

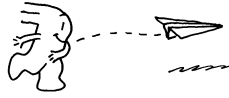
Early Years

TRABAJANDO JUNTOS PARA UN GRAN COMIENZO

Enero de 2017

Concerted Services, Inc.
Head Start Program

NOTAS BREVES



Vuelve a contarme un cuento

Escuchar cuentos y luego volver a contarlos prepara a su hija a la lectura. Cuando usted termine de leerle un libro, invite a su hija a que le cuente la historia con sus propias palabras. Mejorará en comprensión auditiva y practicará el vocabulario y las destrezas del lenguaje hablado cuando decida qué va a decir.

Probar nuevos alimentos

A la mayoría de los niños les gusta probar muestras gratuitas en la tienda. ¿Por qué no hacen una cata nutritiva en casa? Corten frutas, verduras y queso en bocaditos, ensártenlos en palillos para los dientes y ofrézcanle “muestras” a su pequeño. Disfrutará con la novedad y podría descubrir nuevos alimentos sanos que le gusten.

Voluntariado desde casa

Si usted trabaja durante el horario escolar o está en casa con un bebé, también puede donar su tiempo para ayudar en la clase de su hija. Pídale a la maestra tareas que pueda hacer en casa, como preparar manualidades o telefonar para organizar fiestas en clase. Su hija se sentirá a gusto sabiendo que usted es “ayudante de clase”.

Vale la pena citar

“¿Cuánto bien hay en un día? Depende de lo bien que lo vivas. ¿Cuánto amor hay en un amigo? Depende de cuánto le des”. *Shel Silverstein*

Simplemente cómico

P: ¿Qué hacen los muñecos de nieve en su tiempo libre?

R: Se refrescan.



Concentrar la atención

Prestar atención es una habilidad que su hijo puede desarrollar practicándola a lo largo del tiempo. Estas ideas le darán abundantes oportunidades.

Aproveche sus intereses

Mejore la concentración de su hijo aprovechando las actividades que le gustan. Por ejemplo, si disfruta ensamblando los raíles de su tren de juguete, sugiérale una forma o tamaño y luego deje que la construya.



Únase

Nada logrará que su hijo quiera perseverar con una actividad como que usted quiera también jugar. Encuentre cosas para hacer con él que requieran prestar atención. Podrían jugar a juegos de concentración como Luz Roja Luz Verde y Simón dice. O bien imaginen que son mimos y copien los movimientos que hace cada uno.

Evite las interrupciones

Cuando su hijo esté ocupado con algo, por ejemplo organizando sus bloques por colores, procure no interrumpirlo. Permitir que siga concentrado le ayudará a desarrollar por sí mismo su capacidad de atención.

Una más

Cuando su pequeño pierda interés por una actividad, animélo a que haga “una más” antes de parar: lanzar una canasta más, intentar mantener el equilibrio en la bici una vez más, colocar un libro más. Con el tiempo estos pequeños incrementos serán significativos.

Nota: Si le preocupa la capacidad de atención de su hijo, hable con su maestra. Ella puede decirle si ha observado algún problema.♥

Modos de tranquilizarse

Su hija puede controlar emociones como el enojo, la ansiedad y la frustración usando estos trucos para tranquilizarse en casa y en la escuela.

- **Un gran abrazo.** Quizá se siente abrumada. Dígale que se envuelva con sus propios brazos y los apriete mientras cuenta despacio hasta cinco.
- **Arenga para animarse.** Piensen en un mensaje positivo para que se lo repita cuando se sienta angustiada. *Ejemplo:* “Ya lo tengo”.
- **Respirar hondo.** ¿Se está enojando? Dígale a su hija que inhale profundamente y despacio haga la burbuja imaginaria más grande posible.
- **“Huesos de fideo”.** Para ayudarla a relajarse, pongan a prueba esta divertida técnica. Dígale que cierre los ojos e imagine que todos sus huesos son fideos serpenteantes.♥



Año nuevo, nuevas expectativas

¿Sabía usted que esforzarse por alcanzar una meta ayuda a su hija a crearse expectativas más altas y a lograrlas? Con estos pasos empezará el año nuevo con entusiasmo.

1. Anímela a que se ponga una meta como hacer un avión de papel o colocar su ropa limpia. *Consejo:* Que elija algo que sea un poco difícil, pero no imposible de



hacer. Las metas poco realistas pueden hacer que pierda motivación.

2. Cuando su hija esté aprendiendo algo, ofrézcale ser su ayudante. Usted podría hacer los dobles pequeños del avión después de que ella haga los grandes, por ejemplo. O simplemente ofrézcale ir al parque para hacer unos cuantos vuelos de práctica.

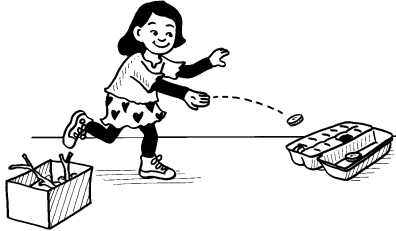
3. Alabe los esfuerzos de su pequeña en lugar de sus resultados. Por ejemplo, podría decirle: “Estás trabajando tanto para hacer esos aviones de papel. ¡Buen trabajo!” Se sentirá bien por haberse esforzado al máximo.

4. Una vez que consiga su meta, ayúdela a elegir una nueva.♥

RINCÓN DE ACTIVIDAD

Tiempo de arreglos

A veces, los mejores juguetes no son juguetes. Jugar con “partes sueltas” permite que su hija use su imaginación, que experimente, que razone ¡y que aprenda!



En primer lugar, reúnan objetos de uso cotidiano dentro y fuera de casa como tapas de botella, cintas, fichas de juego, clips de papel, piñas, ramitas, plumas, hojas y limpiapiipas. A continuación su hija podría:

- ✓ Lanzar clips de papel o tapas de botella a un cartón de huevos. Cuenten cuántos caen en cada sección.
- ✓ Colocar las fichas, ramitas y limpiapiipas para que formen letras o números.
- ✓ Hacer un montón de cosas que empiecen con la *p*: piedras, platos de papel, plumas.
- ✓ Diseñar una criatura con una piña, plumas, cintas y hojas.

Dígale a su hija que recoja nuevos materiales para mantener el interés.♥

NUESTRA FINALIDAD

Proporcionar a los padres ideas prácticas que promuevan el éxito escolar, la participación de los padres y un mejor entendimiento entre padres e hijos.

Resources for Educators,
una filial de CCH Incorporated
128 N. Royal Avenue • Front Royal, VA 22630
540-636-4280 • rfeustomer@wolterskluwer.com
www.rfeonline.com
ISSN 1540-5575

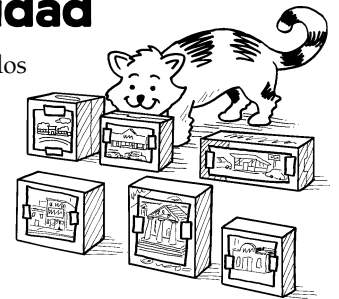
DE PADRE A PADRE

Mi pequeña ciudad

Durante el Día de los Abuelos en la escuela, mi nieto Jayden me mostró los proyectos de geografía que había hecho su clase. Hicieron una ciudad pegando fotos de edificios a cajas de comida vacías y colocándolas para formar calles y barrios.

A Jayden le encantó el proyecto así que decidí hacer algo semejante con él en mi casa. Recortó fotos de edificios—una ferretería, un supermercado, la oficina de correos—de revistas viejas y las pegó en cajas de mi bidón del reciclaje. Si no podía encontrar una imagen determinada, la dibujaba en papel y la añadía. Jayden colocó sus “edificios” formando una ciudad en el suelo de la cocina y circulamos por las “calles” con autos de juguete.

Ahora, cuando salimos, Jayden juega a encontrar edificios nuevos que pueda añadir, como el ayuntamiento o la comisaría de policía. ¡Está aprendiendo mucho sobre lo que da forma a una ciudad!♥



Estimular la honradez

P: Últimamente me he dado cuenta de que mi hijo tergiversa la verdad. ¿Cómo puedo enseñarle a que sea honesto?

R: No es infrecuente que los niños pequeños sean deshonestos sobre cosas que querrían fueran ciertas o para evitar meterse en problemas.

Cuando descubra a su hijo contando una mentira, recuérdelo con amabilidad la importancia de la verdad. Quizá le oyó comentarle a un amigo que había hecho un viaje en helicóptero.



Más tarde podría decirle: “Sabes que aún no has montado en helicóptero, pero quizá lo hagas algún día. Hasta entonces, digamos la verdad”.

Si le mintió a usted para evitar complicaciones, ayúdelo a aclarar la situación limitándose a los hechos. “Sé que te da miedo decirme que has roto el vaso, pero fue un accidente. Vamos a limpiarlo”.

Una actitud positiva y concentrarse en la verdad en lugar de enojarse enseñará a su hijo que ser honesto es algo seguro.♥