



De 4 a 5 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

Descubran el aprendizaje

Cuando tu hijo/a esté interesado/a en un tema en particular, busca las maneras de que pueda aprender más sobre eso. Busca un museo o una biblioteca local, habla con un miembro de la comunidad que sepa sobre el tema o léele información de sitios web que encuentres en Internet.

Resuelvan juntos los problemas

Busquen juntos soluciones a los problemas. Por ejemplo, si tu hijo/a acude a ti para que le ayudes a tomar algo de un armario alto, pregúntale qué se podría hacer para bajarlo. Pídele ayuda para resolver los problemas domésticos, como limpiar la aspiradora o reparar algo que esté roto.

Explore la casa, el jardín o el vecindario

El aprendizaje puede ocurrir en cualquier lugar. Explore las alacenas o armarios y el exterior. Cocinen y horneen juntos, hablen sobre las matemáticas, sobre la naturaleza y sobre cómo funcionan las cosas.

Encuentra formas creativas de usar objetos comunes

Construyan un fuerte usando cojines, sábanas y cestas de ropa. Usen cajas de cartón y tubos del papel de cocina para crear una granja o una ciudad. ¡Las posibilidades son infinitas!

Desarrollo Social y Emocional

Háblale sobre los sentimientos

Nombra las emociones y habla sobre formas de ayudar a tu hijo/a a calmarse cuando esté molesto/a.

Enséñale a llevarse bien con los demás

Muéstrale cómo llevarse bien con los adultos y niños. Ayúdalo/a a entender por qué seguimos reglas y usamos palabras agradables. Háblale sobre cómo hacen sentir a otras personas las palabras y los comportamientos para que pueda decidir por sí mismo/a qué palabras usar y cómo comportarse.

Enséñale distintas maneras de manejar los conflictos

Muéstrale cómo manejar los desacuerdos hablando sobre ellos. Aquí hay algunas ideas:

- Sugierele palabras para que use cuando esté molesto (por ejemplo: «Si alguien derriba la torre que estabas construyendo, dile que te sientes enojado/a»).
- Enséñale formas de calmarse antes de hablar (por ejemplo: «En este momento, estoy enojado/a y necesito unos minutos a solas para calmarme antes de hablar»).
- Ayúdalo/a a llegar a un acuerdo (por ejemplo: «Ambos quieren este juguete. ¿Qué podríamos hacer para que los dos puedan usarlo?»).





Salud y Desarrollo Físicos

Planifica el tiempo para que tu hijo/a esté activo

Asegúrate de que tu hijo/a tenga tiempo para realizar una actividad física intensa. Vayan al parque, a un gimnasio u organicen una fiesta con baile en la sala de estar. Trata de ir variando las acciones para que pueda usar distintos músculos. Juega con él/ella o encuentra a otras personas que le ayuden a mantenerse ocupado/a e interesado/a en moverse.

Haz que el movimiento forme parte de todo lo que hace

Salten de la acera, caminen de manera tonta hasta la parada del autobús o estírense como jirafas por la mañana. La actividad física puede ser una parte divertida de muchas actividades diarias y lo mejor de todo es que ayuda a los niños y las niñas a aprender y crecer.

Haz de la alimentación un juego

Desafía a tu hijo/a a encontrar alimentos que pertenezcan a varios grupos y ayúdalo/a a planear un menú saludable. Hagan una lista, vayan juntos a comprar los alimentos y hablen sobre otras comidas. Prueben una nueva comida todas las semanas y vayan cambiando el grupo de alimentos que prueben. Comprender por qué hacemos estas cosas le enseñará seguridad, responsabilidad y comportamientos saludables.

Lenguaje y Alfabetización

Lean, lean y lean

Leer muchos libros diferentes con tu hijo/a puede ser útil para que desarrolle el amor por la lectura, y, además, de este modo, aprende cosas nuevas. Permítele que elija libros sobre temas que le interesen. Combina la lectura con otras cosas que le gusten, como sentarse en su silla favorita y cómoda o comer un tentempié.

Señálale las palabras y los símbolos que vean todos los días

Háblale sobre cómo las palabras nos indican a dónde ir (por ejemplo, los carteles de salida y del baño) y qué hacer (por ejemplo, las señales de alto en la carretera). Señálale las ocasiones en que las palabras son útiles para ti, como por ejemplo para leer una receta, una carta o un mensaje de un familiar. Comparte con él/ella carteles y símbolos que puedan entusiasmarlo/a, como el de la biblioteca o el de la tienda de comestibles.

Haz que las palabras sean divertidas

Realicen juegos de palabras con rimas y palabras que comiencen con el mismo sonido (aliteración). Cántale canciones tontas que involucren juegos de palabras o léele libros que tengan rimas. Diviértanse aprendiendo o inventando nuevas palabras.





Artes Creativas

Fomenta su creatividad

Fomenta la creatividad y la expresión, ¡y no te preocupes por los resultados! Hazle preguntas a tu hijo/a sobre lo que está pensando y haciendo. Señala las cosas que observes sobre la obra de arte en lugar de concentrarte en si se parece a algo o coincide con el trabajo de otra persona.

Permite que tu hijo/a haga dibujos y esculturas

¡Bríndale a tu hijo/a materiales para crear obras visuales! Usa materiales reciclados, pegamento o engrudo, pinturas, objetos con texturas diferentes, lápices y papel. Pregúntale qué está haciendo. Anímalo/a a ser creativo y recuerda que está aprendiendo; no importa cómo se vean las cosas al final.

Aprovecha el juego imaginario y el interés de los/as niños/as por la música

Muchos/as niños/as pequeños/as disfrutan fingiendo ser otras personas o animales. Juega con tu hijo/a a juegos que impliquen imaginar que son diferentes cosas. Usa tu cuerpo, tu voz y cualquier accesorio que tengas a mano. Aprovecha el interés en la música para explorar la posibilidad de escuchar o tocar diferentes tipos de música.

Bailen

Anima a tu hijo/a a usar su cuerpo para expresar cómo se siente o para mostrar el tono de la música. Muéstrale cómo puede hacer para moverse rápido o lento, suave o entrecortado, etc.

Matemáticas

Hablen sobre los números

Cuenta y señala los números en el entorno, háblale sobre la edad y usa otras palabras matemáticas como más, menos, más largo, más alto, etc. Haz que los números sean divertidos cantando canciones que incluyan números o jugando juegos que impliquen contar.

Usen los números para resolver problemas

Si estás tratando de ver si algo entra en un espacio determinado, usa una regla y cuenta las pulgadas o centímetros. Si tu hijo/a dibuja algo, pídele que lo dibuje más grande y luego mídelo para comparar. Pídele que averigüe si tienes suficientes platos para la cena. Pídele que cuente la cantidad de personas que van a comer y la cantidad de platos para que calcule cuántos más se necesitan.

Explore las formas

Manipular y combinar las diferentes formas ayuda a tu hijo/a a comprender las formas bidimensionales y tridimensionales. Puedes nombrar las formas de cosas que haya en la casa o que vean en la comunidad y hablar sobre sus características, como los bordes, las esquinas y las líneas. Puedes usar objetos que encuentres en casa, como cajas vacías, para construir cosas o crear obras de arte. Trata de exponer a tu hijo/a a distintas formas y a vocabulario nuevo, como cilindros (tubos de papel de cocina), cubos (cajas) y esferas (una pelota o una naranja).





Ciencias

Explore y investiguen

Habla con tu hijo/a sobre la resolución de problemas y sobre cómo funcionan las cosas. Inicia una conversación sobre cómo funciona algo mientras lo estás usando (o cuando te haga una pregunta al respecto) y ayúdalo/a a encontrar la respuesta probando distintas cosas. Por ejemplo, si tu hijo/a está jugando con automóviles y rampas, investiga cómo el cambio de la pendiente de la rampa afecta la velocidad del automóvil. Los/as niños/as suelen involucrarse más en las experiencias de aprendizaje que se inician con su propia curiosidad. El simple hecho de darles la respuesta a una pregunta no siempre alcanza para que comprendan cómo funcionan las cosas. Realizar experimentos les da la oportunidad de investigar, observar y registrar sus resultados: ¡son todas habilidades necesarias para los futuros científicos!

Evita corregir a tu hijo/a de inmediato

Si tu hijo/a dice algo que es incorrecto desde el punto de vista científico, ayúdalo/a a descubrir lo que es correcto en lugar de corregirlo. Por ejemplo, si dice: «Las cosas pesadas se hunden», puedes preguntarle: «¿Qué cosas pesadas has visto hundirse?» o «Me pregunto si podemos encontrar algo pesado que pueda flotar». Luego, permítele que explore y descubra la respuesta por sí mismo/a. Enseñarle a ser curioso y a preguntarse es el primer paso hacia el descubrimiento científico.

Estudios Sociales

Explora las funciones y las responsabilidades de distintos trabajos

Habla con tu hijo/a sobre diferentes funciones, responsabilidades, herramientas asociadas a los trabajos, etc. Pregúntale sobre cómo los diferentes trabajos y personas contribuyen a la comunidad. Los/as niños/as pequeños/as aprenden mucho mediante el juego, por lo que simular que asumen una de estas funciones puede ser útil para que comprendan lo que hacen las diferentes personas.

Habla con tu hijo/a sobre similitudes y diferencias

Los/as niños/as suelen observar similitudes y diferencias entre los individuos o grupos de personas. Hablar con respeto sobre estas similitudes y diferencias ayuda a demostrarle que estas diferencias están bien y consolida sus habilidades de observación.

Habla sobre tu familia y tu historia

Cuéntale a tu hijo/a las cosas que han cambiado desde que tú o un familiar mayor eran pequeños. Mirar las fotografías de la familia o contar historias de tu pasado puede servir para que los niños/as comprendan la historia familiar. Puede ser una manera conmovedora de comenzar a comprender los cambios que ocurren con el tiempo, en especial si conocen a los familiares.

