

Apoyemos el aprendizaje de los preescolares

GUÍA PARA LAS FAMILIAS



Apoyemos el aprendizaje de los preescolares

Guía para las familias

Cómo apoyar a los niños:	Página
• Al hacer la tarea en casa	3
• Al cuidar de sus pertenencias	5
• Al practicar medidas de higiene	7
• Al ver la televisión	9
• Al jugar en casa	11
• Al leer un cuento	13
• Al usar dispositivos electrónicos y comunicarse	15
• Al hacer juegos de movimientos	17
• Al organizar la ropa	19
• Al preparar alimentos	21
• Al jugar en el parque o en un lugar abierto	23
• Al ir al mercado	25
• Al jugar juegos de mesa	27
• Al caminar por la calle	29
• Al acostarse	31

Guía de familias para apoyar el aprendizaje de los preescolares



Presentación

En la actualidad, los padres y en general la familia, necesitan participar de manera más consciente en la educación de los hijos en el hogar, además de ofrecer un acompañamiento pertinente en los aprendizajes de la escuela.

Los primeros años de vida son trascendentales en la formación de hábitos y valores y en los aprendizajes académicos. Por eso, la preparación que reciba el niño en esta etapa es fundamental para su desarrollo. Esto implica que los padres de familia trabajen con la escuela, como agentes educativos, apoyando las enseñanzas que los hijos reciben, y que se adapten a nuevos estilos de vida y a un escenario siempre cambiante.

Apoyemos el aprendizaje de los preescolares, Guía para las familias que ofrece **Editorial Santillana** tiene el propósito de orientarlo en esta tarea y brindarle algunas recomendaciones educativas que usted y el pequeño pueden ensayar en situaciones caseras cotidianas. Estas sugerencias son solo algunas posibilidades, no las únicas, y la idea no es que se apliquen todas a la vez. Usted elegirá aquellas en las que su hijo requiere mayor apoyo y las que más le pueden servir para aprovechar las actividades familiares. Las sugerencias hacen referencia al niño, su hijo o el pequeño, por la forma de nuestro lenguaje, pero por supuesto, nuestro enfoque incluye a las niñas y les da la misma importancia, ya que las recomendaciones no conllevan una diferenciación de género.

Al hacer la tarea en casa



Disponga un momento cada día para realizar tareas escolares o de estudio. Es un momento que se presta para diversas interacciones. Conviene que sea a la misma hora cada día y, en el caso de los preescolares, que no sea de más de una hora por sesión. Es recomendable contar con un espacio específico, pero si se hace en la mesa del comedor, solo límpiela y recoja todo lo que no corresponde al momento de la actividad para promover, con ello, una rutina especial.

Competencia comunicativa. Describir

- Al iniciar el momento de la tarea en casa, siéntese con su hijo, involúcrese plenamente y forme parte de esta actividad. Converse con él y pídale que describa qué es lo que tiene que realizar o estudiar; qué páginas de su libro tiene que resolver o qué cree que aprenderá.
- El niño de tres o cuatro años quizás aún no pronuncie frases completas. Apóyelo para que mencione algunas características del material que necesita o con el que prefiere trabajar, por ejemplo, decir qué color, tamaño, forma y función tienen los objetos que requiere.
- El niño de cinco o seis años ya expresa frases completas. Apóyelo para que describa con detalle sus ideas a partir de preguntas como: *¿Qué página tienes que resolver? ¿Qué crees que estás aprendiendo con esta actividad? ¿Qué materiales necesitas para trabajar? ¿Ya tienes todo o necesitas algo más?*

Pensamiento matemático. Conteo

- Con los útiles escolares del niño se pueden formar diversas colecciones que facilitan el conteo y ejecutar acciones de resolución de problemas como agregar, quitar, comparar, igualar y otras, con situaciones que usted le plantee intencionalmente.

Por ejemplo, pida que agrupe sus colores por un lado y otros accesorios, como tijeras, sacapuntas, goma y lápiz adhesivo, en otro grupo. Pida que cuente y compare y que responda preguntas como: *¿Cuál colección tiene más? ¿Cuántos le faltan a esta para tener la misma cantidad que la otra colección? Si se te acaban dos colores, ¿cuántos te quedarían?*

- Tenga a la mano una tira de papel o cartoncillo con los números escritos del 1 al 20 para el niño de tres o cuatro años, y del 1 al 50 para el de cinco o seis años. Así lo apoyará en el conteo y, a mediados de año, el niño logrará repetir sin dificultad la serie numérica hasta 10, 20 o 50, según el grado escolar en el que esté.
- El alumno de primer o segundo grado de preescolar podrá contar hasta tres o cinco elementos de una colección al inicio del año escolar. Apóyelo promoviendo que cuente en diferentes situaciones, por ejemplo: *¿Cuántos colores tienes repetidos? ¿Cuántos libros hay en tu maleta? ¿Cuántas prendas traes puestas hoy? ¿Cuántos vasos de agua has tomado hoy?*
- El niño de preescolar cuenta por lo menos hasta el 10, al inicio del año escolar. Apoye sus aprendizajes con modelos numéricos de 1 a 20 en un inicio y, después, con el conteo de colecciones mayores por decenas. Recolecte tapas de plástico de envases para apoyar este fin.

Inteligencia emocional y formación ciudadana. Autonomía

- Promueva que el niño sea capaz de realizar acciones por sí mismo, sin ayuda. Por ejemplo, disponer de sus materiales para iniciar la tarea y, al terminar, guardarlos donde corresponde y limpiar o recoger los residuos que se hayan generado.
- El niño de tres o cuatro años es capaz de tomar sus materiales de la maleta o del espacio de resguardo. Apóyelo verificando que tenga todo lo necesario y que dé un trato cuidadoso a los libros para que se conserven. Muestre cómo.
- El niño de cinco o seis años ya tiene idea de lo que requiere para realizar ciertas actividades escolares y sabe dónde encontrarlo. Apóyelo para que, sin regaños, se sienta capaz de disponer y organizar sus materiales él solo.

Educación física. Desarrollo de la psicomotricidad

- En las tareas de colorear, recortar, pegar, escribir o dibujar; el niño preescolar tiene que ir desarrollando diversas destrezas motrices finas que en un principio le son difíciles de ejecutar, pero que irá perfeccionando con la práctica.
- El niño de tres o cuatro años puede realizar algunos garabatos y colorear espacios amplios, sin detalle, pero aún le cuesta trabajo tomar el lápiz con la posición correcta, se le dificulta realizar trazos finos y aún no se espera que recorte con tijeras. Apóyelo en estas tareas proporcionando diversos materiales especiales para su edad y dé oportunidad de trabajar con ellos frecuentemente, tales como crayones gruesos, pintura dactilar, masilla, papel para rasgar, etcétera.
- El niño de cinco o seis años, por lo general, ya toma el lápiz correctamente, pero no logra nitidez en el trazo de las letras, por ejemplo. Apóyelo promoviendo que realice diversos ejercicios de colorear, recortar, copiar, remarcar o calcar y que tenga diferentes materiales al alcance como crayones delgados, lápices de color, plumones, plumas de gel y otros. Mientras el niño escribe, muéstrelle cómo trazar las letras o palabras y verifique que lo haga de izquierda a derecha.

Al cuidar de sus pertenencias



La mayoría de los niños se resisten a recoger u ordenar sus cosas después de jugar con sus juguetes, sin embargo, es un aspecto en el que debemos formarlos y lograr que descubran ventajas en ser ordenados y meticulosos. Por ello, es importante acompañarlos en el logro de su autonomía en este tipo de situaciones y que sepan que, desde pequeños, cada uno debe responsabilizarse de sus pertenencias, de sus juguetes, su ropa, sus útiles escolares; y asumir que deben aprender a cuidarlas y guardarlas en su lugar.

Competencia comunicativa. Explicación

- El lenguaje es una herramienta básica por la que se traduce todo aprendizaje y, a partir de conversar, opinar, describir y explicar, se contribuye al incremento de la capacidad de comunicación del niño. Por lo anterior, conviene que en estas actividades promueva entablar una conversación en la que él le explique, por ejemplo, cómo funciona alguno de sus juguetes o cómo se juega algo que le gusta.
- El niño de tres o cuatro años amplía su capacidad de escucha y pone más atención. Por ello debemos ayudarle a estimular su escucha activa por medio de instrucciones que conjunten dos o tres pasos por seguir; por ejemplo *guarda tus juguetes pequeños en el bote y los grandes en el estante, o abre tu libro en el cuento que te gustó y dime cómo se llamó.*

Pensamiento matemático. Conteo y clasificación

- En casa, las actividades cotidianas ejercitan nociones y operaciones matemáticas sin que nos demos cuenta. Para desarrollar estas habilidades, se sugiere que, cuando los pequeños acomoden, por ejemplo, sus útiles escolares, lo hagan contando uno a uno los crayones al colocarlos en el bote o bolsa y así sepan la cantidad de elementos que tiene cada colección.

- Con los niños de tres o cuatro años, evite usar conceptos y operaciones, haga el esfuerzo por traducirlo en actividades prácticas como ordenar por tamaño de los bloques para armar, juntar los juguetes parecidos, por ejemplo, los carritos. Acomodar las figuras y los adornos en un mueble por su tamaño o su forma ayuda al manejo de las figuras geométricas.
- Con el niño de cinco años propicie que establezca la relación entre el número y la cantidad que este representa. Para ello, el niño puede contar sus juguetes mientras los recoge, por ejemplo: sus carritos o pelotas y después elaborar una etiqueta con el número, para saber cuántas piezas hay. Otra actividad que puede realizar es organizar materiales o ropa en colecciones y, después, hacer comparaciones como: *¿Qué hay más: calcetines o calzoncillos? ¿Cuántos más hay? ¿Cuántos más necesitas para tener la misma cantidad de las dos prendas?*

Inteligencia emocional y formación ciudadana. Autonomía

- Hágle saber al niño que, conforme va creciendo y realiza con más frecuencia ciertas actividades, llegará un momento en que podrá hacerlas solo. Es gratificante ver que consigue hacer con independencia ciertas cosas que antes no podía. Por ello es importante que usted le brinde apoyo en las tareas que se le compliquen y lo acompañe mientras logra hacerlas por sí mismo.
- Promueva con constancia que el niño levante sus ropa, la coloque en el cesto de ropa sucia, acomode sus calcetines y su ropa interior en sus cajones, que levante sus juguetes después de jugar y sus útiles escolares luego de hacer su tarea. Fomentar en los niños este tipo de tareas es una forma de ayudarlo a valorar sus logros y a asumir sus responsabilidades. Apóyelos en las tareas difíciles y reconozca sus éxitos con palabras amables y cariñosas.
- Utilice estrategias de juegos o retos que impliquen una recompensa (no material), por ejemplo: *Quien recoja más juguetes en un minuto podrá elegir el cuento que leeremos antes de dormir o la película que veremos el fin de semana*, entre otras ideas.

Pensamiento creativo. Expresión corporal

- Un recurso que se utiliza regularmente en la etapa preescolar es la música, ya que esta crea un ambiente agradable, acogedor, relajado y de confianza para los niños, ya que los libera de la tensión y del estrés. Además, la música estimula y desarrolla la coordinación de los niños mediante secuencias de movimientos y desplazamientos que realizan al mismo tiempo que sus tareas.
- Aproveche algunas canciones que encuentre en internet como "A guardar" bit.ly/3aUYI95 y "A guardar y ordenar" bit.ly/2EerjoE para que los niños guarden sus pertenencias y, al mismo tiempo, bailen y se muevan al ritmo de las melodías. Incluso pueden crear secuencias de sonidos con algunos objetos, por ejemplo, al recoger dos bloques para armar chocarlos entre sí y dar uno, dos o tres golpes rítmicamente. También pueden ejecutar secuencias de movimientos como agacharse, dar un salto, dar un paso a un lado, al otro, entre otros.

Al practicar medidas de higiene



El cuerpo es una fuente de conocimientos y de descubrimientos. Por ello se busca que el niño aprenda a cuidar, respetar y ampliar el conocimiento de su cuerpo. Es importante que identifique las medidas básicas de higiene y cuidado del cuerpo. Esto es fundamental porque constituye la base de la autoestima y la conservación de la salud, que deben fortalecerse en las etapas posteriores de la vida. De manera concreta, podemos decir que son las primeras acciones para quererse a sí mismo.

Competencia comunicativa. Lectura y narración de cuentos

- Un recurso que se puede utilizar para practicar hábitos de higiene son los cuentos que contengan esta temática. Los cuentos, cuando se narran o se leen y se escuchan, ponen en juego diferentes capacidades para dar significado a las historias que se cuentan. Narrar y leer cuentos, leyendas o historias son excelentes recursos para que los niños aprecien el uso del lenguaje oral y escrito.
- El niño de tres o cuatro años recibe y almacena la información en periodos cada vez más prolongados, comprende que el uso de las palabras le ayuda en el intercambio de vivencias y experiencias, y le da la oportunidad de entender lo que escucha. Destine un tiempo para leer un cuento. Puede buscar algunas propuestas en Internet, como las del siguiente enlace bit.ly/2CA536B, adaptando el lenguaje si se requiere, o, si cuenta con algún acervo en su casa, después de que usted lo lea, permita que él relate el cuento y lo exprese con sus recursos, elabore a los personajes con medias y juegue a escenificar alguno de los cuentos.

- El niño de cinco o seis años aprende de manera más eficiente; sus funciones cognitivas adquieren mayor dinamismo: la atención, la memoria, la representación mental y el lenguaje favorecen que procese información y obtenga así nuevos conocimientos de manera constante. Por lo anterior, es una buena oportunidad para que lea algunos cuentos o narraciones que hablen sobre hábitos de higiene, como los del siguiente enlace bit.ly/2PY7q7t. Después realice algunas preguntas que favorezcan el lenguaje oral, por ejemplo: *¿Por qué crees que es importante lavarse los dientes? ¿Por qué crees que el personaje se dio cuenta de que era bueno lavarse las manos? ¿Qué utensilios debes usar para lavarte las manos?*, entre otras.

Pensamiento matemático. Espacio, medida y análisis de datos

- Las matemáticas se encuentran en la vida diaria y en todo momento. En casa, las actividades cotidianas ejercitan nociones y operaciones matemáticas sin que nos demos cuenta; por ejemplo, las actividades que se llevan a cabo en horarios establecidos o los hábitos de higiene personal son algunas de las acciones en que se utilizan operaciones y conceptos matemáticos.
- El niño de tres o cuatro años comienza a inferir lo que pasa antes y después, y también puede empezar a clasificar los objetos por medio de su función. Apóyelo con actividades en las que se requiera identificar los objetos que se usan para bañarse, por ejemplo: esponja, jabón, champú, toalla, etcétera. También mencione en qué momento se debe lavar los dientes, si antes o después de comer, o en qué dirección se deben cepillar, por ejemplo de arriba abajo, entre otras actividades que representen estos términos.
- El niño de cinco años ya es capaz de identificar conceptos básicos de tiempo, como mañana, tarde y noche, y los días de la semana. Además, puede seguir instrucciones que impliquen varios pasos, como primero y siguiente. Realice una tabla en la que registren el lavado de manos, el cepillado de dientes y el baño diario. Puede ser un calendario semanal.

Inteligencia emocional y formación ciudadana. Autonomía

- Es primordial fomentar la autoestima del niño preescolar, ya que esa base lo ayudará a ser más responsable y autónomo. Esta es la edad ideal para consolidar los hábitos de higiene; el lavado de manos y dientes, así como la limpieza de sus partes íntimas después de ir al baño. Todas estas acciones favorecen la autonomía.
- El niño de primero o segundo grado de preescolar comienza a identificar las medidas esenciales de higiene y cuidado del cuerpo. Esto es fundamental porque así se dan las bases para la formación de la autoestima, que son las acciones para quererse así mismo. Señale las consecuencias que puede tener su cuerpo si no lleva a cabo estas acciones. Motive al niño a realizar las actividades de higiene por sí mismo, como lavarse los dientes antes de ir a dormir.
- El niño de tercer grado de preescolar ya es capaz de hacer actividades de cuidado personal sin supervisión de un adulto; solo es necesario verificar que lo hace correctamente. Tome en cuenta que una actividad supervisada suele ser una buena oportunidad para indagar acerca del conocimiento que tiene su hijo de las acciones que realiza. Apóyelo con frases como *antes de comer tengo que... lavarme las manos, después de comer tengo que... lavarme los dientes, antes de irme a la escuela debo... bañarme o peinarme*, entre otras.

Al ver la televisión



La televisión, hoy en día, se puede utilizar con propósitos educativos. Es importante plantear verla con un objetivo. Por lo tanto, es recomendable que cada momento en el que se vea un programa tenga una finalidad y el niño mantenga una participación atenta y no solamente se siente a ver pasivamente lo que aparece en la pantalla.

Competencia comunicativa. Conversación

- Dialogue con el niño sobre cuáles son sus programas de televisión favoritos, qué personajes aparecen o qué programas no le gustan.
- El niño de tres o cuatro años tiene periodos de atención cortos, por lo que se recomienda que la conversación sea sencilla. Invítelo a adivinar un personaje mediante la descripción de características para que infiera el nombre. Motívalo para que, con su vocabulario, narre alguna escena del programa que le guste. Cante con él las canciones introductorias del programa o repitan juntos los sonidos que se escuchen, como la lluvia, un automóvil, una campana, el ladrido de un perro, etcétera, ya que esto favorece el lenguaje oral.
- El niño de cinco años construye frases correctamente y las expresa de manera oral. Dirija la conversación donde mencione en qué lugar están los personajes, de qué trata el capítulo o invite a que describa con sus palabras a los personajes o los lugares donde se lleva a cabo la historia, o que anticipe si pasará alguna situación o no. Propicie que exprese sus ideas y que aprenda a escuchar y a esperar su turno para hablar.

Pensamiento matemático. Número

- El pequeño reconoce los números escritos en diferentes lugares de la casa, como en objetos, revistas y etiquetas. Ver la televisión es una buena oportunidad para reforzar este conocimiento, por ejemplo, al marcar los números del canal para encontrar un programa.
- El niño de tres o cuatro años puede identificar y pulsar, con ayuda, el número que usted le indique del control remoto. Otra opción es pedirle que señale el número que aparece en la pantalla de la televisión y, otra más, que inicie la serie numérica de 1 a 5 a partir de un número que identifique en el control o en la pantalla, por ejemplo: *Busca el número 3... ahora vamos a contar hasta 5*. Si ya conoce la serie numérica, pregunte qué número está antes o después del 3 en el control remoto.
- El niño de cinco años reconoce números de 1 a 10 o hasta 30. Pida que identifique el canal en que pasan su programa favorito y mencione que número o números lo conforman. Invítelo a anticipar contando cuántos canales faltan para llegar al de las caricaturas o al de la música.

Pensamiento creativo. Práctica artística

- Invite al niño a expresar sus ideas por medio de una caricatura o película. El arte es una excelente manera de expresarse. Invítelo a modelar con masa a su personaje favorito o a dibujarlo con diferentes colores en una hoja blanca. En ambos casos, pida que seleccione los materiales que necesitará para realizar su dibujo o representación plástica.
- El niño pequeño, aunque garabatea de un lado a otro, empieza a imprimir un sentido o significado a sus producciones. Ayúdelo a tomar correctamente el crayón y a plasmar sus creaciones, de preferencia, en grandes trozos de papel *kraft* o en pliegos de papel bond. Invítelo a que dibuje libremente y, después, a representar a su personaje favorito con sus posibilidades. También sugiera que se dibuje a sí mismo y encuentre similitudes con su personaje: soy valiente, tengo amigos, soy rápido, etcétera.
- El niño más grande ha desarrollado habilidades motrices finas para modelar formas o figuras. Motívelo a que manipule barro o masa para modelar, amasándola o estirándola. Solicite que recuerde un programa de televisión que le guste y realice la representación de algún capítulo favorito. Sugíerale que invente el nombre de su obra y mencione los materiales que usó para representarla.

Al jugar en casa



El juego implica muchas emociones para los niños; es placer y diversión, pero además, es oportunidad para desarrollarse física, mental, emocional y socialmente. Para el niño de edad preescolar, el juego implica su actividad principal; por ello, en el jardín de niños se organizan las actividades de aprendizaje a partir del juego. Se recomienda que los padres sean compañeros de juego constantes de su hijo, porque, además de que así se entabla una comunicación especial con él y se refuerza el vínculo afectivo, se facilitan diversos aprendizajes. Permita que su casa sea un espacio de juego y que el pequeño cuente con un sitio determinado para guardar sus juguetes y jugar con ellos.

Competencia comunicativa. Creaciones y juegos con el lenguaje poético

- Los juegos de palabras permiten a los niños disfrutar del lenguaje porque los pequeños pueden inventar y encontrar palabras divertidas o absurdas; además, favorece su atención, dicción, vocabulario y expresión de manera creativa. Intercambie con su hijo chistes, trabalenguas, rimas, adivinanzas o acertijos, poemas o historias absurdas que promuevan su diversión, como “Había un navío cargado de...”, “Veinte ratones”, “Erre con erre” y otras. Busque opciones en páginas de Internet como www.elhuevodechocolate.com
- Con la interpretación de canciones infantiles, el niño en edad preescolar experimenta un efecto de amplio bienestar y se favorecen su memoria y su expresión verbal. Repita con él, en diferentes momentos, canciones como “Aserrín, aserrán”, “La muñeca vestida de azul”, “Los pollitos dicen”, “Pin Pon”, “Lindo pescadito”, “Las gotitas de agua”, “Huitzi-Huitzi araña”, “La rana sentada debajo del agua”, “Estrellita dónde estás”, “Un elefante se columpiaba”, “Bajo de un botón” y otras. Encuentre algunas sugeridas en sitios de Internet como https://youtu.be/17rD-VHM_OQ

Pensamiento matemático. Conteo y serie numérica

- Con juegos de mesa como “Dominó”, “La oca”, “Serpientes y escaleras”, “Lotería” o “Memoria”, el niño establece una correspondencia entre el número que marcan los dados y las casillas que tiene que avanzar; con ellos repite los números en voz alta, sabe cuántos puntos lleva, etcétera; por lo que se recomienda realizar en familia.
- Los videojuegos o juegos interactivos de dispositivos electrónicos también pueden ser una oportunidad para que el niño haga cálculos espaciales y numéricos. Permita que juegue con ellos, siempre con su supervisión, o compártanlos con cierto límite de tiempo establecido con anterioridad.

Pensamiento creativo. Representa historias y personajes en el juego simbólico. Baila y se mueve

- El juego simbólico implica la representación de diversos elementos reales o imaginarios, lo cual permite el desarrollo de su imaginación y creatividad. Comparta y propicie juegos de representación o dramatización de historias y personajes inventados para que el niño proponga secuencias y tramas de su invención.
- Jueguen *karaoke* o a una representación de un espectáculo musical, ya sea de baile, canto o bien, de teatro, a partir de un cuento conocido. Este juego es muy divertido para el niño a la vez que estimula su imaginación, expresión de ideas y emociones.
- Enseñe a su hijo rondas y cantos de juegos tradicionales como “Amo Ato”, “El patio de mi casa”, “Doña Blanca”, “A pares y nones”, “A la víbora de la mar”, “El lobo” y otros; juegue a ellos con él ya que estará promoviendo su expresión verbal, dicción, expresión corporal, atención, memoria y otras capacidades mediante una actividad divertida y placentera para el pequeño. Encuentre la letra de algunas rondas tradicionales infantiles en: <http://bibliotecadigital.ilce.edu.mx/Colecciones/index.php?clave=rondas-infantiles>

Inteligencia emocional y formación ciudadana. Resolución de conflictos. Expresión de emociones

- Los juegos de reglas, con normas de convivencia establecidas, permiten que el niño aprenda a respetar acuerdos. Para el pequeño de tres o cuatro años son aspectos que aún le cuesta trabajo comprender; como aguardar turno; pero que, con la práctica y el ejemplo, irá aceptando. Compartir este tipo de juegos con el niño como “Las escondidas”, “Twister”, “Jenga”, “Veó veó” y otros; le brindará espacios de aprendizaje, diversión y perseverancia para ganar.
- Los juegos en los que el niño representa situaciones o personajes imaginarios o representar roles de otro miembro de la familia, propician que pueda expresar sus emociones o sentimientos con mayor facilidad porque permite proyectar cierta carga emocional en su alter ego como si no formara parte de sí mismo. Comparta estos juegos con su hijo y esté atento a sus expresiones para comprender algunas de sus demandas afectivas.

Al leer un cuento



Las ventajas de leer libros y cuentos a los niños pequeños han sido ampliamente difundidas porque se ha comprobado que se favorecen diversos aprendizajes, que van desde el conocimiento de la lengua escrita hasta el desarrollo de la imaginación y el contacto con información de diversas áreas. Además, mediante este ejercicio se establece un clima de afecto muy especial entre el niño y el lector. Por eso es muy recomendable que busque espacios de lectura con su hijo para practicar esta costumbre al menos quince minutos diarios. “No hay que esperar a que el niño ‘ya sepa leer’ para darle libros y leer con él. La lectura es una puerta de entrada a la cultura, a la comprensión y al conocimiento de mundos desconocidos, lejanos o fantásticos, y los niños merecen que en su mundo haya libros, no solo para aprender, sino también para disfrutar con las historias, con las palabras, con la imaginación y la emoción que su lectura provoca.”¹

Competencia comunicativa. Empleo de textos impresos

- Platique con su hijo sobre lo que leyeron, pregúntele qué opina de alguno de los personajes, qué parte le gustó más o de qué otra manera podría terminar el relato.
- Señale el título y el nombre del autor mientras lee, así como cada línea de texto que va leyendo. Con ello, el niño irá dando cuenta de la dirección en que se lee y relacionando algunas letras con su sonido.
- Realice una lectura compartida y pregunte al niño *¿Qué dice aquí?*, en alguna parte en la que él pueda inferir el contenido por la ilustración o al recordar el pasaje leído.

¹ *Libro para las familias. Educación preescolar.* Subsecretaría de Educación Básica de la Secretaría de Educación Pública, Ciudad de México, 2018, p. 25

Pensamiento matemático. Expresiones temporales

- Con los textos de relatos, es frecuente que el niño pida que se reconstruya la trama. Aproveche esta situación para promover que utilice expresiones de tiempo como antes, después, durante, primero, al final, etcétera; a partir de preguntas como: *¿En qué momento apareció este personaje: antes o después de...? ¿Qué pasó al final? ¿Esto sucedió en un inicio o al final de la historia?*

Formación ciudadana. Reconoce y valora costumbres y tradiciones de su comunidad

- Recolecte leyendas tradicionales, para leer con su hijo, en versión infantil, a fin de comentarlas y resaltar valores comunes de la sociedad. Visite sitios como <https://www.bosquedefantasias.com/recursos/leyendas-cortas-para-ninos/leyenda-rey-arturo>, en los que puede encontrar leyendas cortas para niños como *La leyenda del rey Arturo*, *La leyenda de un conejo grabado en la Luna*, *El narrador de historias*, *La semilla de helecho*, *El zapatero feliz*, entre otras historias. También puede contarle leyendas infantiles de diferentes regiones de nuestro país que usted conozca.

Pensamiento creativo. Describe imágenes y opina sobre ellas

- Una de las principales características de los libros infantiles, o libros álbum, que atrae a los pequeños, son sus ilustraciones y sus colores. Aproveche este elemento para desarrollar su apreciación estética. Permita que el niño observe las ilustraciones y pida que opine de ellas a partir de preguntas como: *¿Por qué te gusta (o no) esta ilustración? ¿Qué emoción quiso expresar el ilustrador aquí? ¿Qué colores son los que más utilizó? ¿Qué colores usarías tú?*, y otras similares.

Inteligencia emocional y formación ciudadana. Expresión de las emociones

- Escuche los comentarios de su hijo que surjan de la lectura, ya que las situaciones o los personajes imaginarios dan pie a que exprese emociones, dudas o preocupaciones con mayor facilidad que si se le pregunta directamente, pues plantear sus ideas desde otro personaje y no desde sí mismo le quita cierta carga emocional o temor de exponerse. Preste atención a sus comentarios y trate de entablar una conversación. Si da cuenta de alguna situación importante que le esté afectando, trate de entender e intervenir.
- Procure que el tiempo de lectura con su hijo sea agradable y afectuoso, y lea con él con la mayor frecuencia posible. Siéntese junto a él de manera que los dos puedan mirar el libro. Muestre cómo se toma el libro, cómo se pasan las páginas y cómo se trata con delicadeza y con las manos limpias. Cree un momento de cercanía con él.
- Durante la lectura, es muy posible que el niño interrumpa con preguntas o con comentarios: escúchelo, comenten y luego siga leyendo. Es frecuente que el niño pida repetir la lectura de un cuento en especial. Procure hacerlo siempre que lo pida porque esto le proporciona seguridad, tranquilidad, placer y hasta superación de algún temor.

Al usar dispositivos electrónicos y comunicarse



En la actualidad, la distancia física no es un problema de comunicación. Gracias a la tecnología es mucho más sencillo estar en contacto con quienes queremos, aunque no podamos visitarlos con la regularidad que deseamos. Las videollamadas, videochats o videoconferencias desde una computadora, tableta o teléfono inteligente nos permiten mantener una conversación frente a frente con nuestros seres queridos, ya que se han convertido en una herramienta para sentir que estamos en el mismo lugar y espacio. Además, fomentan la comunicación entre las familias o amigos que se encuentran lejos.

Competencia comunicativa. Conversación y narración

- Es importante considerar las capacidades que tienen los niños de entre tres y cinco años y tomar en cuenta que durante una videollamada no podrán tener una conversación concreta o racional por más de unos minutos. Lo más común es que el niño responda cómo está o narre brevemente alguna situación o anécdota. No espere que realice una conversación prolongada, ya que los periodos de atención del pequeño son breves y, si se alarga, seguramente se aburrirá y no percibirá el momento como algo agradable. Este tipo de comunicación favorece en el niño la conversación, la expresión de ideas y la escucha.
- Aproveche las videollamadas para realizar juegos con familiares o amigos, por ejemplo, algunas aplicaciones de videollamada tienen opciones de fondo de pantalla para colocar paisajes o escenarios con los que el niño pueda imaginar y narrar alguna historia acerca de un viaje a ese lugar. También utilicen personificaciones divertidas para reírse de algunas caras diferentes.

- La tecnología puede ser una valiosa herramienta para fomentar en el niño los juegos orales, como declamar poemas, contar chistes o plantear adivinanzas a sus familiares o amigos por videollamadas o videoconferencias.

Pensamiento matemático. Conteo

- Las matemáticas están presentes en la tecnología, por lo que esta es una buena oportunidad para favorecer el proceso de aprendizaje de algunas habilidades matemáticas. El niño de cuatro años ya puede identificar los números de 1 a 10. Para favorecer que siga desarrollando este aprendizaje de una forma dinámica, aproveche una videollamada con algún amigo o familiar para que identifique algunos números y marque el número de teléfono que usted le dicte. Apoye al niño con tarjetas de los números de 1 a 10 para que las vea y repita los nombres de los números.
- En el caso de los niños de cinco años que ya cuentan con habilidades como la escritura y el reconocimiento de la secuencia numérica de 1 a 50, plantee actividades como el uso de las videollamadas por celular al copiar, por ejemplo, el número telefónico de una tarjeta y digitarlo por sí solo, o bien, digitar en la computadora la clave o contraseña para ingresar a una videoconferencia para iniciar su clase en línea.

Pensamiento científico y formación ciudadana. Cultura y vida social

- El niño de hoy está más familiarizado con las nuevas tecnologías, con los juegos interactivos, pantallas táctiles y teléfonos inteligentes que muchos adultos. Promueva siempre un uso creativo y por tiempo limitado, y que en esta etapa lo haga en compañía de un adulto. Evite que el preescolar tenga un dispositivo propio que pueda utilizar excesivamente y sin límite de tiempo, pues si bien es un complemento valioso de diversión, no debe suplir los momentos de juegos motores, por ejemplo.
- Elaboren un álbum digital de fotografías del niño buscando algunas desde que era bebé y de diferentes edades. Procure que se vea cómo ha ido cambiando con el paso del tiempo; pida al niño que mencione algunas de estas transformaciones. Vea con él programas o videos de modificaciones en el tiempo, como la evolución del teléfono o de la televisión, para que conozca algunos de estos procesos.

Inteligencia emocional y formación ciudadana. Colaboración

- El uso de videoconferencias para estar en comunicación con sus compañeros de clase favorece en los niños el trabajo colaborativo. Promueva que comparta juegos, videos o imágenes con sus compañeros.
- Los niños de tres a cinco años centran mucho su pensamiento en su deseo o necesidad de jugar constantemente. Por ello, si hacen videollamadas para ver a algún familiar o para clases en línea, lo ideal es que durante la videollamada se planteen situaciones de juego para que disfruten del momento y, a la vez, comiencen a desarrollar la paciencia y la tolerancia. Por ejemplo, organice un juego de preguntas en la que los niños indaguen las preferencias de sus compañeros, cuál es su color favorito, su comida preferida, su personaje predilecto, entre otras preferencias.

Al hacer juegos de movimiento



En la etapa preescolar, el niño presenta grandes cambios en el desarrollo motor, como caminar, correr, saltar, gatear, reptar, lanzar y atrapar. Todas estas son habilidades básicas y una manera de estimularlas es mediante juegos de movimiento.

Competencia comunicativa. Oralidad

- El niño de tres o cuatro años desarrolla su lenguaje mediante lo que ve y oye, participa en juegos donde se emplean canciones acompañadas de movimientos, repetición de palabras y entonación de estrofas conocidas. Seleccione con el niño una canción de Internet o de un reproductor de música, por ejemplo, "Tic, tac hace el reloj", que se encuentra en la liga bit.ly/2YjgDvo. De preferencia, elijan una canción que implique realizar movimientos. Motívelo para que la entone y siga los movimientos. No importa si su pronunciación no es clara o los movimientos no son precisos, lo importante es estimular su lenguaje.
- El niño de cinco o seis años prefiere escuchar o bailar una canción, entona la mayor parte o las estrofas completas. Invítelo a escribir los nombres de sus canciones favoritas y a comentar por qué le gustan.
- Elaboren una invitación sencilla en tarjetas para los demás integrantes de la familia donde proponga una tarde de baile o karaoke. Con esto empleará el sistema de escritura con la finalidad de expresar y comunicar.

Inteligencia emocional y formación ciudadana. Autorregulación

- El niño aprende mediante el ejemplo y es importante enseñarle a identificar sus emociones, como la alegría, el enojo, la tristeza, el miedo y qué puede hacer para tranquilizarse o sentirse mejor, mostrarle diferentes estrategias para que se autorregule, como respirar profundo, aislarse un poco, pedir ayuda u otras.
- El pequeño de tres o cuatro años está empezando a controlar sus emociones y sentimientos. Ha experimentado felicidad y alegría o expresa también que está enojado sin usar el diálogo. Muéstrole tarjetas con emoticones que reflejen distintos estados de ánimo, para que identifique su emoción, e invítelo a decir lo que no le gusta o lo que lo hace sentir así.
- El niño de cinco o seis años puede expresar emociones de forma verbal y explica por qué se siente así. Por ello es importante que dialoguen sobre cómo se siente y cuál sería la forma de solucionar su conflicto.

Educación física. Desarrollo de la motricidad

- Mediante el juego, el niño está en movimiento y ejercita el cuerpo y la mente. Además, el juego favorece la convivencia familiar. Con el niño de tres o cuatro años realice acciones sencillas, como trepar, brincar, correr en varias direcciones, lanzar objetos y trasladarlos de un lugar a otro, entre otras.
- Prepare un espacio libre, sin muebles ni objetos, para realizar actividades de movimiento. Con una pelota, ponga al pequeño a rodarla en el suelo y después a recibirla con las dos manos. Cambie el movimiento de modo que él tenga que lanzarla al frente o arriba. Ayúdelo a impulsarla. Propóngale el juego "Congelados": el niño lanzará una pelota a los participantes y, al que toque la pelota, deberá quedarse quieto. Esta es una manera de que el pequeño fortalezca el lanzamiento.
- El niño de cinco o seis años muestra mayor dominio de su coordinación gruesa al ejecutar dos movimientos como lanzar y atrapar, brincar con los pies juntos, patear una pelota, y disfruta de correr a distintas velocidades. Invite al pequeño a arrugar hojas de papel periódico para formar pelotas. Esto es un ejercicio para las manos y los brazos. Luego coloque cajas o recipientes y marque a cierta distancia una línea con cinta de enmascarar desde donde el niño debe tirar la pelota e intentar apuntarle a las cajas. Coloque cajas de diferentes tamaños y jueguen por puntos. El que logre meter más pelotas en las cajas más pequeñas gana tres puntos. Otra variante es alejar cada vez más la línea de tiro para aumentar la dificultad del juego.

Al organizar la ropa



El camino de los niños a la autonomía es gradual y ellos lo recorrerán con el apoyo de quienes los rodean. No se trata de dejarlos solos para que “lo hagan como puedan”. Al contrario, se les debe explicar cómo hacer las cosas y animarlos con palabras de aliento como *mira qué bien lo hiciste*, de manera que se sientan acompañados. “Procure que su hijo participe en tareas como recoger los platos después de comer, regar las plantas, recoger la ropa sucia, doblar la ropa limpia, tirar la basura en su lugar o ayudar en la preparación de alimentos (...) que asuma responsabilidades como parte de la familia (...) aliéntelo, no lo desanime; destaque lo que hace bien y estimúlelo para que siga aprendiendo. (...) Es mejor reconocer sus logros que señalarle lo que no hace bien”.²

Competencia comunicativa. Conversación. Explicación

- Aproveche este tiempo para establecer una mayor cercanía, converse con su hijo mientras realizan tareas de limpieza y orden de la casa. Dialoguen, por ejemplo, de las actividades que realizarán durante el día; promueva que él le diga qué tiene ganas de hacer después de terminar, qué ropa le gusta más o la que le agradecería usar al día siguiente, con cuál ropa se siente más cómodo y por qué, cuál es su camiseta, chaqueta o pijama favorita, etcétera.
- Promueva que su hijo le describa el proceso de cuidado de la ropa familiar, los pasos que se siguen después de usarla y hasta que la vuelven a tener limpia y lista para usarla de nuevo. También puede pedir que le explique con sus propias palabras por qué es necesario este procedimiento de cuidado de las prendas de vestir. Así usted tendrá la seguridad de que el niño comprende la importancia de la higiene para una vida sana. Es más fácil pedir su colaboración en estas tareas cuando comprende la intención y no solo por decirle que tiene que ayudar.
- Muestre las etiquetas de los productos que use para lavar la ropa. Léale sus nombres e instrucciones para que el niño se familiarice con su uso y sepa nombrarlos y distinguir sus formas de uso y beneficios.

² *Libro para las familias. Educación Preescolar.* Subsecretaría de Educación Básica de la Secretaría de Educación Pública, Ciudad de México, 2018, p. 13.

Pensamiento matemático. Número. Magnitudes y medidas

- Mientras usted arregla la ropa, pida al niño que encuentre algunos números en las etiquetas para que distinga cuáles son y cuál es su función en cada prenda.
- Pida que acomode su ropa por tipo y color, y que distinga de qué colección tiene más o menos piezas, que sepa cuántos pares de medias tiene, por ejemplo; o cuántas pijamas o pares de zapatos.
- Muestre al niño cuál es su talla de ropa y de zapatos para que tenga conocimiento de ello. Mida su pie, por ejemplo, con una cinta métrica y haga notar cómo el tamaño de sus zapatos corresponde a lo que mide su pie. Haga notar las diferencias de tamaño y talla de ropa entre los miembros de la familia. Así, él distinguirá a quién pertenecen las prendas y ayudará a guardarlas en el lugar correcto.

Formación ciudadana. Reconoce y valora costumbres

- Hágale notar que hay distintos estilos de ropa, aun dentro de la familia o de la que él mismo tiene. Pida que comente cómo se visten algunos niños de su edad que él conozca y cuál es el estilo, qué color o telas prefiere él; y explique que es importante respetar el modo de vestir de cada uno, aunque no nos guste, porque las diferencias son necesarias y todos los gustos y preferencias son válidos.

Pensamiento creativo. Imaginación y creatividad

- Proponga al niño que, para personalizar su ropa, pinte o pegue en ella motivos y decorados que le agraden: parches, botones, listones o las figuras que prefiera. Muéstrole cómo hacerlo y enséñele algunos diseños e ideas de internet www.cosasinfantiles.com/d-10-tips-para-personalizar-ropa-infantil.html

Inteligencia emocional y formación ciudadana. Colaboración

- En general, ordenar la ropa puede ser una tarea poco gratificante; por lo mismo, los niños en edad preescolar pueden mostrarse renuentes a realizarla, pues no encuentran en ello algún beneficio o placer. Explíquese la importancia de la limpieza y de la colaboración de toda la familia en las tareas del hogar para que sepa que su apoyo es muy valioso. Haga de este momento un juego, por ejemplo, diga que ganará quien doble más ropa en menos tiempo o quien halle pares de medias más rápido. Mientras realizan estas tareas, ponga música que le guste al niño, canten sus canciones y cuenten anécdotas o historias de sus personajes favoritos.

Educación física. Desarrollo de la psicomotricidad

- Muestre técnicas de doblado y guardado de la ropa para que el niño intente hacerlo lo mejor que pueda. Plántesele como un reto de desarrollo de destrezas para controlar mejor su cuerpo y ser más ágil en sus movimientos.

Al preparar alimentos



Promueva ocasiones en las que su hijo participe con los adultos de la casa en la preparación de alimentos para la familia a fin de que se involucre, conozca medidas de higiene y alimentos sanos y balanceados, la forma en que se cocinan algunos platillos y los ingredientes que se requieren para los que a él le gustan especialmente.

Competencia comunicativa. Empleo de textos impresos y digitales

- Muestre cómo algunos platillos se preparan a partir de recetas escritas y otros, con las que ya se conocen y no se necesitan leer. Recolecte algunas recetas en revistas, televisión o internet. Señale dónde están el título, los ingredientes y el modo de preparación y léale esto en voz alta. Como ejemplo revise el siguiente enlace bit.ly/3aUpV6t.
- Escriba con el niño una receta de algún alimento que haya ayudado a preparar, por ejemplo, agua de limón, y pida que él le vaya dictando los ingredientes y los pasos que se siguen.
- Proponga buscar juntos recetas de postres que a él le gusten mucho para saber cómo se hacen y, si es posible, cocinarlas.

Pensamiento matemático. Magnitudes y medidas

- Preparar alimentos da oportunidad para repasar con el niño algunos aspectos de medición de peso, capacidad y tiempo. Permita que ellos midan por cucharadas, tazas, gramos y verifiquen, con el reloj, el tiempo de cocción sugerido. Plantee preguntas como: *¿Qué pasaría si le echáramos más sal de lo que dice la receta? ¿Cuántas tazas de agua decía la receta y cuántas nos falta verter? ¿Qué pasaría si sacáramos las galletas del horno antes del tiempo que indica la receta?* Permita que el niño reflexione. Usted valide todas las respuestas que le dé y después explique las posibles consecuencias.

Pensamiento científico. Cuidado de la salud

- La preparación de alimentos es una oportunidad para promover que el niño adquiera hábitos de higiene, que conozca medidas para evitar enfermedades y que conozca qué alimentos son los más adecuados para una vida sana. Investigue con él, en Internet, las consecuencias de la falta de higiene en la preparación de alimentos o de consumir alimentos saturados en grasa o azúcar. Sugiera que dibuje lo que le llamó la atención de la investigación.
- Pida que él mismo responda preguntas y se formule hipótesis a partir de cuestionamientos como: *¿Qué es mejor: utilizar mucha o poca grasa para preparar un huevo? ¿Por qué? ¿Qué pasa si no lavamos la fruta antes de comerla? ¿Qué sucedería si comiéramos puros dulces y no verduras ni proteínas? ¿Por qué es bueno comer algo de cada grupo de alimentos?*
- Realice con él una lista de las enfermedades derivadas de la falta de higiene en la preparación de alimentos o del consumo de ingredientes poco recomendables. Anoten también los síntomas principales de cada padecimiento.
- Consiga una imagen del "Plato del bien comer" y explíquelo los grupos de alimentos y la proporción que se debe consumir de ellos cada día. Elaboren juntos un menú de un día en el que atiendan esta recomendación. Apóyese con el siguiente enlace bit.ly/3b0DKA7.

Inteligencia emocional y formación ciudadana. Colaboración

- Lo importante en esta actividad de colaboración es que el niño se sienta parte de un equipo y que cumpla con las funciones que le tocan de acuerdo con su nivel. Observe que, en la preparación de alimentos, el niño apoye en las tareas más sencillas y menos riesgosas, como lavar los ingredientes, contarlos o mezclarlos, pesarlos, decorar del platillo o disponer la mesa; y el adulto realice las acciones más elaboradas o peligrosas, como la cocción o los cortes con cuchillo.
- Dialogue siempre con él y aliéntelo a formar parte de un equipo y a comentar qué tareas son las que más le gustan y aquellas que no le agradan, pero que también son necesarias al cocinar, por ejemplo, lavar los platos y alzar todo. Comente que para ello se pueden establecer turnos.
- Confíe en su hijo para que realice tareas diversas con su supervisión. Por ejemplo, el niño de cuatro o cinco años puede ser capaz de verter, de pesar, de picar fruta con cuchillo de plástico, de servir... y los niños de tres o cuatro años pueden preparar alimentos fríos con acciones como untar, mezclar, colar, exprimir o sazonar.

Al jugar en el parque o en un lugar abierto



El parque o área verde cercana a la casa constituye un espacio de recreación y esparcimiento para el niño. Disfrutar con él de momentos de juego en el parque permite interactuar de diversas maneras y promueve la convivencia familiar. Actualmente los niños prefieren quedarse en casa viendo televisión o jugando con aparatos electrónicos que salir a un parque o a algún espacio al aire libre. Por ello es recomendable asignar unos días de la semana para salir a disfrutar de la Naturaleza, de juegos en familia y para ejercitar sus destrezas: correr, brincar, trepar, etcétera.

Competencia comunicativa. Describir

- Al comenzar su visita al parque o área verde, tome un momento para hacer un recorrido por el lugar. Invite al niño a describir lo que ve a su alrededor: árboles, plantas, letreros, etcétera.
- El niño de tres o cuatro años ya tiene prácticamente desarrollado el lenguaje, por lo que puede describir lo que observa y crea frases casi completas, utiliza las funciones de hablar y escuchar para aprender y, además, apoya su diálogo con gestos, posturas, movimientos corporales y miradas, entre otras expresiones. Conforme avanza en el desarrollo del lenguaje y de su vocabulario, reemplaza el lenguaje corporal con las palabras. Apóyelo para que haga sus descripciones. Tal vez no sepa lo que dice un letrero, pero sabe que contiene palabras que dan alguna indicación.
- El niño de cinco o seis años tiene un manejo del lenguaje más desarrollado que le permite describir y elaborar explicaciones más cercanas a la realidad, y ya puede crear ideas más claras. Motívelo a que intente leer los letreros, señálelos y pregunte: *¿Qué crees que diga ese letrero?* Haga una lectura con él y permita que describa para qué cree que sirve esa indicación, por ejemplo: “No pisar el césped”, quiere decir que no debemos pisar el pasto para no maltratarlo y que debemos cuidar las plantas para que nuestro parque siempre se vea bonito.

Pensamiento matemático. Número, forma, espacio y medida

- Puede aprovechar la visita al parque de la comunidad para que el niño desarrolle diferentes habilidades matemáticas, como el conteo, la clasificación, la ubicación espacial, etcétera. Por ejemplo, pida que recolecte las hojas que están tiradas en el piso y que integre colecciones con cierta cantidad o que las clasifique por tamaño, color y forma. También pueden jugar a hacer desplazamientos, como *camina cuatro pasos hacia delante y uno a la derecha y luego dos hacia atrás para llegar al árbol*, etcétera.
- El niño de tres o cuatro años es capaz de seguir instrucciones sencillas, ordenar objetos por forma y color y contar entre tres y diez elementos, dependiendo del momento del ciclo escolar. Apóyelo con el conteo. Sugíerale que haga una colección de hojas de tres elementos y ejemplifique. Cuente en voz alta señalando cada hoja. Para la clasificación, haga lo mismo a fin de que él tenga un modelo de lo que debe hacer. A esta edad, el niño todavía no desarrolla la lateralidad, por lo que usted no debe usar los términos *derecha e izquierda*. Es mejor *a un lado o junto a*.
- El niño de cinco años ya es capaz de procesar la información, la recibe, la revisa, la relaciona e intenta obtener nuevos conocimientos por inferencia, por abstracción y generalización de cualidades comunes. Apoye con la manipulación de objetos para que comprenda problemas de quitar, agregar, reunir o repartir.

Inteligencia emocional y formación ciudadana. Autonomía

- Los juegos al aire permiten que el niño se vuelva más autónomo e independiente, que haga frente a los problemas y encuentre soluciones por sí mismo.
- El niño de primer grado de preescolar comienza a abrirse; se hace más independiente y presta más atención a los adultos y a los niños; empieza a explorar y cada vez pregunta más sobre las cosas y situaciones que lo rodean. Pida que observe las plantas, los árboles, los insectos, los pájaros y otros animales para fomentar su curiosidad y sensibilidad en el cuidado de la Naturaleza.
- El niño de preescolar es más independiente, necesita hacer las cosas por sí mismo, es capaz de realizar actividades que implican periodos y atención cada vez más prolongados. Ayúdelo a identificar qué acciones de cuidado puede llevar a cabo, solo y con ayuda, para mantener limpio el parque o el área verde de su comunidad.

Educación física. Desarrollo de la psicomotricidad

- Visitar el parque por lo menos una vez a la semana ayuda a que el niño desarrolle sus habilidades de movimiento. A todos los niños les gusta caminar, correr, saltar y corretearse, y hacerlo favorece su desarrollo motriz.
- El niño de tres años se interesa más en juegos de movimiento, desarrolla día a día la coordinación al correr, saltar, andar en triciclo, lanzar la pelota, etcétera. Realice con ellos juegos de ejercicios musculares en los que el niño pueda colgarse, arrastrarse o brincar de diferentes maneras para incrementar su equilibrio y su fuerza muscular.
- El niño de preescolar ya puede realizar movimientos coordinados, como correr y saltar al mismo tiempo. Juegue con él con una pelota, con aros, con su bicicleta o sus patines. Si tiene más hijos, organice competencias entre ellos considerando la diferencia de edades y las habilidades de cada uno.

Al ir al mercado



Combinar las actividades divertidas con las acciones cotidianas o con los deberes de la casa, por ejemplo: ir al mercado, al supermercado, a la tienda, puede ser una oportunidad para que el niño fortalezca algunas habilidades, como la observación, la clasificación, la exploración de la Naturaleza y la convivencia familiar.

Pensamiento matemático. Número

- Enseñe al niño cómo están organizados los alimentos en el mercado, pídale que observe el color, la forma y su tamaño e invítelo a contar cuántas personas hay en el puesto, cuántas mujeres, cuántos hombres, y a comparar si hay más frutas que verduras. Así trabajará la observación y el uso de números de 1 a 10.
- El niño de tres o cuatro años comprende una o dos instrucciones sencillas. Solicite al pequeño que meta en la bolsa los alimentos por su color, por ejemplo: las naranjas, y a propósito guarde otro alimento de diferente color, como una papa, una manzana o una cebolla. El niño identificará que ese alimento no corresponde a la bolsa porque no es anaranjado y así desarrollará la percepción. Invítelo a responder cuántas frutas o verduras hay de ese color dentro de la bolsa. Otra opción es que identifique si hay muchas frutas o pocas en relación con las verduras. Motívelo a comparar y a utilizar los números que conoce.

- El niño de cinco o seis años es capaz de distinguir otras características, por ejemplo, de forma, si son redondas, ovaladas, grandes, pequeñas, gruesas o delgadas. Plantee un problema con algunas frutas, tome tres grandes y dos pequeñas o cinco redondas y una delgada. Proponga una situación cotidiana en casa como: *Si somos cinco y llevamos tres manzanas, ¿cuántas manzanas necesitamos para que todos los de la familia tengan una? O, si tenemos tres frutas grandes y dos pequeñas, ¿cuántas necesitamos para que haya la misma cantidad de frutas grandes y pequeñas?* Con esta actividad el niño desarrollará habilidades matemáticas, como agregar o quitar.
- El niño de cinco o seis años es capaz de realizar comparaciones. Invítelo a recolectar diferentes tipos de hojas, durante su trayecto, y a clasificarlas de acuerdo con sus características: color, tamaño, forma, etcétera.

Pensamiento científico. Exploración de la Naturaleza

- Durante la visita al mercado, el niño observará seres vivos y otros elementos de la Naturaleza. Invítelo a realizar preguntas o a expresar sus ideas con el fin de conocer sus saberes en relación con lo aprendido en la escuela o en casa.
- El niño de tres o cuatro años formula preguntas que expresan su curiosidad y su interés por saber más acerca de los seres vivos o el medio natural. Para fortalecer lo anterior mencione algunas características de las plantas, por ejemplo: si tienen flores o solo hojas, si hay plantas grandes o pequeñas y si conoce lo que necesita una planta para crecer.
- El niño de cinco o seis años menciona similitudes entre elementos y, mediante la observación, es capaz, por ejemplo, de identificar plantas, flores o árboles similares a los de su comunidad. Es importante que comprenda la utilidad de las plantas. Así le interesará más cuidarlas. Promueva que las observe y se haga cargo del cuidado de alguna de ellas o plantar algunas semillas, por ejemplo, de alpiste, en un bote de leche cortado por la mitad con un poco de tierra, o bien, hacer un germinador de frijol en un frasco pequeño con algodón. Lo importante es que el niño se dé cuenta de los cuidados que necesita una planta para crecer. Invítelo a esperar a que germine y a observar su proceso y la diferencia de cada una de las plantas. También mencione las acciones que realizó para cuidarlas. Pregúntele: *¿Qué pasaría si no las hubieras regado o puesto al sol?*

Inteligencia emocional y formación ciudadana. Empatía

- El niño aprende con el ejemplo. Si usted presta atención a lo que le sucede y a lo que le comenta, el pequeño notará que le importa y desarrollará la empatía. Invítelo a que represente lo que observó al ir al mercado y comente con él qué fue lo que más le llamó la atención. Pida que haga una narración del recorrido.
- Invite al niño a buscar, en revistas, plantas, frutas y animales, ayúdelo a recortarlas. Dialogue con él sobre la importancia de cuidar la Naturaleza. Pida al niño que pegue los recortes, uno por uno, en un cuarto de cartulina, sin dejar ningún espacio. Comente que realizará un *collage*. Pregúntele: *¿Cómo se vería la calle sin árboles y sin plantas? ¿Cómo se sienten los animales cuando les quitan su casa? ¿Cómo te sentirías si no te cuidaran?* Escuche su opinión.

Al jugar juegos de mesa



Los juegos de mesa son ideales para pasar un tiempo en familia, pueden mantener a los pequeños ocupados y, además, propician el desarrollo de habilidades y destrezas como la concentración, la memoria, la observación, la paciencia, el razonamiento lógico y la imaginación. También se favorece la psicomotricidad fina al usar la pinza digital (dedo pulgar e índice), que tiene gran importancia para el aprendizaje de la escritura.

Competencia comunicativa. Explicación

- El niño de cinco o seis años ya tiene un amplio manejo del lenguaje y eso le permite una mayor relación social. Poco a poco el lenguaje regula su comportamiento porque resuelve algunos conflictos y desacuerdos mediante las palabras y es capaz de comprender y llevar a cabo varias instrucciones. Al compartir juegos de mesa, pida que él explique cuál es el procedimiento del juego, las reglas, la meta por alcanzar y las estrategias que él sigue para ganar.
- Todos los juegos proporcionan un espacio para usar el lenguaje verbal como herramienta de comunicación. Aproveche estas situaciones para que el niño amplíe su vocabulario. Observe que se exprese con frases completas cada vez más largas y no solo con palabras sueltas.
- Invite al pequeño a crear un juego que elaboren entre ustedes, con los recursos y materiales que tengan a la mano, por ejemplo: una lotería de animales, un memorama de dibujos con sus personajes favoritos o un juego para formar palabras sencillas. Elija una actividad acorde con la edad y el nivel de alfabetización del niño.
- No olvide que entre usted y él deben redactar las reglas del juego. El niño puede dictárselas y usted escribirlas en una hoja de papel o en su cuaderno.

Pensamiento matemático. Conteo y ubicación espacial

- Los juegos de mesa son una buena experiencia para que los niños practiquen y aprendan a contar, sumar y restar. Además, favorecen la resolución de problemas. Promueva que él mismo cuente las casillas, registre su puntaje, sepa asociar la cantidad con los puntos que marcan los dados y estime cuánto necesita para llegar a la meta.
- Para ayudar a la comprensión de la resta, pida que, por ejemplo, calcule la diferencia entre las fichas o tarjetas que tienen sus compañeros de juego y también el de mayor o menor cantidad. Entre los juegos que favorecen lo anterior están serpientes y escaleras, la oca, Uno, lotería de números, dominó y otros.
- Algunos juegos de mesa también pueden favorecer conceptos espaciales o de ubicación y requerir el uso de expresiones como *arriba, abajo, derecha, izquierda, atrás, adelante, adentro o afuera*. Otros juegos, como la oca, lotería, rompecabezas, tangram y memoria, estimulan no solo el conteo sino también la ubicación espacial al utilizar términos que establecen una posición determinada.
- Un juego de mesa que gusta mucho en todas las edades, porque es un reto que puede presentar diferentes niveles de dificultad, son los rompecabezas. El armado de un rompecabezas desarrolla la observación, la memoria, la concentración y la ubicación espacial. El niño se dará cuenta de dónde debe colocar cada pieza al relacionar la forma con el espacio en el que la va a colocar. Con cierta regularidad, arme rompecabezas con el niño, con una cantidad de piezas superior al nivel del pequeño, pero que sea un reto para los dos. Durante el armado, sugiera que pruebe distintas piezas y formas de acomodo y que busque algún detalle o color que pueda acoplarse a lo que falta.

Inteligencia emocional y formación ciudadana. Autorregulación

- Los juegos de mesa ayudan al niño a regular su tolerancia al esperar su turno, respetar las reglas y, a veces, perder, por lo que se sugiere que todos en la familia participen con cierta regularidad y hagan que también el pequeño respete estas reglas básicas. No deje que siempre pierda ni que siempre gane; porque, aunque los niños pequeños siempre quieren ganar, alternar las consecuencias hace que regulen su tolerancia a la pérdida.
- Jueguen también en pareja, pues esto hace que reciban un trato de igual a igual, ya que todos los jugadores deben respetar las mismas reglas y ello fomenta, entre otras cosas, la equidad. También haga notar que el fin último de los juegos en familia es compartir momentos de diversión y bienestar.
- Al jugar, el niño manifiesta distintas emociones, como alegría, tristeza, miedo, enojo o sorpresa y, al reconocer estas emociones, adquiere mayor conocimiento de sí mismo. Se sugiere que elabore con él un *memorama* de las emociones. Puede ser con tarjetas de cartulina y con el dibujo de emoticones que reflejen cada emoción. En el siguiente enlace bit.ly/3aTQCbb puede imprimir algunas actividades para aprender y reconocer las emociones.

Al caminar por la calle



Disfrutar de un paseo breve por la comunidad ayuda al niño a reforzar destrezas de escucha, por ejemplo: cuando sigue instrucciones al cruzar la calle, girar hacia la derecha o izquierda, detenerse en algún punto. Además favorece la habilidad para clasificar al fijarse en qué se parecen los edificios y en las señales de tránsito. También desarrolla sus habilidades de discriminación auditiva al relacionar los sonidos que produce el medio. En este periodo, el niño regula su independencia y aumenta su interacción con el mundo exterior. Aproveche la oportunidad para dialogar sobre la importancia de tener medidas de precaución. Por ejemplo, comente que es peligroso jugar en la calle y que debe tomar la mano de un adulto al cruzar la calle o caminar por la acera, entre otras.

Competencia comunicativo. Participación social

- El niño de tres o cuatro años reconoce algunas letras, principalmente las vocales y algunas consonantes, y las identifica dentro de palabras o en textos sencillos. Al ir por la calle, pida al niño que identifique en los letreros de tiendas, en calles o anuncios, alguna letra de su nombre y que la pronuncie o mencione el nombre de la letra, por ejemplo: ahí esta la letra *e*, *eeeeee*. Otra variante es que identifique la letra y diga el nombre de un objeto que empiece con ella como: la *o* de *oso*, *ojo*.
- El niño de cinco o seis años identifica varias letras del abecedario, sílabas y es capaz de formar y leer palabras sencillas. Al ir por la calle, motíVELO a leer los espectaculares, los títulos de las revistas y las placas de los automóviles. Realice un concurso para ver quién encuentra más palabras que se inicien o terminen con determinada sílaba. Si el niño ya es capaz de leer y escribir, realice en un cuaderno una lista de las palabras que encontró.

Pensamiento matemático. Figuras y cuerpos geométricos

- Cuando tiene tres o cuatro años, el niño comienza a identificar las figuras en el espacio donde vive y empieza a entender las relaciones entre objetos. Pida que, al caminar en la calle, relacione las formas de los edificios, las casas y los transportes con las figuras geométricas, por ejemplo: el círculo en una llanta de automóvil, el cuadrado en una ventana, el triángulo en alguna señal de vialidad.
- El niño de cinco o seis años reconoce y nombra características de objetos y figuras, por ejemplo, la cantidad de lados o el tipo de líneas, curvas o rectas. Pida que durante el camino identifique algún objeto mediante algunas preguntas que usted realice, por ejemplo: *...tiene forma rectangular y en medio tres círculos* (un semáforo). Él señalará el lugar donde lo identificó. Otra forma es que, después, el pequeño describa la forma del objeto y usted lo identifique, ya sea la forma de sus líneas, el número de lados, etcétera.

Pensamiento científico. Cuidado de la salud

- En esta etapa es necesario fomentar la práctica de hábitos de higiene. El pequeño requiere que constantemente se le recuerde cómo cuidar su cuerpo y cómo prevenir enfermedades. Actualmente los niños reciben información de los adultos y de los medios de comunicación acerca de cómo cuidar su salud y la de los demás. Por eso es fundamental que dialogue con él y le explique la importancia de estas acciones.
- El niño de tres o cuatro años fortalece algunos hábitos de higiene, como peinarse, lavarse las manos y cepillarse los dientes, pero con ayuda de un adulto, ya que aún está desarrollando sus habilidades motrices. Cuando regrese de la calle, invítelo a lavarse las manos correctamente. Vean videos de cómo se hace <https://youtu.be/e0pecj7ZCcQ> o <https://youtu.be/gEjnX86yeis>. Otra actividad para fomentar el lavado adecuado de manos es colocar una marca con un plumón en la palma de la mano e invitarlo a borrarla mientras se lava. El niño identificará la manera adecuada de hacerlo y reconocerá un hábito.
- El niño de cinco o seis años relaciona los beneficios que brindan los hábitos de higiene a su cuerpo, identifica algunos y los asocia con el cuidado personal y la salud. Forme una brigada con la familia donde el niño ayude en la casa a proporcionar el jabón cuando regresen de la calle. También invítelo a que lo realice y enliste los pasos que realizó.

Al acostarse



En este momento puede retomar la convivencia en familia mediante canciones, historias o realizar algunas técnicas de relajación para todos. Cuando el niño se vaya a dormir, programe habitualmente un momento para recordar con él lo que hizo en el día, lo que le agradó y cómo se sintió en alguna situación o si hay algún punto que hablar para mejorar la convivencia familiar.

Competencia comunicativa. Literatura

- El niño disfrutará de la lectura de un cuento antes de ir a dormir y esta vivencia potenciará el vínculo entre usted y él. Disfrutar de este tiempo siempre será importante.
- Para el niño de tres o cuatro años, elija un libro que le agrade, con ilustraciones y letras grandes para que pueda explorarlo y exprese sus ideas. Esta actividad, además, favorecerá la observación y la atención. Enséñele a cuidar los libros, por ejemplo, a pasar las hojas y a no rayarlos, entre otras, y poco a poco él aprenderá a hacerlo. Explíquele las palabras que no sean cercanas a él o sustitúyalas por otras que sí logre comprender.
- El niño de cinco o seis años es capaz de leer un cuento sencillo. Una vez que lo haya leído, realice algunas preguntas sobre el contenido. Invítelo a describir a los personajes o a crear narraciones breves. También proponga un lugar y un personaje y permita que utilice su imaginación para explicar con su vocabulario lo que pasa. A manera de juego, cambie los finales de los cuentos para que los relatos sean absurdos. Por ejemplo, *Caperucita Roja voló en una alfombra para llegar a casa de su abuelita...* Con esto, el niño desarrollará su imaginación y su gusto por la lectura.

Pensamiento matemático. Magnitudes y medidas

- También es una buena oportunidad para practicar otros aspectos diferentes a los números, como la estimación de distancias.
- Invite al niño a identificar algunos elementos o espacios que estén cerca de su habitación, por ejemplo, el cuarto de sus hermanos o el baño, o a mencionar otros que estén lejos, como la sala o el patio.
- El niño de tres o cuatro años puede estimar distancias por medio de la percepción y utilizar los conceptos lejos y cerca. Por ejemplo, pregunte: *¿Qué osito está más cerca de la cama? ¿La pelota está más cerca o más lejos del escritorio?* Tome en cuenta los objetos y elementos de la habitación para comparar las distancias.
- El niño de cinco o seis años puede utilizar las partes del cuerpo, como brazos, pies y manos, para medir distancias. Invítelo a medir la distancia que hay entre su cuarto y las escaleras, la cocina y el patio, y a comparar cuál está más cerca o más lejos. Pida que utilice las partes de su cuerpo.

Inteligencia emocional y formación ciudadana. Autonomía

- Propicie que el niño reconozca sus deberes y obligaciones en la casa de acuerdo con sus necesidades y posibilidades. Realice una lista con las que puede cumplir, como ir al baño, ponerse la pijama y dormir en su cama. Es importante que él elija las que se comprometerá a realizar.
- El niño de tres o cuatro años puede participar con una o dos tareas diarias, por ejemplo: levantar sus juguetes para ir a dormir y lavarse los dientes. Coloque a la vista la lista de tareas en una cartulina, hoja o pizarrón para que los niños lleven su registro con marcas o estampas.
- En el niño de cinco o seis años se puede fomentar el cumplimiento de cinco acciones que realice al final de día. Permita que él registre las tareas que culminó. Para crear un hábito, es importante no interrumpir la rutina. Imprima una copa de campeón y decórenla juntos para felicitarlo por sus logros y avances. Esto ayudará al niño a reforzar su confianza en él mismo.