



De 3 a 4 años

En este documento, encontrarás algunas formas de ayudar a tu hijo a que aprenda y crezca en todas las áreas de las Connecticut Early Learning and Development Standards (CT ELDS, Normas de Aprendizaje y Desarrollo Temprano de Connecticut). Es posible que veas algunas ideas que son casi iguales en áreas distintas. Eso se debe a que los niños aprenden muchas cosas diferentes a medida que conocen más acerca de la gente y del mundo que les rodea. ¡Estas ideas no tienen que ser todo lo que hagas con tu hijo! Puedes pensar en nuevas formas de aprovechar todo lo que se incluye en este documento. De la misma manera en que tu hijo está aprendiendo, tú puedes seguir aprendiendo otras maneras de apoyar el crecimiento de tu hijo. Lo más importante que debes recordar cuando utilices estas estrategias es divertirse y encontrar maneras de ayudar a tu hijo a que aprenda todos los días.



Connecticut Office
of Early Childhood



Facultades Cognitivas

Resolución de problemas

Cuando te enfrentes a un problema simple, hazle preguntas como estas: «¿Qué podemos hacer para arreglar esto?» o «¿Cómo podemos resolver este problema?». Por ejemplo, cuando se derrame comida o bebida, o cuando un juguete caiga debajo del sofá, piensen en formas de resolver el problema juntos y busquen herramientas que puedan usar como ayuda. Estas preguntas pueden ser útiles para que tu hijo/a desarrolle importantes habilidades para resolver problemas.

Explora la causa y el efecto

Las rutinas diarias pueden ser una oportunidad para explorar cómo las acciones permiten que algo suceda. A la hora del baño, pueden hablar sobre lo que sucede cuando vierten agua sobre un paño o una esponja seca. Haz afirmaciones tales como estas: «Cuando te paras al sol, te da calor» o «Estuviste corriendo mucho y ahora tu respiración es más rápida», que le indiquen a tu hijo/a cómo una acción genera un efecto.

Planifica una actividad

Realiza con tu hijo/a una actividad que requiera más de un paso, como cortar y pegar o mezclar y verter. Antes de comenzar, pregúntale qué se debe hacer primero, segundo, etc. Hablar sobre los pasos de una actividad o rutina servirá para que desarrolle habilidades de planificación.

Desarrollo Social y Emocional

Planifica un desafío simple

Elige una actividad o un juego que le interese a tu hijo/a, pero que también sea un poco desafiante. Si se frustra, conversen sobre lo que siente. Por ejemplo, puedes decirle: «Veo que estás frustrado/a porque se cayó la torre» o «Me doy cuenta de que te estás enojando». Luego, trabajen juntos para encontrar una solución. Al hacer esto, le enseñas palabras sobre emociones, le haces saber que está bien sentirse frustrado/a o enojado/a y lo/a ayudas a pensar en soluciones. Esto es útil para que aprenda que está bien enojarse, pero que no tienen que permanecer así.

Practica tomar turnos con tu hijo/a

Jueguen un juego que implique turnarse o pídele a tu hijo/a que comparta su juguete favorito por un rato. Ayúdalo/a a tomar turnos haciéndole saber que pronto tendrá la oportunidad de jugar. Concéntrate en la habilidad de esperar y no en lo que están esperando. Esperar suele ser difícil en la infancia, así que comienza con turnos cortos. Es posible que necesite que le recuerdes que tendrá que esperar un turno. Puede ser útil que tenga algo más para hacer mientras espera. Dile en voz alta: «Ahora es tu turno» para aliviar el estrés de la espera y para que pueda identificar el cambio de turno.





Salud y Desarrollo Físicos

Practica con tu hijo/a el uso de diversas herramientas domésticas

Mientras estés observando, dale a tu hijo/a la oportunidad de practicar el uso de herramientas domésticas como tijeras, marcadores, crayones, tenedores, cucharas, etc. Muéstrale cómo o ayúdalo/a a sostener las herramientas de la manera correcta, ajustando sus dedos, y animalo/a si se frustra. El uso de diferentes utensilios fortalecerá los músculos de sus manos y servirá para que ejercite la coordinación ojo-mano.

Desafía las habilidades físicas de tu hijo/a

Siempre que sea posible, pídele a tu hijo/a que se mueva de maneras diferentes en el patio del recreo o en un área abierta. Por ejemplo, puedes ubicarte detrás de él/ella mientras intenta escalar una pequeña pared de roca en el parque alternando las manos y los pies. Planifica una pequeña carrera de obstáculos en la casa que le sirva para practicar subir escaleras, gatear por debajo de algo y saltar por encima de algo que esté a poca altura del suelo. Estas actividades son útiles para que desarrolle la movilidad, los movimientos de los grandes grupos musculares y la coordinación.

Habla con tu hijo/a sobre la salud y la seguridad

Durante las rutinas cotidianas, habla con tu hijo/a sobre la importancia de estos hábitos. Ayúdalo/a a entender por qué lavarse las manos antes de comer y después de usar el baño es importante para su salud y para protegerlo/a contra enfermedades. Explícale por qué es importante que se cepille los dientes después de cada comida. Estas valiosas conversaciones lo/a ayudarán a comprender por qué hacemos estas cosas y le enseñarán seguridad, responsabilidad y hábitos saludables.

Lenguaje y Alfabetización

Muéstrale a tu hijo/a la importancia de la lectura

Comparte imágenes o libros con tu hijo/a. Señala a otras personas cuando veas que están leyendo. Cuando un cartel o las palabras brinden información importante, indícaselo a tu hijo/a. Mostrarle que hay palabras en todas partes y que estas nos indican cosas importantes es útil para que comprenda los conceptos escritos, aprenda nuevas palabras y desarrolle sus primeras habilidades de alfabetización.

Haz que los libros sean divertidos

Vayan a la biblioteca, miren libros juntos y retiren libros para llevar a casa. Hablen sobre lo que sucede en las historias de los libros y pregúntale a tu hijo/a sobre lo que cree que podría suceder después. Muestra un interés auténtico en las cosas que él/ella señale y haz comentarios al respecto. Estas actividades servirán para que comprenda la estructura del lenguaje y el significado de las historias, y desarrolle un interés por los libros.

Practiquen escribir letras

Cuando tu hijo/a escriba o dibuje, hazle comentarios sobre las marcas que hace. Por ejemplo, si le dices: «Eso se parece a la letra X», lo/a ayudará a comprender cómo las marcas que hace pueden tener un significado y, al mismo tiempo, lo/a alentará a tratar de escribir más letras.





Artes Creativas

Enséñale sobre materiales

Habla con tu hijo/a sobre las cosas que usó en un proyecto que hizo (por ejemplo, un cuadro, una escultura o una torre). Recurre a los detalles para describir lo que usó (por ejemplo, papel grueso, cartulina, tela, pompones, lentejuelas, etc.). Estas conversaciones le permitirán entender el valor de usar diferentes objetos para crear obras de arte y lo/a ayudarán a desarrollar sus habilidades creativas.

Apreciación musical

Escucha diferentes tipos de música que reflejen tu gusto o cultura. Permite que tu hijo/a escuche diferentes estilos de música (por ejemplo, clásica, pop, reggae, rock) y pídele que describa lo que escuche, lo que sienta o cómo quiere moverse cuando escucha ese tipo de música.

Artes dramáticas

Juega a simular con tu hijo/a. Actúa como un personaje (por ejemplo, un médico) para que se involucre en la representación de un papel o permite que él/ella te indique quién quiere que seas y qué debes hacer. Tu hijo/a podría decidir ser el médico y dejar que tú seas el paciente. Sé creativo/a con los elementos que necesites y los materiales (por ejemplo, puedes usar una taza como estetoscopio o un plátano como teléfono). Déjate llevar por su creatividad para que desarrolle la imaginación.

Matemáticas

Háblale sobre las formas

Habla con tu hijo/a sobre las formas de los distintos objetos de la casa. Pregúntale cómo sabe que el plato es circular o por qué la servilleta es cuadrada. Usa palabras como líneas, ángulos, esquinas y bordes para ayudarlo/a a pensar en las diferentes formas. Usa algo en tu casa que sea largo y delgado (por ejemplo, palillos, espaguetis secos, sorbetes) para construir rectángulos, cuadrados y triángulos. Resuelvan problemas juntos hablando sobre cómo se puede construir un círculo con líneas curvas.

Mide las cosas

Permite que tu hijo/a use una herramienta de medición (por ejemplo, una regla o cinta métrica) para practicar la medición de objetos de la casa. A los/as niños/as también les gusta usar objetos domésticos (por ejemplo, un pedazo de papel), sus manos o incluso sus propios pies para medir objetos. Averigüen cuántas pulgadas, centímetros o manos mide la mesa. Usa palabras de medición como pulgadas, centímetros, ancho y largo. Comparen las medidas (por ejemplo, puedes preguntar: «¿Cuál es más largo?»). Esta actividad servirá para que identifique los números, comprenda por qué motivo podríamos medir las cosas, practique el uso de nuevas herramientas y aprenda nuevas palabras relacionadas con la medición.

Números

Practica contar con tu hijo/a. Usa los números para contar grupos pequeños de objetos. Intenta también encontrar un momento simplemente para «contar» la mayor cantidad de números posibles. Esto le da la oportunidad de practicar los nombres de los números, incluso si todavía no es capaz de llevar la cuenta de tantos objetos.





Ciencias

Habla con tu hijo/a sobre observaciones diarias

Cuando tu hijo/a y tú estén al aire libre o en casa, hablen sobre las cosas que estén sucediendo. Pídele que te diga lo que vea, oiga o toque. Anímalo/a a hacer preguntas sobre cómo funcionan las cosas. Conversaciones como esta ayudan a los/as niños/as pequeños/as a comprender el mundo que los/as rodea y a desarrollar las habilidades de investigación necesarias para explorar y experimentar.

Proporcióname a tu hijo/a una variedad de herramientas

Cuando se bañe o cuando juegue en la tierra, ofrece a tu hijo/a diferentes objetos para que los use. Por ejemplo, si le das varios recipientes, tazas o tubos de diferentes tamaños, podrá explorar cómo fluye el agua y cómo se llenan los distintos recipientes. Si le das una taza, una pala, un palo y una cuchara vieja, le darás la oportunidad de descubrir cómo cada una de las herramientas excava la tierra de manera diferente. Pregúntale sobre sus elecciones y sobre los resultados.

Experimenten con las sombras

Ilumina el piso o salgan al aire libre para estar bajo el sol. Observen las sombras que generan los diferentes objetos o creen sus propias sombras colocando objetos entre la luz y el piso. De ser posible, coloca una hoja de papel y dibuja la sombra. Intenta acercar y alejar el objeto de la luz para que cambie de tamaño. Vuelve a dibujar la sombra para observar el cambio. Habla con tu hijo/a sobre por qué hay una sombra y por qué podría cambiar (por ejemplo, cuando el objeto está más cerca de la luz, bloquea más la luz).

Estudios Sociales

Iguales y diferentes

Habla con tu hijo/a sobre la familia y sobre las distintas funciones que desempeñas. Habla sobre otras familias que podrían ser diferentes a la tuya. Cuando hables de familias que son diferentes, menciona también algo que sea igual. Habla sobre quién cuida a los amigos de tu hijo/a en sus casas, quién trabaja, quién va a la escuela, la comida que comen en familia. Aprender sobre individuos y grupos es útil para que comprendan el valor de sí mismos y de las personas de su alrededor.

El tiempo y los cambios

Muéstrale a tu hijo/a fotografías de él/ella y de la familia a lo largo del tiempo. Háblale sobre cómo las personas cambian y crecen con el correr de los años: de bebé a niño, a adolescente y, luego, a adulto. Habla sobre familiares cercanos y cómo solían ser tan jóvenes como él/ella. Muéstrale una fotografía si tienes alguna. Observa lo que es igual y diferente en todas las edades y trata de responder las preguntas que te haga sobre el tiempo y los cambios.

