

nickelodeon™
OUR WORLD
BEYOND THE BACKPACK



nickelodeon

**ESTE LIBRO
PERTENECE A**



ÍNDICE

PÁG. 05: INTRODUCCIÓN

**PÁG. 06: PRIORIDADES DE PREPARACIÓN PARA
EL JARDÍN DE INFANTES**

PÁG. 10: COMPROMISO FAMILIAR

PÁG. 12: SALUD Y BIENESTAR

PÁG. 14: ALFABETISMO

PÁG. 16: HABILIDADES STEAM/STEM

PÁG. 18: HABILIDADES DE LA VIDA DIARIA

PÁG. 20: RECURSOS PARA SOCIOS

**PÁG. 22: LISTA DE CONSEJOS SOBRE
LA PREPARACIÓN PARA EL JARDÍN DE INFANTES**

Para más recursos, visite [BeyondtheBackpack.com](https://www.beyondthebackpack.com).



nickelodeon
OUR WORLD
BEYOND THE BACKPACK

¡PREPARÉMONOS PARA EL JARDÍN DE INFANTES!

Nickelodeon le invita a formar parte de una gran aventura: Beyond the Backpack, una iniciativa nacional para promover la preparación temprana para el jardín de infantes (kindergarten) de los niños en edad preescolar. Prepararse para la escuela requiere algo más que tener una mochila y el material escolar adecuado. También significa preparar a su hijo/hija para aprender en cinco áreas claves: Compromiso Familiar, Salud y Bienestar, Alfabetismo, STEAM (Ciencia, Tecnología, Ingeniería, Artes y Matemáticas)/STEM y Habilidades de la Vida Diaria. Este kit de herramientas se ha desarrollado para apoyar y fortalecer todas estas áreas de aprendizaje para que todos los niños tengan las herramientas que necesitan para entrar en el jardín de infantes listos para aprender.

Para desarrollar esta guía, Nickelodeon se ha asociado con expertos en primera infancia del Boston Children's Museum, incorporando su amplio conocimiento en las familias, la primera infancia y lo último en investigación sobre preparación escolar. Los educadores del Boston Children's Museum aportan el aprendizaje y la experiencia de su propia aula "Countdown to Kindergarten", un aula modelo a tamaño real en la que los cuidadores y los niños pueden vivir juntos la experiencia de ir a la escuela. Las familias pueden participar en un círculo completo con cuentos y canciones, juegos de contar y de calendario. Pueden probar actividades en centros de aprendizaje típicos del jardín de infantes, ¡e incluso simular que conducen un autobús escolar!

Beyond the Backpack complementa la programación preescolar basada en el plan de estudios de Nickelodeon proporcionando a los padres consejos, actividades y recursos centrados en las cinco áreas. También ofrece muchos consejos útiles para preparar a los pequeños para el jardín de infantes. Visite [BeyondtheBackpack.com](https://www.beyondthebackpack.com) para obtener más recursos. Todas las familias quieren lo mejor para sus hijos/hijas y empezar el jardín de infantes es un verdadero hito en el camino hacia el éxito de por vida. Esperamos que este manual le resulte útil y divertido para iniciar este emocionante viaje con sus hijos/hijas.

¿POR QUÉ ES TAN IMPORTANTE LA PREPARACIÓN ESCOLAR?

La preparación para la escuela prepara el camino para una vida de aprendizaje, y ese aprendizaje comienza mucho antes del primer día de jardín de infantes. De hecho, el 80% del crecimiento cerebral se produce en los tres primeros años de vida. Por lo tanto, es muy importante prestar atención a lo que los niños están aprendiendo y experimentando en esos primeros años, ya que comienzan a desarrollar las habilidades y herramientas que necesitarán para asegurar una transición sin problemas al jardín de infantes, y el comienzo de su aventura desde el jardín de infantes hasta la escuela secundaria ¡y más allá!

Para empezar, nos enfocaremos en *cinco áreas de aprendizaje*:

- * **COMPROMISO FAMILIAR**
- * **SALUD Y BIENESTAR**
- * **ALFABETISMO**
- * **STEAM/STEM**
- * **HABILIDADES DE LA VIDA DIARIA**



BEYOND THE BACKPACK

¿QUÉ HAY QUE BUSCAR?

En este kit, usted encontrará ideas, actividades y recursos que le ayudarán a preparar a su hijo/hija para la escuela. Aquí tiene un breve resumen para empezar.

1 COMPROMISO FAMILIAR

Siga estas sugerencias y dé prioridad al aprendizaje.

- * **Disfrute** conversando, cantando y usando palabras. Hablar entre sí aumenta el vocabulario y ayudará a su hijo/hija a aprender a leer.
- * **Visite** bibliotecas públicas, museos infantiles y otros lugares de su comunidad con recursos y actividades para que las familias aprendan y jueguen juntas.

2 SALUD Y BIENESTAR

Consulte estas sugerencias y dé prioridad al bienestar de su familia.

- * **Coman** juntos siempre que sea posible, y hagan que el desayuno forme parte de la rutina diaria de su hijo/hija. Fomente el consumo de distintos tipos de alimentos, especialmente frutas y verduras. Di “sí” al juego físico activo.
- * **Desarrolle** rutinas para una buena higiene. Anime a su hijo/hija a lavarse las manos y cepillarse los dientes con regularidad.
- * **Hable** con su pediatra y otros profesionales (como terapeutas, profesores y nutricionistas escolares) sobre las necesidades físicas, emocionales y de desarrollo generales de su hijo/hija. Estas conversaciones pueden incluir el sueño, la nutrición, las vacunas y el comportamiento. No tenga miedo de compartir historias y hacer preguntas, porque eso puede ayudarle a encontrar personas en las que confíe y con las que se sienta cómodo.

3 ALFABETISMO

Ayude a su hijo/hija a aprender a leer y escribir por el buen camino.

- * **Lea** con su hijo/hija todos los días.
- * **Hable** de lo que está haciendo e identifique objetos con su hijo/hija mientras realiza actividades cotidianas. Esto puede ayudar a desarrollar el vocabulario.

4 HABILIDADES STEAM/STEM

Amplíe el aprendizaje de su hijo/hija en ciencias, tecnología, ingeniería, artes y matemáticas fomentando su curiosidad natural.

- * **Haga** muchas preguntas durante el día o la noche. Pregúntele a su hijo/hija: “¿Qué te llama la atención?” o “¿Qué te preocupa?”. Este tipo de preguntas demuestran que no hay una respuesta correcta o incorrecta y que a usted le interesa la opinión de su hijo/hija.
- * **Muestre** curiosidad por los acontecimientos cotidianos: “Me pregunto qué pasará cuando ponga agua en la harina para hacer panqueques”.

5 HABILIDADES DE LA VIDA DIARIA

Ponga en práctica estos consejos para ayudar a preparar a su hijo/hija para la escuela desde el punto de vista social y emocional.

- * **Visite** bibliotecas, museos o parques infantiles donde haya otros niños. Asistir a un programa como la hora del círculo, o incluso jugar juntos, fomenta importantes habilidades sociales, como levantar la mano, esperar o turnarse.
- * **Modele** la empatía haciendo preguntas y comentando las señales sociales, como “Me pregunto cómo se siente esa persona. Creo que puede estar feliz porque está sonriendo”. Anime a su hijo/hija a describir sus propios sentimientos: triste, enfadado, feliz, emocionado, asustado, etc.



COMPROMISO FAMILIAR

USTED ES EL PRIMER PROFESOR DE SU HIJO/HIJA

El “compromiso familiar” se basa en las muchas maneras en que usted apoya el aprendizaje y el desarrollo de su hijo/hija. Como primer maestro de su hijo/hija, usted tiene muchas oportunidades de practicar el compromiso familiar. Solo 20 minutos al día pueden tener un gran impacto en la preparación escolar de su hijo/hija.

CONSEJOS

Mientras esperan en la cola del supermercado, caminan hacia el autobús o simplemente se sienten juntos a comer, usted puede ayudar a su hijo/hija a desarrollar habilidades importantes. Puede probar algunas de las siguientes actividades:

- * **Hablar de tú a tú** – mantener conversaciones juntos permite a los niños practicar la escucha y la respuesta, y les da confianza en que sus ideas importan.
- * **Crear y seguir rutinas diarias** – esto ayuda a los niños a sentirse seguros de lo que está por venir y les ayudará a adaptarse a las muchas rutinas que aprenderán en la escuela.
- * **Exponerlos con seguridad a nuevas experiencias** – esto ayudará a los niños a aprender a gestionar y aprovechar al máximo todas las cosas nuevas que verán y oirán en la escuela.
- * **Póngase en contacto con el profesor de preescolar o el cuidador de su hijo/hija, o con el bibliotecario infantil de su biblioteca local** – ganará en confianza y habilidades a medida que aproveche estos recursos para su familia.

DESARROLLO DE HABILIDADES:

Comunicación, comprensión y desarrollo de rutinas, gestión de nuevas experiencias, fomento de la confianza y el apoyo de la familia, creación de conciencia sobre los apoyos externos.



ACTIVIDADES

- * **Visite** la escuela y juegue en el patio. Si aún no se ha programado una orientación, llame para concertar una visita y conocer a la maestra de infantil o al director. Si su hijo/hija tiene alguna necesidad médica especial, también puede concertar una cita para conocer a la enfermera del centro o a otros especialistas que puedan ayudar a su hijo/hija. Averigüe dónde va a desayunar, comer o merendar a su hijo/hija e intente incluirlo también en su visita.
- * **Pida prestados** muchos libros sobre el comienzo del jardín de infantes en su biblioteca local para ayudar a su hijo/hija a entender que todo el mundo va a la escuela y que es un momento importante y emocionante para ellos y para toda la familia. (Vea ejemplo de un día en el jardín de infantes en la sección de libros extraíbles).
- * **Dedique** un rato cada día a abrazar a su hijo/hija o a conversar con él/ella cara a cara. Hágale preguntas capciosas y preste atención a sus respuestas para que aprenda a escuchar y responder, una habilidad que necesitará en la escuela.
- * **Averigüe cuál es el proceso de matriculación en su centro escolar y cuándo empieza.** Consulte el sitio web de su distrito o póngase en contacto con la oficina principal de su centro escolar local para encontrar esta información y obtener ayuda para rellenar el papeleo.

SALUD Y BIENESTAR

El bienestar físico, social y emocional son factores claves para el aprendizaje y el éxito a largo plazo de todos los niños. Para los niños y sus familias, esto significa desarrollar hábitos físicos y mentales saludables.

CONSEJOS

- * **En el jardín de infantes todo gira en torno a la estructura y la rutina.** Ayude a su hijo/hija a sentirse cómodo siguiendo rutinas creando sus propias estructuras en torno a la hora de levantarse, la hora de comer y la hora de acostarse. Las rutinas pueden ser tan sencillas como leerle un cuento o cantarle una canción para despertarse.
- * **Ayude a su hijo/hija a aprender a reconocer y nombrar sus emociones** y a empezar a identificar estrategias para cuando se sienta disgustado, enfadado, molesto o estresado. Respirar profundamente o sentarse en silencio puede ser una forma de ayudarles a calmarse.
- * **Asegúrese de consultar con su pediatra** cualquier duda que pueda tener sobre las vacunas de su hijo y cómo mantenerlas al día.



DESARROLLO DE HABILIDADES:

Autocuidado, aprender a elegir un estilo de vida saludable, comprender y adaptarse a las rutinas.

ACTIVIDADES

- * **Utilice** la tabla de hábitos saludables de la página 25 para ayudar a su hijo/hija a desarrollar hábitos y rutinas saludables. Fíjese en los hábitos saludables que aparecen como ejemplo y añada los suyos propios. Ponga una carita sonriente, una marca de verificación o una pegatina en la casilla cada vez que su hijo/hija adopte uno de estos hábitos y señale por qué es importante. (Vea también ejemplos de rutinas para antes y después de clase en la sección extraíble).
- * **Señale** las buenas decisiones de su hijo/hija. Alábelo a menudo, incluso por pequeños logros como jugar bien con sus hermanos, ayudar a recoger los juguetes, esperar su turno o portarse bien.
- * **Dedique tiempo** a una rutina que incluya comidas familiares periódicas en las que los miembros de la familia y los niños puedan sentarse y hablar de su día juntos. Jueguen al juego de “positivo-negativo”, turnándose para compartir lo mejor y lo no tan bueno del día.
- * **Establezca límites** para su hijo/hija en materia de seguridad, tiempo frente a la pantalla, respeto a los demás, normas de casa y rutinas que sean importantes para usted. Si tiene dificultades para establecer límites, pida consejos a su pediatra.



ALFABETISMO

Aunque parezca mentira, el alfabetismo temprano -aprender a leer y escribir- comienza en los tres primeros años de vida. Está estrechamente relacionado con las primeras experiencias del niño al oír y utilizar el lenguaje. La lectura de libros y la narración de cuentos son excelentes formas de atraer la atención del niño. Las interacciones de los niños pequeños con materiales de alfabetismo temprano ofrecidos por cuidadores adultos han demostrado ser un poderoso indicador del alfabetismo a largo plazo y del éxito escolar.

CONSEJOS

Lea a su hijo/hija en edad preescolar. Deténgase de vez en cuando en mitad del cuento para hablar de lo que está ocurriendo. Haga preguntas que vayan más allá del texto para ayudar a su hijo/hija a disfrutar del lenguaje, los libros y la escritura, como “¿Adónde crees que va el conejito? ¿Por qué?” y “¿Cómo crees que se siente la niña? ¿Cómo lo sabes tú? ¿Alguna vez te sientes así?”

DESARROLLO DE HABILIDADES:

Habilidades fundacionales (construir vocabulario, entender qué son las letras y qué significa lo impreso, y hacer marcas en el papel empezando con garabatos), encontrar conexiones en las historias, hacer predicciones, usar la imaginación y disfrutar de la lectura interactiva con un adulto.



ACTIVIDADES

- ✿ **¡Disfrute de la conversación!** Hablar entre sí aumenta el vocabulario y ayudará a su hijo/hija a aprender a leer. Charle con su hijo/hija mientras realiza actividades en familia. En el supermercado puede preguntarle: “¿Qué frutas y verduras compramos?” “¿De qué color son esas manzanas?” y “¿Cuántos plátanos necesitamos?”.
- ✿ **Hágale preguntas** cuando lean libros juntos y ayúdele a identificar palabras mientras juegan, cuando pasean por el barrio o en el supermercado. Ayúdele a describir cosas y acontecimientos, y juegue con los sonidos y las letras de las palabras.
- ✿ **Lea** con su hijo/hija todos los días. Puede incorporarlo a su rutina habitual a la hora de acostarse o llevar un pequeño libro en el bolso y leer juntos siempre que puedan: mientras van en autobús, hacen cola en la tienda o esperan a que hierva el agua.
- ✿ **Disponga** papel reciclado y una caja de lápices de colores para que su hijo/hija los utilice siempre que quiera garabatear, dibujar o escribir. Garabatear es el primer paso hacia la escritura, ya que enseña al niño a sujetar y controlar un lápiz de color para crear marcas en el papel. Se necesita práctica, así que hay que dar a los niños muchas oportunidades y animarles para que sigan haciéndolo.

HABILIDADES STEAM/STEM

STEAM (Ciencia, Tecnología, Ingeniería, Arte y Matemáticas) son los pilares sobre los que los niños aprenden y se basan en lo que ya hacen de forma natural: explorar y experimentar, trabajar con todo tipo de herramientas (que pueden incluir objetos tan variados como cepillos de dientes, pinceles e incluso los dedos), resolver problemas, comparar cosas y crear. Como primeros maestros de los niños, los padres pueden ampliar este aprendizaje apoyando su curiosidad natural y su afán explorador.

CONSEJOS

- * **Haga muchas preguntas del tipo “qué”.** Éstas se centran en lo que está ocurriendo, lo que observa y lo que está haciendo. Otras buenas preguntas STEAM son: comparar: “¿Es más largo o más corto?”, centrar la atención: “¿Te has fijado en...?”, medir y contar: “¿Cuántos? ¿Cuánto tiempo?”, y resolución de problemas: “¿Puedes encontrar la manera de...?”.
- * **La tecnología implica el uso de herramientas.** Juegue a pasear por su casa con su hijo/hija en busca de todo tipo de herramientas (pista: ¡un cepillo de dientes es una herramienta para limpiarse los dientes!).
- * **La ingeniería implica diseñar y construir.** Algo tan sencillo como construir una torre de bloques puede considerarse un proyecto de ingeniería.
- * **Este conjunto de habilidades también se conoce como STEM.** La adición del arte reconoce la importancia de la creatividad en el proceso de resolución de problemas, ya que gran parte de la exploración y práctica de STEM implica generar y aplicar ideas creativas y comunicarse mediante símbolos, diseños e imágenes.

DESARROLLO DE HABILIDADES:

Observar, describir, categorizar, experimentar, predecir, resolver problemas, utilizar herramientas, comunicarse, trabajar en equipo y desarrollar nuevo vocabulario.

ACTIVIDADES

- * **Explorar el aire:** El aire puede mover cosas. Haga que su hijo/hija practique soplando aire sobre sus manos y luego que intente soplar bolas de algodón sobre una superficie plana. A continuación, pídale que utilice un popote (una herramienta) para soplar las bolas de algodón. Hable con su hijo/hija sobre sus observaciones: “¿Qué método sopló las bolas de algodón más lejos?”. Experimente soplando sobre otros objetos y hable de lo que ocurre y por qué.
- * **Sacar:** Utilizando palas de la cocina o del arenero, haga que su hijo/hija practique el traslado de materiales secos como arena, tierra o harina de un recipiente a otro. Puede hacerle preguntas como “¿Qué material se siente más pesado en la pala?”, y “¿Cuál se derrama más fácilmente?”. Experimente sustituyendo las cucharas por otros materiales domésticos, como vasos de papel o cucharas para servir.
- * **Reciclar y construir:** Recoja materiales reciclables limpios y deje que su hijo/hija construya estructuras tridimensionales con ellos. (Sugerencia: los cartones de huevos, los tubos de papel higiénico y de toallas de papel y el material de embalaje de espuma de poliestireno son excelentes materiales de construcción). Utilice cinta adhesiva, pegamento, cuerda, clips o gomas elásticas para mantener las cosas en su sitio.
- * **Hacer una marca:** Pida a su hijo/hija que elija un lápiz de color y un trozo de papel. Deje que marque el papel y anímele a que intente hacer distintos tipos de marcas (garabatos, zigzags, puntos “picados”) y a que utilice distintos agarres (puño cerrado o como si fuera un lápiz). Haga que su hijo/hija intente hacer marcas en otros tipos de materiales, como madera, piedra o baldosas, y hablen de lo que sintió al hacer esas marcas y de cómo se parecen o se diferencian.
- * **Los gustos van juntos:** Reúna un conjunto de juguetes y haga que los niños los clasifiquen en grupos; por ejemplo, coches con coches, bloques con bloques. La clasificación es una habilidad matemática temprana y puede fomentar el pensamiento creativo. Repita la operación utilizando distintas reglas: pueden emparejar colores, formas o tamaños. Amplíe esta actividad haciendo que su hijo/hija reúna cualquier tipo de objetos (por ejemplo, piedras, platos, zapatos) y luego piense en nuevas formas de clasificarlos.

HABILIDADES DE LA VIDA DIARIA

La forma en que los niños pequeños se sienten, interactúan con los demás y piensan sobre sí mismos es una parte fundamental de su capacidad para aprender y tener éxito en todas las demás áreas del desarrollo. Aunque los niños se sientan enfadados, tristes, frustrados, nerviosos, felices o avergonzados, a menudo no tienen palabras para hablar de ello. Esto adquiere importancia a medida que los niños se hacen más independientes y quieren expresar sus necesidades a otras personas fuera de casa. La capacidad de compartir sus necesidades aumenta su resistencia y su confianza a la hora de ocuparse de las tareas por sí mismos.

CONSEJOS

- * **Sea un modelo para su hijo/hija** hablando con él/ella de sus propios sentimientos. Que vean cómo gestiona los conflictos con los demás y cómo afronta el estrés diario de forma saludable.
- * **Proporcione un entorno seguro y afectuoso** en el que su hijo/hija se sienta cómodo para hablar de sus miedos y preocupaciones, y también de las cosas que le hacen feliz o de las que se siente orgulloso.
- * **Permítale que asuma responsabilidades domésticas** como elegir su ropa y preparar la cena con su apoyo.

DESARROLLO DE HABILIDADES:

Reconocer, nombrar y expresar las emociones; comprometerse de forma positiva para entablar relaciones con los demás; aprender a reflexionar sobre las acciones y a tomar decisiones meditadas.



ACTIVIDADES

- * **Hable** de sus sentimientos y anime a su hijo/hija a hacer lo mismo. “¡Hoy me he sentido frustrado porque he derramado la leche, pero me he sentido orgulloso de mí mismo por coger una esponja del fregadero y limpiar mi desastre!”. Pídeles que le den un ejemplo de algo que hayan hecho durante el día y cómo se han sentido al respecto.
- * **Reflexione** cada noche a la hora de acostarse sobre el día y, a continuación, pídale a su hijo/hija que utilice el Cuadro de sentimientos de la página 30, para describir qué tipo de día ha tenido.
- * **Practique la espera.** Ponga el cronómetro de su cocina o de su móvil mientras su hijo/hija espera su turno para jugar con algo o espera a que usted le de un bocadillo o una comida. Practicar la espera ayuda a los niños a aprender a gestionar la frustración y la angustia. Cuando suene el cronómetro y su hijo/hija haya esperado pacientemente, puede decirle: “¡Vaya, qué bien has esperado tu turno!”.
- * **Ayude** a su hijo/hija a acercarse a los demás de forma positiva. Podrían preguntar a otro niño: “¿Podemos jugar juntos?”. Únase a un grupo social en su biblioteca local o en la comunidad religiosa de su familia, o asista a un grupo de juego para ayudar a establecer conexiones con otros niños.

LISTA DE CONSEJOS SOBRE LA PREPARACIÓN PARA EL JARDÍN DE INFANTES

Los niños están preparados para ir al jardín de infantes cuando tienen la mayoría de las habilidades adecuadas para su desarrollo que les permitirán tener éxito en un entorno escolar. La implicación de la familia en este proceso es clave para ayudar al niño a adquirir estas habilidades fundamentales.

PARA CUANDO SU HIJO/HIJA ENTRE EN EL JARDÍN DE INFANTES, ES ÚTIL QUE PUEDA HACER LO SIGUIENTE:

Salud y bienestar

- ✿ Hacer la mayoría de estas cosas: saltar, correr, saltar en un pie, lanzar o dar patadas a una pelota.
- ✿ Sostener y utilizar correctamente un lápiz, cortar con tijeras de seguridad y armar rompecabezas sencillos (de 4 a 9 piezas).
- ✿ Abrir y cerrar cremalleras y tapas de diversos recipientes (como envases de alimentos).
- ✿ Hacer lo siguiente de forma autónoma: ir al baño, vestirse, cepillarse los dientes y lavarse las manos. Seguir las normas de seguridad: reconocer los símbolos de advertencia (señal de stop, símbolo de veneno, etc.) y recitar su nombre completo, el nombre de sus padres y su dirección y número de teléfono.

Alfabetismo

- ✿ Escribir sus iniciales o su nombre completo, utilizando correctamente mayúsculas y minúsculas.
- ✿ Sostener y “leer” libros solo o en compañía de un adulto.
- ✿ Agarrar correctamente un lápiz o un crayón y “escribir” letras, palabras o historias dibujando o garabateando para expresar ideas.
- ✿ Hablar con frases completas e inventar o volver a contar historias.

Habilidades STEAM/STEM (Ciencia, Tecnología, Ingeniería, Arte y Matemáticas)

- ✿ Observar y explorar objetos y materiales tanto en interiores como en exteriores; formular y responder preguntas sobre lo que ven.
- ✿ Reconocer formas básicas, por ejemplo, círculo, cuadrado y triángulo, y clasificar objetos por su forma, tamaño o color.
- ✿ Utilizar una amplia variedad de útiles escolares, como pincel, tijeras de seguridad, lápiz y ceras.
- ✿ Contar en voz alta del 1 al 10 en orden, reconocer de vista algunos números de 1 dígito y utilizar la clasificación y la creación de patrones para apoyar las primeras habilidades matemáticas.

Habilidades de la vida diaria

- ✿ Hablar de sentimientos básicos (enfado, tristeza, felicidad, etc.).
- ✿ Cooperar con los demás, compartir y respetar los turnos.
- ✿ Escuchar bien y concentrarse, seguir instrucciones que tengan de 2 a 3 pasos y concentrarse en una tarea de forma independiente durante 15 minutos.

Para más recursos, visite [BeyondtheBackpack.com](https://www.beyondthebackpack.com).

Atención: esta lista es meramente orientativa y destaca las habilidades y los puntos de referencia que ayudarán a los niños en edad preescolar a prepararse para el jardín de infantes. Los niños se desarrollan a su propio ritmo, por lo que algunos preescolares dominarán muchas de estas habilidades antes del jardín de infantes, mientras que otros las aprenderán en la escuela. Los padres deben ponerse en contacto con el colegio de su hijo/hija para conocer los requisitos de acceso.



COMPROMISO DE LAS FAMILIAS: EJEMPLO DE UN DÍA EN EL JARDÍN DE INFANTES

Este es un ejemplo de un día típico de jardín de infantes adaptado a partir de muestras de dos estados diferentes.

DÍA DEL JARDÍN DE INFANTES

EJEMPLO DE HORARIO

- 8:30-9:20** **RUTINAS DE LA MAÑANA:** cantar una canción, repasar el calendario y el tiempo, revisar el horario del día, anuncios del comienzo del día
- 9:20 – 9:45** **INSTRUCCIÓN DE TÉCNICAS DE LECTURA:** fonética, vocabulario, trabajo con palabras
- 9:45 – 10:15** **CLASE DE INGLÉS (ELA):** integrar Ciencias, Estudios Sociales o Salud y Bienestar; lectura compartida y lectura en voz alta, lección de lectura guiada, taller del escritor
- 10:15 – 11:00** **ALFABETISMO:** juegos con nombres de letras, rompecabezas de palabras a la vista, trabajo en grupos pequeños
- 11:00 – 11:30** **COMIDA**
- 11:30 – 12:00** **RECREO**
- 12:00 – 12:40** **CLASES ESPECIALES:** música, teatro, informática, educación física, juego activo organizado
- 12:45 – 1:00** **HORA DE DESCANSO:** descansar, dibujar, escribir
- 1:00 – 1:30** **MATEMÁTICAS (USANDO MANIPULATIVOS)**
- 1:30 – 2:00** **CLASE DE INGLÉS**
- 2:00 – 3:00** **TIEMPO DE ELECCIÓN:** Lectura, Arte, Juego Dramático, Juego Libre
- 3:00 – 3:15** **PREPARACIÓN PARA LA SALIDA:** limpieza, repaso de mochilas para ir a casa, anuncios o canciones del final del día

COMPROMISO FAMILIAR O SALUD Y BIENESTAR EJEMPLOS DE RUTINAS PARA ANTES Y DESPUÉS DE CLASE

Las rutinas constantes son la clave del éxito escolar. Incluso durante el fin de semana, conviene mantener el mismo horario por la mañana y a la hora de acostarse, para que los niños no tengan que adaptarse cuando empiece la semana escolar.

ANTES DEL COLEGIO

ESTABLEZCA UNA RUTINA MATINAL COHERENTE. Los niños se desvuelven mejor cuando saben lo que les espera. Sea cual sea su rutina de la mañana -levantarse a la misma hora todos los días, bañarse, cepillarse los dientes, vestirse, comer o tener un plan de alimentación, preparar la mochila para la jornada escolar-, intenta cumplirla con regularidad.

TENER UN PLAN PARA EL DESAYUNO Y LA COMIDA. Si su hijo/hija no desayuna en casa, la mayoría de los colegios tienen una opción de cafetería o desayuno. También suele haber un plan subvencionado por el colegio para el desayuno y la comida. Nota: El acceso a alimentos con los que su hijo/hija esté familiarizado es fundamental para que se sienta cómodo comiendo en el colegio. También es muy útil que su hijo/hija practique a abrir los envases de la comida para que sea capaz de preparar su propia comida en el colegio sin ayuda.

REVISAR LA MOCHILA. Puede hacerlo por la mañana o por la tarde; consulte las notas sobre mochilas en la sección Extraescolares.



DESPUÉS DE CLASE

LA MAYORÍA DE LOS SISTEMAS ESCOLARES DISPONEN DE UNA OPCIÓN DE CUIDADO DESPUÉS DE CLASES para que los niños permanezcan en el colegio hasta las 17:00 o incluso las 18:00 horas. Póngase en contacto con el colegio en primavera o a principios de verano para saber cómo inscribirse y si disponen de opciones de transporte en caso necesario.

REVISE LA MOCHILA DE SU HIJO/HIJA. Los profesores utilizan la mochila para enviar a casa avisos importantes que usted debe leer o papeles que debe firmar, y/o deberes que su hijo/hija debe hacer por la noche. Si necesita que le traduzcan las notificaciones a su lengua materna, comuníquese con la escuela; la mayoría de los colegios disponen de un servicio de traducción. Otros objetos importantes que hay que buscar en la mochila pueden ser: ropa mojada por accidentes o juegos al aire libre, y comida sin comer o recipientes sucios del día.

ESTABLEZCA UNA RUTINA COHERENTE A LA HORA DE ACOSTARSE. Los niños se adaptan mejor cuando saben lo que les espera. Sea cual sea su rutina nocturna (cepillarse los dientes, un cuento tranquilo o un rato de abrazos, una canción o hablar del día), intente cumplirla con regularidad. Nota: cualquier tipo de pantalla antes de acostarse puede dificultar que el niño se duerma. Intente limitar el tiempo de pantalla a una o dos horas antes de que se apaguen las luces para que puedan descansar como necesitan.



TABLA DE HÁBITOS SALUDABLES

Utilice dibujos de caritas sonrientes, marcas de verificación o pegatinas para rellenar esta tabla y ayudar a su hijo/hija a desarrollar hábitos saludables.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
CEPILLARSE LOS DIENTES							
VESTIRSE							
RECOGER LOS JUGUETES							
COMER UNA MERIENDA SALUDABLE							

Ideas de hábitos saludables: poner la mesa, jugar fuera con una pelota, meterse en la cama

ALFABETISMO TEMPRANO

JUEGO DRAMÁTICO - CUENTOS DE ANIMALES

Esta actividad de alfabetismo temprana anima a los niños a utilizar palabras para contar historias mientras juegan con animales de juguete.

MATERIALES

- * Animales de peluche o de plástico
- * Atrezzo para la historia: cajas vacías, platos y vasos de plástico, hilo o botones grandes.

ACTIVIDAD

1. Haga que su hijo/hija elija un animal y le dé un nombre. ¡Así empieza el cuento!
2. Puede hacer muchas preguntas que sean “iniciadoras de historias”, ayudando a su hijo/hija a llegar a su propia imaginación para crear más ideas. Por ejemplo: “Tu gato parece hambriento, ¿qué puede comer?”. Su hijo/hija puede poner hilo en una taza, removerlo con un tenedor y dar de comer “espaguetis” a su animal. Haga que le cuenten todo lo que están haciendo para fomentar su capacidad de contar historias.
3. Su hijo/hija puede buscar por la habitación todo tipo de objetos para jugar a contar historias de animales. Las mantas pueden convertirse en montañas, las cajas de zapatos en camas y los cuencos en bañeras. ¡Pregúntele por las aventuras que vive su animal!
4. A lo largo del juego, hágale preguntas que le permitan seguir inventando historias sobre lo que hace su animal y lo que podría hacer a continuación. Es una forma estupenda de que su hijo/hija utilice muchas palabras y las exprese en frases. Puede ayudarle sugiriéndole palabras nuevas, como ¿tu gato tiene sueño o está despierto?, ¿está emocionado o aburrido? ¿A tu conejito le gusta pasear o saltar, puede volar?

DESARROLLO DE HABILIDADES:

Comunicación, fomento de la confianza y el apoyo de la familia, ampliación del vocabulario, búsqueda de conexiones en los cuentos, uso de la imaginación.

HABILIDADES STEAM/STEM

DETECTIVE DE COLORES Y FORMAS

¡Con esta actividad STEAM, los niños practican mucho con lápices de colores y tijeras mientras aprenden formas y colores!

MATERIALES

- * Papel de colores con formas dibujadas para que los niños las recorten (por ejemplo, círculo, cuadrado, triángulo)
- * Tijeras
- * Crayones o marcadores
- * Palitos de helado o pajitas
- * Cinta adhesiva

ACTIVIDAD

1. Hable con su hijo/hija sobre las diferentes formas y colores del papel. Si no saben los nombres, esta es una gran oportunidad para que aprendan y practiquen.
2. Pida a su hijo/hija que elija una forma para recortar. Dependiendo de su nivel de destreza con las tijeras, puedes ayudarle a cortar. Nota: Si aún no son capaces de cortar sobre una línea, deja que practiquen haciendo pequeños recortes “a pluma” en los bordes del papel.
3. Una vez recortada la forma, ayúdeles a pegarla en un palito de helado o en una pajita. ¡Esta es su herramienta detectivesca para encontrar formas!
4. A continuación, pídeles que exploren la habitación para encontrar la misma forma y el mismo color que tienen en su palo de formas. Hable con ellos sobre las diferencias y similitudes entre lo que encuentran y su propia forma. ¿Es el plato (círculo) más grande o más pequeño que su círculo? ¿Es el libro más largo o más corto que su rectángulo?
5. Puede ampliar esta actividad para incluir el recuento haciendo que su hijo/hija cuente cuántos objetos puede encontrar que coincidan con el color o la forma de su buscador de formas. ¡Rétese a sí mismo a hacer esto con ellos para demostrarles que se divierten mientras aprenden!

DESARROLLO DE HABILIDADES:

Observar, describir, categorizar, utilizar herramientas, construir vocabulario, comunicarse y trabajar juntos.

TABLA DE SENTIMIENTOS

Anime a su hijo/hija a compartir sus sentimientos cada día. Mire la tabla de sentimientos y pídale que hablen de su día o de una parte de su día, señalando la cara que muestra cómo se sintieron.



FELIZ



ENOJADO/A



SORPRENDIDO/A



DECEPCIONADO/A



FRUSTRADO/A



EMOCIONADO/A



AVERGONZADO/A



CON MIEDO



TRISTE



ORGULLOSO/A



PREOCUPADO/A



ABURRIDO/A

DESARROLLO DE HABILIDADES:

Comunicación; reconocer, nombrar y expresar emociones; comprometerse de forma positiva para entablar relaciones con los demás; construir vocabulario.



nickelodeon