily, merrily, merrily, merrily life is but a dream.
- The itsy-bitsy spider went up the water spout. Down came the rain and washed the spider out! Out came the sun and dried up all the rain, and the itsy-bitsy spider went up the spout again.
- You are my sunshine, my only sunshine. You make me happy when skies are gray. You'll never know dear, how much I love you. Please don't take my sunshine away.

También hay muy buenas canciones acerca de los colores que están disponibles en [youtube.com](https://www.youtube.com).

Para más recursos de música infantil, visite www.pbs.org.



2. ● TIEMPO PARA RIMAS

La lectura de cuentos sencillos que riman, como "Green Eggs and Ham" o algún libro de canciones infantiles, ayuda a los niños a escuchar los sonidos en las palabras. Cuando usted lee con su hijo, puede detenerse y pedirle que termine la rima. Esto lo puede hacer con libros, rimas o canciones infantiles. Hasta usted puede crear sus propias rimas. Aquí hay un ejemplo de una rima infantil que le puede parecer familiar:

Adulto: *Jack and Jill*
Went up the _____
Niño: *hill!*



LISTA DE VERIFICACIÓN



Mientras hace estas actividades, piense en las destrezas que su hijo está desarrollando y que le ayudarán a prepararse para la escuela. Estas destrezas pueden ayudar a los niños a empezar la escuela bien preparados.

El niño es capaz de completar las rimas la mayor parte del tiempo.

El niño es capaz de cantar canciones conocidas.

EL niño es capaz de aplaudir junto con las canciones.

El niño es capaz de hacer movimientos con los dedos al escuchar canciones conocidas.

Consejos gratis por mensajes para padres
y cuidadores de niños menores de 8!

textea **SMARTATX** al 274448

lee   canta
 habla  juega

¡todos los días!


bright by text
brightbytext.org

*Tarifas sms y datos pueden aplicar. Manda STOP al 274448 para parar.



IMPORTANCIA: Los niños aprenden de las experiencias diarias. Cualquier momento es un momento de aprendizaje para los niños. En la tienda, los niños pueden aprender a seguir las reglas, hacer planes y aprenden nuevas palabras. Estas actividades pueden hacerse cuando usted sale con sus hijos. Ir al parque, usar el autobús e ir a la biblioteca son muy buenas actividades para aprender reglas y palabras nuevas.

ACTIVIDADES:

Consejos importantes: ¡Ir de compras puede ser agotador! Antes de hacerlo, asegúrese de que tanto usted como su hijo coman un bocadillo saludable. Cuando los niños tienen hambre, es más probable que agarren productos en la tienda (¡y también usted!). Los bocadillos con poca azúcar pueden ayudar a que tanto los niños como los adultos se enfoquen y se comporten bien.

SUGERENCIAS DE BOCADILLOS:

- ✓ pasas
- ✓ galletas saladas
- ✓ zanahorias
- ✓ queso
- ✓ fruta fresca
- ✓ nueces
- ✓ yogurt

1. ● HABLE SOBRE LOS PRODUCTOS QUE VE EN LA TIENDA

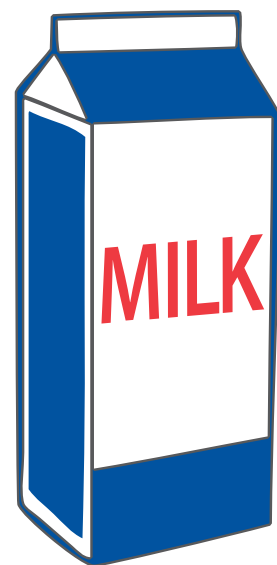
Esta es una excelente manera de aprender nuevas palabras. El área de alimentos frescos es un muy buen lugar para hablar de cómo se ven, sienten y huelen los diferentes productos.

Primero, empiece por describir lo que usted ve, luego pregúnteles a sus hijos que ven ellos. Aquí están algunas frases que puede usar:

- “Hoy los aguacates están muy suaves, ¿quieres tocarlos? Tiene lugares duros, pero esta parte — está muy suave”.
- “Oh, mira esas manzanas son rojas, pero estas otras son verdes”.
- “¿Qué color es este?”
- “Háblame de la manzana”, ¿Qué es lo que ves, hueles, sientes?
- “¿Cuántas palabras puedes usar para describir el plátano? Vamos a contar”.
- “Me encantan como huelen las naranjas, muy frescas”.

2. ● HAGA UNA LISTA DE COMPRAS

Haga una lista de compras. Tener una lista ayuda a que los niños se interesen y participen.



A. Ayude a su hijo a hacer su propia lista con solo 3 o 4 artículos. Esto le ayuda a practicar su escritura o a sujetar un lápiz, aun si solo hace garabatos o dibujos de los artículos en su lista. Si su hijo quiere escribir palabras, puede ayudarlo escribiendo una palabra para que él la copie en su lista. Su hijo puede practicar palabra por palabra. También, ayude a su hijo a escribir su nombre en la parte superior de la lista.

Juan

- Leche
- Pan
- Manzanas

B. Haga que su hijo cuente el número de artículos que quedan en la lista y táchelos al ir poniéndolos en el carrito.

C. Pídale a su hijo que busque artículos que empiecen con letras. "Busca la 'L' de 'Leche'. Bien, ahora táchala de la lista; ¡La encontramos!



LISTA DE VERIFICACIÓN



Mientras hace estas actividades, piense en las destrezas que su hijo está desarrollando y que le ayudarán a prepararse para la escuela. Estas destrezas pueden ayudar a los niños a empezar la escuela bien preparados.

El niño puede hacer marcas que parezcan letras.

El niño puede escribir su primer nombre.

El niño puede identificar por lo menos 20 letras mayúsculas y 20 minúsculas.

El niño puede decirle que es lo que sigue en una serie, un plan o un cuento.

El niño puede usar palabras que describan las cosas de la tienda.

El niño es capaz de concentrarse en una tarea por varios minutos (haciendo la lista o buscando artículos en la tienda).

El niño es capaz de describir objetos con una variedad de palabras, por ejemplo, "es amarillo, espinoso y huele dulce".

Consejos gratis por mensajes para padres y cuidadores de niños menores de 8!

textea **SMARTATX** al 274448

lee canta
habla juega

¡todos los días!

bright by text
brightbytext.org

*Tarifas sms y datos pueden aplicar. Manda STOP al 274448 para parar.

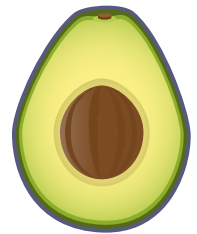


IMPORTANCIA: Las reglas ayudan a que el niño se mantenga seguro. Las reglas también guían a los niños en cuanto a lo que la gente espera de ellos. Para seguir las reglas, los niños necesitan entenderlas y recordarlas. Cuando los niños ayudan a crear reglas, les ayuda a pensar en lo que necesitan hacer. Ayuda a los niños a recordar cuáles son las reglas y porqué son necesarias. También les da la oportunidad de hacer preguntas. **RECUERDE,** el seguir las reglas es un hábito que requiere práctica.

ACTIVIDADES:

1. ● HABLE CON SU NIÑO ACERCA DE LAS REGLAS PARA LAS ACTIVIDADES

A. ¿Qué reglas se necesitan para que la tienda sea un lugar seguro? ¿Necesita que sus hijos estén cerca de usted, o que vayan de su mano? Haga que sus niños le ayuden a establecer las reglas antes de que vayan a la tienda, parque o biblioteca. Los niños entienden por qué deben seguir las reglas cuando se les explican las razones por las que se establecen.



B. Aquí hay unas frases que puede decirle a su hijo:

- "Necesitamos tener cuidado en la tienda. Hay mucha gente, y yo no quiero perderte de vista porque te podrías perder. ¿Qué otras cosas necesitamos recordar para tener cuidado?"
- "Necesitamos comprar comida que nos ayude a crecer. Los dulces no ayudan a que nuestros cuerpos crezcan ¿Qué alimentos son buenos para nosotros?"
- Mantenerse positivo es importante. Los niños aprenden mejor cuando están tranquilos. Si los niños no siguen las reglas, acérquese a ellos poniéndose a la altura de los ojos, hable con ellos calmada y brevemente. "Nuestra regla es que me agarres de la mano, para que estés seguro. Por favor dame la mano".
- ¿Qué otras frases puede decir?:

2. ● **HAGA UN PLAN:**

Hable con su hijo acerca de cuál es el plan para una actividad: Lo que quiere hacer primero, lo que sigue y lo último. Los niños sienten menos ansiedad cuando saben lo que va a pasar. Esto ayuda a que los niños entiendan el orden de las cosas. Les puede ayudar a desarrollar razonamiento estratégico, y a tener paciencia.



LISTA DE VERIFICACIÓN



Mientras hace estas actividades, piense en las destrezas que su hijo está desarrollando y que le ayudarán a prepararse para la escuela. Estas destrezas pueden ayudar a los niños a empezar la escuela bien preparados.

El niño ayuda a desarrollar las reglas.

El niño puede seguir las reglas la mayor parte del tiempo con solo unos cuantos recordatorios.

El niño puede decirle que es lo que sigue en una serie, plan o cuento.

El niño es capaz de concentrarse en una tarea por varios minutos (al establecer las reglas o escuchar el plan).

Consejos gratis por mensajes para padres
y cuidadores de niños menores de 8!

textea **SMARTATX** al 274448

lee   canta
 habla  juega

¡todos los días!


bright by text
brightbytext.org

*Tarifas sms y datos pueden aplicar. Manda STOP al 274448 para parar.



IMPORTANCIA: Al leerles a los niños se les ayuda a estar listos para convertirse en lectores. Al leerles a los niños se les comunica que las letras representan palabras y que las palabras representan ideas. Los niños también aprenden cómo coger un libro, pasar las páginas y que los dibujos ayudan a contar un cuento. ¡Todas estas destrezas juntas ayudan a los niños a prepararse para leer! El tiempo que se pasa tranquilamente junto a los niños le ayuda a relajarse, sentirse bien y procesar con calma lo que están aprendiendo. Cuando pasa tiempo leyendo con sus hijos, les está comunicando que leer es hacer algo bueno e importante. Leer en la casa, en el auto o en el consultorio del doctor es una manera valiosa de pasar tiempo con los niños.

ACTIVIDADES:

● LEER, LEER, Y RELEER

A los niños les encanta leer los libros una y otra vez. Leer los cuentos una y otra vez ayuda a que los niños entiendan más y más sobre las palabras del cuento. Los niños verán los dibujos y las palabras en las páginas y empezarán a hacer conexiones. Empezarán a entender que "Había" empieza con la letra "H". Los cuentos tienen un inicio, una mitad y un final. En cuanto más cuentos escuchen los niños, más reconocerán este patrón. Hágale preguntas a su hijo acerca de las palabras del libro y del cuento. Hable acerca de un cuento antes, durante y después de que lea con ellos. Esto les ayuda a los niños a pensar más acerca de los que están escuchando y viendo.

- "¿Puedes encontrar una palabra que empiece con la letra 'C'?"
- "¿Cómo piensas que él se siente?"
- "¿Te gustó el cuento? ¿Por qué?"
- "¿Qué crees que pasa en el cuento?"
- "¿Qué crees que pasará después?"
- "¿Qué pudo haber pasado en vez de eso?"
- "¿Quién fue tu personaje favorito en el cuento?"

● NECESITA AYUDA PARA ENCONTRAR UN LIBRO:

Hay ayuda para escoger libros para niños en [PBS.org](https://www.pbs.org)

Los libros gratuitos están disponibles en las bibliotecas locales y en línea (busque libros electrónicos gratuitos).





LISTA DE VERIFICACIÓN



Mientras hace estas actividades, piense en las destrezas que su hijo está desarrollando y que le ayudarán a prepararse para la escuela. Estas destrezas pueden ayudar a los niños a empezar la escuela bien preparados.

El niño sostiene el libro en la posición correcta.

El niño le da vuelta a la página del libro, con el propósito de ver los dibujos o para que se lo lean.

El niño puede repetir un cuento después de que lo leyeron en voz alta.

El niño puede identificar los personajes de un libro.

El niño puede describir el inicio, mitad y final de un cuento.

El niño entiende y puede identificar los sentimientos de un personaje del cuento.

El niño puede poner atención a la lectura en voz alta de un libro infantil corto.

Consejos gratis por mensajes para padres
y cuidadores de niños menores de 8!

textea **SMARTATX** al 274448

lee   canta
 habla  juega

¡todos los días!


bright by text
brightbytext.org

*Tarifas sms y datos pueden aplicar. Manda STOP al 274448 para parar.



IMPORTANCIA: Los niños tienen emociones fuertes. Son impulsivos. Con frecuencia los niños expresan sus sentimientos mediante un mal comportamiento y pueden lastimar a los demás. Al hablar con los niños de los sentimientos intensos se les puede ayudar a que piensen antes de actuar. Cuando un niño puede decirle a un adulto lo que les está molestando se sienten menos frustrados y pueden obtener ayuda. Un niño que dice "¡Estoy enojado!" en lugar de empujar a alguien, se mete en menos problemas. Los adultos pueden mostrarles a los niños cómo calmarse y ser respetuosos y amables con los demás. Los adultos también pueden ayudar a los niños a identificar y entender sus sentimientos.

ACTIVIDADES:

● HABLE ACERCA DE SUS SENTIMIENTOS:

A. Es muy importante hablar a fondo con el niño sobre lo que él está sintiendo, y de platicar y ponerle el ejemplo de cuál es la forma apropiada de manejar sus sentimientos con los demás. Hable de cómo se siente usted diariamente, y pregúntele a su hijo como se siente él. Está bien tener emociones negativas y positivas y compartirlas con su hijo. Esto lo puede hacer en cualquier momento. Aquí hay unas frases que quizá quiera practicar con su hijo:

- "Me siento frustrada porque se nos hizo tarde".
- "Me da mucho gusto de que te hayas acordado de lavarte las manos".
- "Ha sido un largo día; estoy cansada".
- "Me emociona mucho que vamos a disfrutar un tiempo juntos".

B. ¿Cómo se siente su hijo? ¿Se siente contento, triste, frustrado, enojado, aburrido, cansado o con hambre? Hable con su hijo acerca de sus sentimientos. Véalo a la cara y diga lo que ve. Esto ayuda a los niños a identificar las palabras que correspondan a sus sentimientos. Cuando los niños pueden identificar sus sentimientos les ayuda a expresarse usando palabras en lugar de acciones. También les ayuda a reconocer cómo se sienten otras personas.

- "Tu cara y cejas están fruncidas, te ves frustrado."
- "Te ves muy sonriente y se ve que estás muy orgulloso de haber hecho esa canasta".
- "Me doy cuenta que te sientes avergonzado porque andas con la cabeza baja y te ves preocupado".
- "Acabas de derribar los bloques y los aventaste al otro lado del cuarto. Te ves enojado".





ENFADADO



FRUSTRADO



FELIZ



Triste



Alegre



Confundido



Cansado



Avergonzado



Orgullosa



LISTA DE VERIFICACIÓN



Mientras hace estas actividades, piense en las destrezas que su hijo está desarrollando y que le ayudarán a prepararse para la escuela. Estas destrezas pueden ayudar a los niños a empezar la escuela bien preparados.

El niño puede identificar y nombrar sus propios sentimientos.

El niño puede identificar y nombrar los sentimientos de otras personas.

EL niño dará consuelo a alguien que se haya lastimado o esté triste.

El niño raramente lastima, amenaza o grita a niños o adultos.

Consejos gratis por mensajes para padres
y cuidadores de niños menores de 8!

textea **SMARTATX** al 274448

lee canta
habla juega

¡todos los días!

*Tarifas sms y datos pueden aplicar. Manda STOP al 274448 para parar.

bright by text
brightbytext.org



IMPORTANCIA: Una parte muy importante de ir a la escuela consiste en estar en el salón con otros niños y llevarse bien. Las familias pueden hacer varias cosas para ayudar a preparar a los niños a jugar y aprender con sus amigos. Los niños también aprenden muchas cosas unos de otros. Las oportunidades de jugar con otros niños pueden ser muy buenas experiencias para ellos.

ACTIVIDADES:

1. ● JUGAR CON OTROS NIÑOS:

Los niños pueden jugar con otros niños en los parques, albercas y lugares de recreo. Estas interacciones pueden ayudar a su hijo a desarrollar importantes destrezas para usar en la escuela. Si los niños no se llevan bien, anímelos a arreglar las cosas juntos haciéndoles unas preguntas sencillas:

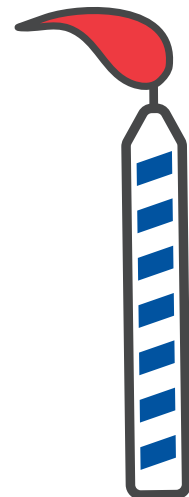
- "Parece que los dos quieren mandar, ¿cómo van a solucionar eso?"
- "¿Qué es lo que los dos piensan que sería lo más justo?"
- "¿Cómo pueden jugar juntos sin lastimarse?"

2. ● QUÉ HACER CON LOS SENTIMIENTOS INTENSOS:

Planee con su hijo qué es lo que puede hacer con los sentimientos INTENSOS: entusiasmado, feliz, enojado, triste. Cuando los niños sienten una gran emoción, pueden reaccionar físicamente. Tener un plan les podría ayudar a expresar sus emociones.

Estrategias para las emociones fuertes:

- Tomar aire profundamente y sacar el aire despacio, como si soplara una vela de cumpleaños. Repetir hasta que se sienta más tranquilo.
- Frotarse las manos hacia adelante y hacia atrás.
- Apretar una almohada o algún objeto suave.
- Saltar en un lugar.
- Si es seguro, correr en círculos durante 10 segundos.
- Contar hasta tres despacio y después hablar sobre lo que siente.
- Hable con su hijo sobre lo que le ayuda a sentirse más relajado y ayúdele a usar esa estrategia regularmente.





LISTA DE VERIFICACIÓN



Mientras hace estas actividades, piense en las destrezas que su hijo está desarrollando y que le ayudarán a prepararse para la escuela. Estas destrezas pueden ayudar a los niños a empezar la escuela bien preparados.

El niño compartirá espacio con otros niños.

El niño compartirá juguetes o comida con otros niños.

El niño participará en la resolución de conflictos.

El niño seguirá la iniciativa de otro niño.

El niño tomará el papel de líder en un grupo.

El niño raramente lastima, amenaza o grita a niños o adultos.

Consejos gratis por mensajes para padres
y cuidadores de niños menores de 8!

textea **SMARTATX** al 274448

lee   canta
 habla  juega

¡todos los días!


bright by text
brightbytext.org

*Tarifas sms y datos pueden aplicar. Manda STOP al 274448 para parar.



IMPORTANCIA: Una rutina habitual puede ayudar a los niños a pasar de una actividad a otra más fácilmente. Los niños tendrán un horario muy estructurado en la escuela. En la casa, tener una rutina estructurada puede ayudar a que los niños se sientan seguros. Los niños se sienten más cómodos cuando saben lo que va a pasar después. Los niños que son capaces de seguir un horario y una rutina, estarán mejor preparados para ir la escuela.

ACTIVIDADES:

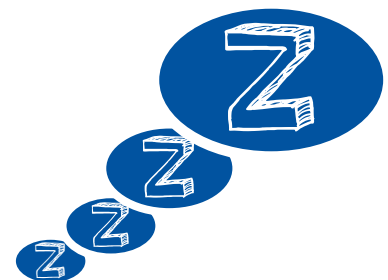
1. ● **LAS RUTINAS NO SE TIENEN QUE SEGUIR EXACTAMENTE** al minuto; simplemente tienen que seguir una secuencia predecible de eventos. Por ejemplo, una rutina simple por la mañana podría ser:
 - Primero nos despertamos
 - Hacemos la cama
 - Después vamos al baño y nos lavamos las manos
 - Nos vestimos
 - Después, tomamos el desayuno

Si usted le dice a su hijo cuál es la rutina y la sigue, él la entenderá y podrá planear el día, y también saber qué es lo que usted espera. ¿Necesita hacer la cama, lavarse las manos o guardar los juguetes? Si él sabe que eso es parte de su rutina, entonces se acostumbrará a tener responsabilidades. Por supuesto, no todos los días son iguales, y a veces ocurren cosas inesperadas. Siempre es una buena idea que usted le haga saber a su hijo que a veces puede haber un cambio de planes.

2. ● **RUTINAS PARA LA SIESTA Y PARA IR A LA CAMA:**

Asegúrese de que su hijo duerme las horas que necesita. Los niños de entre 3 a 6 años suelen necesitar por lo menos de 10 a 12 horas de sueño cada día. Eso significa que los niños que tienen que llegar a la escuela a las 7:30 de la mañana, deben irse a dormir entre las 7 y las 9 de la noche. Como muchos padres ya saben, el irse a dormir puede ser una transición difícil para algunos niños. Tener un rutina puede ayudar a que esa transición sea más fácil. Una rutina típica podría ser:

- Cena
- Un actividad corta (jugar con bloques, jugar, cantar)
- Prepararse para el día siguiente (ordenar, sacar los platos, dejar la ropa preparada, etc)
- Baño
- Leer libros en la cama
- Apagar las luces



3. ● OTRAS RUTINAS QUE PUEDEN AYUDAR:

- Haga que su hijo le ayude a crear una rutina diaria
- Ponga la hoja con la rutina del día en la puerta del refrigerador a la altura de los ojos de su hijo
- Use símbolos (sol para la mañana, luna para la noche, flores, animales) para cada rutina
- Tome una foto de su hijo haciendo cada actividad y colóquela al lado de la rutina en la tabla
- Anime a su hijo preguntándole, "¿Qué es lo siguiente que hay en tu tabla?"
- Alabe el esfuerzo, no a su hijo. En lugar de decir, "buena niña" o "buen niño" ponga más énfasis en su trabajo, por ejemplo, "Te lavaste los dientes esta noche justo después de tu baño. Deberías estar orgulloso de haberte acordado de hacer eso".



LISTA DE VERIFICACIÓN



Mientras hace estas actividades, piense en las destrezas que su hijo está desarrollando y que le ayudarán a prepararse para la escuela. Estas destrezas pueden ayudar a los niños a empezar la escuela bien preparados.

El niño puede pasar de una actividad a otra con facilidad.

El niño es capaz de decir qué actividad viene después en una secuencia de eventos.

El niño es capaz de acabar actividades de su rutina habitual (ordenar su cuarto o lavarse los dientes), con pocos recordatorios.

El niño es capaz de seguir todos los pasos para ir al baño y lavarse las manos sin ayuda.

El niño es capaz de seguir instrucciones de dos pasos, por ejemplo, "Ponte los zapatos y cepíllate el cabello".

El niño es capaz de seguir instrucciones de tres pasos a menudo, por ejemplo, "Levanta la basura del suelo, ordena los juguetes y ve al baño."

Consejos gratis por mensajes para padres
y cuidadores de niños menores de 8!

textea **SMARTATX** al 274448

lee canta
habla juega

¡todos los días!

bright by text
brightbytext.org

*Tarifas sms y datos pueden aplicar. Manda STOP al 274448 para parar.



IMPORTANCIA: Cuando los niños juegan, ¡aprenden mucho! Aprenden a seguir las reglas y ponen atención. Se autocontrolan. Un niño puede mejorar su memoria y aumentar su habilidad de resolver problemas cuando juega. El mantenerse activos físicamente también ayuda a los niños a mejorar su equilibrio y coordinación. Además, ¡es divertido!

ACTIVIDADES:

Hay muchos **JUEGOS SENCILLOS** a los que usted puede jugar con niños:

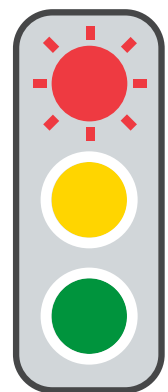


1. ● YO ESPÍO

- Juegue con dos jugadores como mínimo.
- Los jugadores tratan de adivinar lo que el otro jugador ve usando pistas, preguntas y respuestas.
- El jugador 1 busca algo que todos pueden ver. Puede ser un carro, una bicicleta, un edificio, un libro, un juguete, una camiseta – cualquier cosa. El jugador 1 empieza el juego diciendo, "Con mis ojitos veo algo _____". Dan una pista sobre el objeto, por ejemplo el color, la forma o para qué sirve el objeto.
- Los otros jugadores hacen preguntas sobre el objeto (tomando turnos si hay más de dos jugadores). ¿Es grande? ¿Es pequeño? El jugador 1 solo puede contestar "sí" o "no".
- Cuando un jugador piensa que tiene la respuesta, puede preguntar si es ese el objeto. "¿Es un libro?" Si lo adivina, él será el siguiente en buscar algo y dar la siguiente pista, "con mis ojitos veo algo _____". Si no adivina el objeto, el juego continúa hasta que otro jugador encuentre la respuesta correcta.

2. ● LUZ ROJA/LUZ VERDE:

- Juegue con dos jugadores como mínimo.
- Una persona es el "semáforo" y los otros jugadores intentan tocarlo.
- Al comenzar, los niños se ponen en fila a 10 pies del "semáforo".
- El "semáforo" da la espalda a la fila de niños y dice, "luz verde". En este momento los niños se pueden acercar al "semáforo".
- El "semáforo" dice, "¡luz roja!" y se gira. Si algún niño se mueve en "luz roja", queda eliminado.
- El "semáforo" se vuelve a girar y dice, "luz verde".
- El primer niño que alcance el "semáforo" gana.
- El "semáforo" gana si todos los niños quedan eliminados antes de que alguien pueda tocarlo.



3. ● SIMÓN DICE::

- Juegue con dos jugadores como mínimo.
- Una persona es el líder, "Simón".
- "Simón" manda a los otros jugadores hacer cosas (normalmente cosas chistosas).
- Los jugadores solo obedecerán las órdenes cuando Simón use la frase "Simón dice _____". Por ejemplo, si el líder dice "Simón dice toca tu cabeza", todos los jugadores deberán tocarse la cabeza.
- Si el líder dice, "Tóquense los pies", pero no dice, "Simón dice, tóquense los pies", cualquier jugador que se toque los pies quedará eliminado.
- El líder seguirá dando órdenes hasta que solo quede un jugador.
- Esa persona gana el juego y se convierte en el líder.

Simón dice,
¡Toca Tu cabeza!



LISTA DE VERIFICACIÓN



Mientras hace estas actividades, piense en las destrezas que su hijo está desarrollando y que le ayudarán a prepararse para la escuela. Estas destrezas pueden ayudar a los niños a empezar la escuela bien preparados.

El niño toma turnos en un juego.

El niño puede esperar su turno.

El niño puede seguir instrucciones.

El niño entiende las reglas del juego.

El niño le puede explicar las reglas del juego.

El niño es amable con los otros jugadores.

El niño no se frustra demasiado si no gana el juego.

El niño puede solucionar conflictos que surjan durante el juego.

El niño puede saltar con un pie.

El niño usa una variedad de palabras.

Consejos gratis por mensajes para padres
y cuidadores de niños menores de 8!

textea **SMARTATX** al 274448

lee canta
habla juega

¡todos los días!

bright by text
brightbytext.org

*Tarifas sms y datos pueden aplicar. Manda STOP al 274448 para parar.



IMPORTANCIA: Las letras son los bloques que construyen las palabras. Saber el abecedario es mucho más que cantar una canción. Los niños que pueden reconocer las letras e identifican los sonidos que éstas hacen, ¡están preparándose para convertirse en lectores!

ACTIVIDADES:

- Cante la canción del abecedario una y otra vez con sus hijos.
- Muestre a los niños letras mayúsculas y minúsculas (en libros, revistas, periódicos, anuncios, en productos del supermercado).
- Anime a su hijo a que haga un dibujo y le cuente una historia sobre éste. Escriba la historia al lado del dibujo.
- Escriba el nombre de su hijo y animelo a que practique escribiendo su propio nombre.
- Enseñe las letras usando los nombres – el de su hijo y el de sus hermanos, padres, y otras personas importantes para él.
- Anime a su hijo a usar los sonidos de las letras que conoce y que trate de escribirlas (“msa” para “mesa”).
- Compare las letras que se parecen (M y N) y que suenan parecido (V y F).
- Tomando turnos, jueguen a pensar en palabras que empiezan con el sonido “A” como “amigo” o “amarillo”, “B” como “balón” o “bombero”, etc.
- Lea libros a su hijo y señale las palabras que está leyendo. Pida a sus hijos que identifiquen las palabras que ven en los libros.
- Nombre los objetos habituales de la casa. Con un papel haga etiquetas para cosas como “mesa”, “silla”, “sofá”, “TV”, “lavamanos”.



Para más información sobre cómo aprender las letras visite [PBS.org](https://www.pbs.org).



Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hh



Ii Jj Kk Ll Mm Nn Ññ Oo Pp



Qq Rr Ss Tt Uu Vv Ww Xx Yy Zz



LISTA DE VERIFICACIÓN



Mientras hace estas actividades, piense en las destrezas que su hijo está desarrollando y que le ayudarán a prepararse para la escuela. Estas destrezas pueden ayudar a los niños a empezar la escuela bien preparados.

El niño es capaz identificar un mínimo de 20 letras mayúsculas.

El niño es capaz de identificar como mínimo 20 letras minúsculas.

El niño es capaz de identificar todas la letras de su nombre.

El niño es capaz de escribir su propio nombre.

Consejos gratis por mensajes para padres y cuidadores de niños menores de 8!

textea **SMARTATX** al 274448

lee canta habla juega

¡todos los días!

bright by text
brightbytext.org

*Tarifas sms y datos pueden aplicar. Manda STOP al 274448 para parar.



IMPORTANCIA: Los niños que pueden clasificar objetos son capaces de entender en qué se parecen las cosas y en qué se diferencian. Eso les ayuda a hacer conexiones. También les ayuda a entender el mundo. Cuando los niños pueden describir lo que ven y lo que saben, tienen más éxito en la escuela y eso les ayuda a poder resolver conflictos.

ACTIVIDADES:

1. ● CLASIFICAR LA ROPA PARA LAVAR:

Pida a su hijo que le ayude a clasificar la ropa para lavar.

- “¿Puedes encontrar todos los calcetines?”
- “¿Puedes encontrar todas las camisetas?”
- “¿En qué se parecen?”
- “¿En qué se diferencian?”
- “¿Cuántos tenemos?”

2. ● BUSCAR COSAS POR TODA LA CASA

(botones, latas, cajas, tenedores, cucharas, piedras, bellotas, etc.):

Pida a su hijo que describa y clasifique los objetos.

- “¿Puedes juntar todos los objetos rojos?”
- “¿Pueden juntar todos los objetos que se parecen?”
- “¿En qué se parecen estos objetos?”
- “¿En qué se diferencian estos objetos?”
- “¿Qué forma tienen estos objetos?”
- “¿Puedes ordenar los objetos de mayor a menor?”
- “¿Cuántos objetos hay en cada grupo?”





LISTA DE VERIFICACIÓN



Mientras hace estas actividades, piense en las destrezas que su hijo está desarrollando y que le ayudarán a prepararse para la escuela. Estas destrezas pueden ayudar a los niños a empezar la escuela bien preparados.

El niño puede clasificar una colección de objetos en grupos.

El niño puede describir en qué se parecen las cosas.

El niño puede describir en qué se diferencian las cosas.

El niño puede comparar los objetos de acuerdo al tamaño, forma y color.

Consejos gratis por mensajes para padres
y cuidadores de niños menores de 8!

textea **SMARTATX** al 274448

lee   canta
 habla  juega

¡todos los días!

bright  by text
brightbytext.org

*Tarifas sms y datos pueden aplicar. Manda STOP al 274448 para parar.



IMPORTANCIA: ¿Cuántos hay? ¿De qué color es? ¿Qué podemos hacer? Antes de que los niños puedan sumar o restar, tienen que contar, identificar y construir cosas. Estas destrezas son básicas para las matemáticas. Los números, formas y colores pueden ayudar a los niños a comprender y hablar de su mundo de una manera que tiene sentido para ellos y les ayuda a aprender y a estar listos para la escuela.




ACTIVIDADES:

1. ● ENCUENTRA EL NÚMERO:

Pida a su hijo que busque números a su alrededor y que cuente todo

- “¿Puedes ver el número 3 en nuestra puerta? Muéstramelo”.
- “Vamos a contar a los niños en la resbaladilla”.
- “Aprieta el 2 en el elevador”.
- “¿Cuántos tenemos?”

2. ● BUSCA LAS DIFERENTES FIGURAS DONDE ESTÉS:

- “¿Puedes encontrar un círculo en la casa?” 
- “¿Puedes encontrar un cuadrado en el autobús?” 
- “¿Puedes encontrar un triángulo afuera?” 

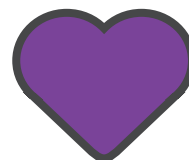
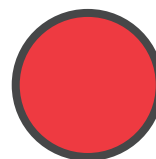
3. ● BUSCA DIFERENTES COLORES DONDE ESTÉS:

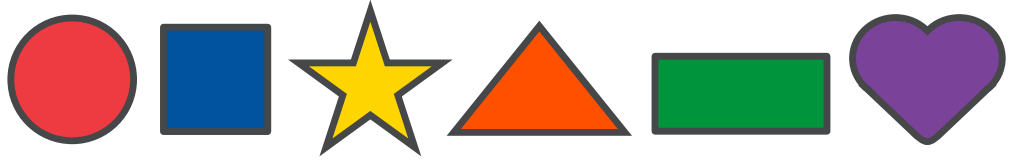
- “Nombra tres cosas que sean azules”.
- “¿Puedes encontrar algo amarillo?”
- “Muéstrame la flor roja”.

4. ● JUEGA CON BLOQUES:

Pida a su hijo que describa lo que están construyendo.

- “¿Qué formas usaste para construirlo?”
- “¿Por qué esa forma cabe mejor ahí?”
- “¿Lo puedes apilar de esta forma?”
- “¿Puedes poner juntos todos los bloques que son iguales?”
- “¿En qué se parecen?”





LISTA DE VERIFICACIÓN



Mientras hace estas actividades, piense en las destrezas que su hijo está desarrollando y que le ayudarán a prepararse para la escuela. Estas destrezas pueden ayudar a los niños a empezar la escuela bien preparados.

El niño puede identificar un cuadrado.

El niño puede identificar un círculo.

El niño puede identificar un triángulo.

El niño puede identificar un rectángulo.

El niño puede identificar el color rojo.

El niño puede identificar el color azul.

El niño puede identificar el color amarillo.

El niño puede identificar el color naranja.

El niño puede identificar el color amarillo.

El niño puede identificar el color morado.

El niño puede identificar los números 1, 2, 3, 4 y 5.

El niño puede contar hasta diez.

El niño le puede dar diez cosas contándolas.

1 2 3 4 5

Consejos gratis por mensajes para padres y cuidadores de niños menores de 8!

textea **SMARTATX** al 274448

lee canta
habla juega

¡todos los días!

*Tarifas sms y datos pueden aplicar. Manda STOP al 274448 para parar.

bright by text
brightbytext.org