



Preparado por
Community Action Partnership
of Sonoma County
(707) 544-6911

Vamos Al Kindergarten



Contiene:

- Expectativas para su hijo para el Kindergarten
- Expectativas de los Padres
- Sugerencias de actividades
- Otra información y recursos útiles



VAMOS A KINDERGARTEN

Entrar al Kindergarten es una experiencia única en la vida de un niño. Es un tiempo de grandes cambios para el niño y los padres. Muchas cosas nuevas: caras nuevas, nuevas rutinas y nuevos desafíos. Puede ser muy emocionante, pero puede ser un poquito atemorizante por todo lo que involucra. Estar preparado - saber qué se espera y qué es lo que esperan, puede convertir esta importante transición en un inicio exitoso.



NOTAS

**Recuerde que
usted es el primer y más importante
maestro de su hijo.**

RECURSOS

Si tiene alguna pregunta:

Información y Referencias del Condado de Sonoma:	211
Community Action Partnership	707.544.6911
Head Start	707.544.6911
Referencias para Cuidado de Niños-4C's	707.522.1413
Maternal, Child, Adolescent Health	1.800.427.8982
Clases de crianza-Child Parent Institute (CPI)	707.585.6108
Redwood Empire Food Bank	707.523.7900
Paquete para Padres Nuevos del Programa Los Primeros 5	1.800.543.7025

VAMOS A KINDERGARTEN

TABLA DE CONTENIDO

Qué se espera del niño	1
Qué se espera de los padres	4
Actividades sugeridas	8
Otros consejos para recordar	12
Recursos	14

Preparado por:

Marta Flax Tilling, MSW
School Readiness Program Manager

Agradecimiento especial a todos los miembros pasados y presentes de nuestro equipo de School Readiness.

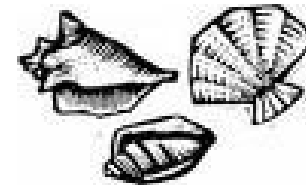
3.2021



Esta es una guía para los niños que entran en kindergarten "regular". Si su hijo está entrando en "kindergarten de transición", recuerda que las expectativas serán diferentes.

Ofrézcanle una **variedad de experiencias** para aumentar su conciencia del mundo. Explore **juntos**, y discutan lo que encuentren.

- Tomen el autobús a nuevos lugares.
- Caminata en el parque y busquen insectos.
- Visiten la biblioteca pública y lean juntos.
- Hagan un picnic en la playa y recojan conchas.
- Visiten a un museo para niños.



Tómese un tiempo libre ("**time-out**") si se siente frustrado. Regrese calmadamente para lidiar con el problema. ¡Cuídese usted también! Clases de crianza le pueden ser útiles.

Si tienen **preguntas** o **preocupaciones**, sigan preguntando a los maestros, personas en la oficina, doctores, etc. hasta que obtengan la ayuda que necesita para su hijo/a. Sea persistente; usted es **el mejor defensor** de su hijo/a.

Involucre a su hijo/a en las actividades de la comunidad como los deportes, horas de historias en la biblioteca, y lecciones de nadar.

**RECUERDEN QUE EL KINDERGARTEN
ES UN MOMENTO ESPECIAL.
¡DISFRÚTENLO CON SU HIJO/A!**

OTROS CONSEJOS PARA RECORDAR

Ofrezcan a su hijo **amor** y **atención**:

- Lean, jueguen, canten, hablen, con ellos todos los días; compartan experiencias y sentimientos.
- **Respondan** a las necesidades de su hijo y contesten sus preguntas.
- Reconozca un esfuerzo genuino ("Dibujaste una casa azul."); esto construye una actitud positiva y confianza en sí mismo.
- Denle muchos abrazos.
- Sean consistentes acerca del comportamiento esperado; un comportamiento inapropiado **siempre** deberá tener consecuencias.

Tengan áreas **seguras** para jugar dentro y fuera de la casa; anímenlo a que haga cosas por sí mismo.

También es Bueno:

- Acomodar un tiempo para **jugar con otros niños** y visitar a otros padres; compartir información, preocupaciones y soluciones a problemas mientras su hijo desarrolla habilidades sociales.
- Dejen que los niños tomen algunas **decisiones** (elegir que ropa se quieren poner, que color de playera o libro para leer) así desarrollaran su **independencia**. Los Niños aprenden de sus éxitos **y** sus fracasos.

LO QUÉ SE ESPERA DE LOS NIÑOS

Estar preparado para Kindergarten es más que tener habilidades académicas específicas. Involucra el desarrollo físico, emocional y social al igual que las habilidades de lenguaje y conocimiento en general.

Los niños se desarrollan a diferentes ritmos, pero las siguientes son guías de ayuda para los niños que entran al Kindergarten.



Desarrollo Físico

- Está sano y bien nutrido, ha recibido sus chequeos físicos y exámenes dentales como ha sido planeado
- Se siente cómodo usando lápices y crayones de cera, puede usar las tijeras para cortar siguiendo una línea y pueda copiar un cuadrado
- Puede equilibrarse y saltar en un pie
- Puede atrapar una pelota grande
- Puede vestirse, alimentarse, e ir al baño solo

Habilidades Sociales y Emocionales

- Se siente cómodo en situaciones nuevas y tiene un acercamiento positivo a las nuevas experiencias y al aprendizaje; se siente interesado y emocionado acerca de la escuela

- Puede seguir dos o tres instrucciones, como: "Por favor toma un libro y siéntate."
- Comparte y toma turnos, juega cooperativamente con los demás y usa buenos modales
- Responde y hace preguntas simples, busca ayuda de un adulto cuando es necesario: "Puedo ir al baño?"
- Participa en actividades de grupo, aprende a jugar con amigos y puede separarse de sus padres.
- Puede concentrarse en actividades y poner atención por lo menos durante 10 minutos.
- Resuelve problemas y toma decisiones con otros niños.



Habilidades Matemáticas

- Cuenta objetos del 1 al 30, reconoce y puede nombrar algunos números del 1 al 10
- Clasifica objetos por tamaño, color y forma; sabe lo que es mismo/diferente, más grande/más pequeño, primero/último
- Te puede dar: uno, dos y hasta 5 objetos
- Identifica figuras: círculo, cuadrado, rectángulo, triángulo

- Jueguen "Yo Veo". "Yo Veo con mi ojito un dibujo en esta pagina que empieza con P de 'perro'." o "Yo Veo algo que rima con 'gato'."
- Animen las habilidades de escritura / dibujo, incluyendo rayar a una edad temprana, ¡No tiene que ser perfecto! Dejen que el niño elija los colores. Elogie el esfuerzo: "Me gusta la casa azul."
- Denle oportunidades para estimular el desarrollo motriz fino: construir con bloques, dibujar, escribir, recortar, usar plastilina, y armar rompecabezas.



6. Animen a su hijo/ a a:

- Conseguir el auto-control y prender a compartir atención con otros niños: usen palabras para resolver los problemas ya que pegar y arrebatarse cosas es inapropiado.
- Ser paciente cuando hay que esperar
- Persistir cuando surgen desafíos: "¡Tu puedes hacerlo! Trátalo otra vez. Se necesita practica."
- Pensar y llevar a cabo actividades fáciles y proyectos sencillos.
- Tomar decisiones apropiadas y cumplir responsabilidades simples, como ayudar con pequeñas tareas o quehaceres en el hogar.



- Pregunten: “¿Cuántos centavos tienes? ¿Cuál vaso tiene más leche? ¿Cuál perro tiene menos puntos? Si tienes 2 galletas, y tu das una a tu hermano, ¿cuántas te quedan? Si tienes 4 botones y te doy uno más, ¿cuántos vas a tener?”
 - Canten mientras conducen o caminan. El canto y la rima son maneras divertidas de animar el desarrollo de lenguaje. Bailen alrededor de la casa.
 - Enséñele rimas infantiles y juegos de deditos a su hijo/a. Hagan canciones chistosas. Lean libros que contengan rimas.
4. Denle oportunidades **seguras** para estimular el desarrollo motor grueso cada día: correr, escalar, lanzar y atrapar pelotas, nadar, bailar, saltar la cuerda, andar en bicicleta, y brincar.
5. Ayuden a su hijo/a **a prepararse para leer y escribir. La práctica es muy importante.**
- Pídanle a su hijo/a que haga un dibujo y que se los explique. Escriba la historia que él dice. Lean la historia con él mientras apunta a cada palabra.
 - Hablen de los sonidos iniciales: “¿Puedes pensar en una palabra que empieza con el mismo sonido que tu nombre?” (“Paola/Pedro empieza con el sonido P de perro.”)

Habilidades de Lectura y Escritura

- Usa oraciones de 5 a 7 palabras
- Está familiarizado con los libros, disfruta escuchar historias, y entiende que la escritura representa el lenguaje
- Hace un dibujo de sí mismo
- Puede decir su nombre y apellido, reconoce su nombre escrito, y puede (o está aprendiendo a) escribir su nombre
- Conoce los nombres de la mayoría de las letras mayúsculas
- Cuenta historias viendo las imágenes del libro

Conocimientos Generales

- Sabe algunas canciones y rimas infantiles
- Puede nombrar colores: rojo, azul, verde, amarillo, anaranjado, negro, blanco, rosa, gris, y
- Conoce las partes del cuerpo
- Tiene algún conocimiento de: los animales, el tiempo, los vehículos, la ropa, la familia, etc.

¡Si su hijo está preparado en la mayoría de estas áreas, él/ella se sentirá seguro de sí mismo y cómodo en el salón de clases y estará listo para aprender!

QUÉ SE ESPERA DE LOS PADRES

Como **padres**, ustedes tienen el **trabajo más importante** en la preparación de su hijo para que tenga éxito en el Kindergarten. Ustedes pueden ayudar a su hijo a ir a la escuela preparado para aprender. Uds. proporcionan un valioso apoyo para el aprendizaje y desarrollo de su hijo en el hogar. Trabaje *con la escuela*. Las siguientes son algunas guías importantes.



1. La Importancia de las Rutinas

- Tengan una hora específica para dormir y levantarse. Comiencen temprano y traten de tener una rutina regular para dormir calmada: cepillen los dientes, conversen sobre el día, canten, ó lean tranquilamente. Un niño de esta edad necesita hasta **10 ó 12 horas** cada noche para que esté **bien descansado y alerta**.
- Envíen una **mochila** con su hijo cada día. **Revisela** cada día y cheque si hay trabajos terminados, notas del maestro ó la escuela, tarea ó sobras del almuerzo. Converse con su hijo/a sobre el trabajo terminado.

- Pregunten: "¿Cuál es tu historia favorita? ¿Por qué? ¿Qué almorzaste? ¿Con quién jugaste? ¿Cómo te sentiste cuando paso éso? ¿Qué podrías hacer diferente?"
- Cuéntenle historias usando oraciones completas y muchas palabras. "¿Qué pasará después?" "¡Wow, ésa fué una respuesta interesante!"

2. Ayuden a su niño a aprender **nuevas palabras para aumentar su vocabulario.**

- Expliquen el significado de las palabras en una forma simple: "Ese árbol es tremendo. Tremendo significa, extremadamente grande".
- Pregunten "¿Qué rima con *pato*?" (gato) o "¿Qué es lo opuesto de caliente?" (frio)
- Aplaudan al pronunciar cada sílaba en las palabras/nombres: "Me-lis-sa," "al-fa-bet-o"

3. Cuenten y canten con su hijo/a.

- Cuenten las manzanas en la canasta, los zapatos en el piso, los perros en la foto, los crayones en la caja, etc. "Muéstrame 4 dedos: 1...2...3...4" Dice, "4 dedos!"
- Ordenen artículos (monedas, calcetines, cubiertos, carros de juguete) por color, tamaño, ó figura
- Fomenten el pensamiento matemático haciendo preguntas.

- **Visiten/sean voluntarios** en el salón de clases; infórmense acerca de las reglas para visitar. Sean voluntarios para viajes de paseo. Sean formales. Participen en comités/grupos para padres en la escuela. Asistan a las noches de "Back to School" (Regreso a la Escuela). Manténganse al tanto del progreso de su hijo/a. No esperen hasta haya un gran problema.
- Pidan información o ayuda si es necesario. El maestro de su hijo, el personal de la oficina de la escuela, el doctor o enfermera de su hijo, el mentor de la familia, y las personas de su iglesia, todos ellos pueden servir de ayuda, sean persistentes: sigan pidiendo ayuda si la necesitan.

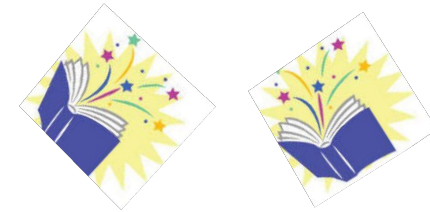
ACTIVIDADES SUGERIDAS

Hablar con su hijo es lo más importante que ustedes pueden hacer para desarrollar al lenguaje. El desarrollo de lenguaje es muy importante para tener éxito en la escuela.

Hablar más de un idioma es un beneficio! Si su familia habla más de un idioma, continúe usando su idioma natal en interacciones cotidianas, narración, canciones y lecturas de libros.

1. Expliquen cómo funcionan las cosas; por qué hacemos cosas en la manera que las hacemos, y qué pasaría si las hiciéramos diferente. Sea positivo.
 - Hablen sobre el **color** del carro, la **forma** de un letrero, los **nombres** de las verduras, los **sonidos** que hacen los animales, el **número** de sillas, etc.
 - Animen el desarrollo del lenguaje haciendo preguntas, dándole información acerca del mundo de los niños. Describan lo que hacen al mismo tiempo que lo hacen: "Estoy haciendo ensalada para la cena. Primero tengo que lavar la lechuga..."

- Tarea, si se dá, es importante. Fijen una hora específica y un lugar para completar las tareas. ¡Deje que su hijo sepa que siempre es una prioridad! Ustedes pueden ayudar, pero, recuerden que es el trabajo de su hijo/a. Siempre revísenla cuando esta terminada. "Primero trabajamos, y luego jugamos."



- Lean con su hijo/a por lo menos 15 minutos al día, y háganlo divertido! Hablen sobre lo que leen; opinen sobre los dibujos, y usen esto como una oportunidad para aumentar el vocabulario. Repasen los libros favoritos, los niños aprenden por repetición. Esto ayuda al desarrollo del lenguaje.
- Limiten el "tiempo de ver pantallas" que no esté relacionado con la escuela (los videos, la televisión, los juegos de video, la computadora, el celular) a no más de 1 o 2 horas cada día. Vigilen lo que su hijo/a ve. Miren la tele con su hijo/a; discuta lo que ven. Sean claros acerca de lo que es apropiado ver: la violencia es incómoda y perjudicial para los niños.
- Anímenlo a leer, jugar con juguetes, crear juegos de fantasía, realizar proyectos de arte, y participar en actividades físicas. Los niños aprenden a través del juego.



2. Salud y Nutrición

- **Un desayuno saludable** proveerá energía y ayudará a que su hijo/a se concentre en la escuela. Limite la cantidad de azúcar en el desayuno. Huevos, yogur, y un cereal bajo en azúcar (Cheerios, avena) son comidas sanas para comenzar el día.
- Asegúrense de que su hijo/a reciba una **merienda y almuerzo nutritivo** cada día. Envíen un bocadillo **sin azúcar** para la media mañana (frutas, nueces, yogur, galletitas saladas) Si ustedes mandan un almuerzo, manden comidas nutritivas: sándwich (crema de cacahuete, queso, atún, carne ó burrito), zanahorias y apio, y fruta. Midan la cantidad de dulces y el tamaño de la porción; póngale nombre a la lonchera o bolsa donde se encuentra el almuerzo de su hijo/a. Las bebidas dulces o sodas **no** son apropiadas.
- Atienda a las **preocupaciones dentales o de salud** con prontitud. Un niño que no se siente bien o está con dolor no puede concentrarse en la escuela.
- Tenga **chequeos médicos y dentales con regularidad** y mantenga las vacunas actualizadas.
- Mantenga a los niños **enfermos** en casa. La escuela tiene pautas a seguir.



3. Relación con la escuela

- **Hablen sobre la escuela** con su hijo; Interésense en lo que pasa en la escuela. Escuchen. Hagan preguntas que requieren más que una respuesta afirmativa o negativa: "¿Cuál fue tu actividad favorita en la escuela hoy?" Reconozca un esfuerzo genuino, y trabajen en colaboración y con prontitud con su hijo y el maestro si surgen problemas.
- **Sean puntuales.** Lleguen más o menos 15 minutos antes que la escuela comience; dejen a su hijo en la puerta. Ser puntual es una cualidad importante en la vida. Llegar después que la clase ha comenzado distrae mucho. Si ustedes están atrasados, primero vayan a la oficina y luego a la clase. Recojan a su hijo a tiempo cuando termine la escuela, ó tal vez su hijo tendría que esperar en la oficina. Llame inmediatamente si hay un problema.
- **La Asistencia Regular** es importante. Perder días de escuela hace más difícil el mantenerse al corriente y sentirse parte de la clase. Hagan citas para el doctor ó el dentista si es posible después de la escuela. Emergencias médicas o enfermedad son ausencias apropiadas; las vacaciones no lo son. Deben de mandar una **nota** al siguiente día, cuando su hijo ha estado ausente.
- **Comuníquense con la escuela y la maestra.** Pidan una reunión, antes o después de la escuela si tiene una pregunta o preocupación específica, o si su niño/familia están pasando por una situación inusual (muerte o nacimiento en la familia, pérdida de trabajo, enfermedad de un familiar, etc.) Estas cosas afectan el comportamiento de su hijo en la clase y la habilidad para aprender.
- Aprenda a usar el sistema de comunicación escolar en línea según sea necesario.