



Programa de Preparación Escolar

Proporcionado por el Programa de WIC y First 5 LA

## ¡Falta a un año para el Kindergarten!

**¡Ayúdame a estar preparado para el Kindergarten!** Esta es buena edad para empezar preescolar.

**¡Uso el lenguaje de muchas maneras nuevas y quizás no te gusten algunas de ellas!** A los niños de 4 años de edad les gusta decir cuentos, y no todos los cuentos son verdaderos.

**A veces tengo pesadillas y me dan miedo los monstruos.** Esto es normal para los niños de 4 años de edad.

**Puedo usar el inodoro, pero todavía puedo tener accidentes en la cama.** Por favor, se paciente conmigo.

---

**Léeme todos los días.** Llévame a la biblioteca. Limite el tiempo en frente de la televisión y las pantallas a no más de una hora cada día.

---



**PREGUNTA: ¡Falta un año para el Kindergarten! ¿Qué necesito hacer para que mi niño esté preparado?**

**RESPUESTA:** Primero encuentre la escuela en la que su niño irá al Kindergarten. Luego vaya a la escuela y pregunte si tienen un **programa de pre-kindergarten**. Los programas de pre-kindergarten ayudan a su niño a aprender a sentarse quieto cuando escucha un cuento, a aprender a tomar turnos y a prestar atención. También aprenden letras, números, formas y colores. Los niños practican jugando con otros niños. Todas estas habilidades ayudan a su niño a sentirse más cómodo en el Kindergarten.



**¡Intente esto!**

**EN BUSCA DE LETRAS**

Vaya con su niño en busca de las letras A, B y C, o de las letras del nombre de su niño. Dígale, “Vamos en busca de la B. ¡Encuentra una B! ¡Mira! ¡Allí está un banco! ¿Puedes encontrar la B en el letrero? ¡Mira! Yo veo una B roja. ¿La puedes encontrar?”

**PREGUNTA: ¿Qué está aprendiendo mi niño sobre letras y números? ¿Cómo puedo ayudar?**

**RESPUESTA:** La mayoría de los niños de 4 años de edad no están listos para leer, pero a ellos les encantan los libros, letras y números. Practique con su niño pronunciando y escribiendo las letras del nombre de él. Lo mejor que usted puede hacer por su niño es hacer que los libros sean interesantes y divertidos. Léale a su niño por lo menos 15 minutos al día.

**¡Intente esto!**

**IGUAL Y DIFERENTE**

Comprender igual y diferente ayudará a su niño en el kindergarten. Hable sobre los objetos de su casa. ¿Qué tan iguales son? ¿Qué tan diferentes son? Por ejemplo, “¡Mira! Tu tenedor y cuchara son iguales porque comes con ellos y tienen agarradera. ¿De qué manera son diferentes? Son diferentes porque en la punta, tu cuchara es redonda y tu tenedor tiene picos.”



**PREGUNTA: ¿Qué más puedo enseñarle a mi niño para prepararlo para la escuela?**

**RESPUESTA:** Usted puede enseñarle a su niño más sobre las horas. Los niños de 4 años de edad entienden que el día está dividido en mañana, tarde y noche. Enséñele las estaciones del año (primavera, verano, otoño e invierno), y los nombres de los días de la semana. Ayúdele a aprender opuestos como: grande y pequeño, arriba y abajo, más y menos, enfrente de y atrás de, encima y abajo. Hay muchos libros maravillosos sobre opuestos.

**PREGUNTA: ¿Cómo es el lenguaje de mi niño de 4 años de edad?**

**RESPUESTA:** Su niño habla en oraciones y probablemente hable de lo que pasará en el futuro, de lo que ha pasado y de lo que está pasando ahora. Otras personas probablemente entiendan a su niño, casi tan bien como usted. F, V, S, Z, L, y R, son los sonidos mas difíciles. A los niños de 4 años de edad también les gusta inventar palabras y decirlas nada más por diversión. ¡**Dr. Seuss** es uno de los autores favoritos porque el es muy chistoso!



**¡Intente esto!**

Los niños de 4 años de edad pueden decir cuentos. Después de leer un cuento juntos, pídale a su niño que le cuente a usted el cuento que acaban de leer. Cambie las páginas y vea las fotografías mientras que le pregunta, “¿Qué pasó primero? ¿Qué pasó después? ¿Cómo se sienten los personajes del cuento? ¿En dónde viven? ¿Cuál es su fruta favorita? ¿Cuáles juegos les gusta jugar?”

**PREGUNTA: ¡Mi niño me dice mentiras! ¿Qué puedo hacer?**

**RESPUESTA:** Su niño está aprendiendo a decir cuentos. Algunas veces son cuentos verdaderos y otras veces no lo son. Primero, intente entender el porque su niño dice mentiras. ¿Tiene miedo su niño de ser regañado? Algunos niños de 4 años de edad dicen mentiras para protegerse de ser castigados. Si usted castiga a su niño cuando el admite haber hecho algo indebido, el aprenderá a mentirle. En su lugar, trate de decirle a su niño que se siente orgullosa de el cuando dice la verdad. Luego juntos pueden hacer algo para arreglar lo que su niño hizo mal.

Algunas veces los niños de 4 años de edad dicen lo que ellos desearían que fuera verdad en lugar de lo que realmente es la verdad. Ayude a su niño a entender que mientras más diga la verdad, más personas creerán lo que el dice.

Algunos niños de 4 años de edad dicen mentiras porque ellos han escuchado a los adultos decirlas. A veces los adultos dicen mentiras para proteger los sentimientos de otra persona. Su niño de 4 años de edad no entenderá esto todavía. Ponga atención a lo que usted dice y enseñe a su niño a decir la verdad, diciéndola usted misma.

**¡Intente esto!**

**INVENTE UN CUENTO**

Usted y su niño juntos pueden inventar un cuento. Comience con “Había una vez.” Luego agregue el nombre del personaje (persona o animal). “Había una niña o había un niño,” o “Había un dragón que aventaba fuego.” Pida a su niño que decida que es lo que le pasa a esa persona o animal. Luego agregue usted una parte al cuento y su niño que agrega otra parte. No se preocupe si el cuento es un poco simple. Los niños de 4 años de edad podrían nombrar al niño ¡Príncipe Pestaña o Rey del Río Verde! A ellos les encanta esa simplicidad.

**PREGUNTA: Mi niño se ríe de todo lo que tiene que ver con el inodoro y le gusta utilizar ese vocabulario. ¿Qué puedo hacer?**

**RESPUESTA:** Hablar del baño es muy popular para los niños de 4 años de edad. Algunas veces los niños dejan de usar esas palabras si usted los ignora. Si esto no le da resultado, con voz calmada dígame a su niño que a usted no le gusta escuchar esas palabras. Trate de no enojarse. Es divertido para los niños ver la reacción de los adultos.

## ¡Intente Esto!

### ¡LÍBRESE DE LOS MONSTRUOS!

Muchos niños de 4 años de edad tienen miedo a que haya monstruos abajo de sus camas o dentro de sus roperos. Haga un rociador contra monstruos. Ponga agua en una botella con rociador. Dele a su niño un pedazo de papel y crayones y pídale que dibuje un monstruo. Luego pregunte a su niño cual color hará que el monstruo desaparezca y dígame que pinte el monstruo de ese color. Pegue su dibujo a la botella como si fuera una etiqueta. A la hora de dormir dígame, "¡Es hora de ahuyentar a los monstruos!" Deje que su niño le enseñe donde puede rociar. Luego diga, "Ya todos se fueron. Es hora de dormir."



### PREGUNTA: Mi niño tiene pesadillas. ¿Cómo puedo ayudarlo?

**RESPUESTA:** Muchos niños de 4 años de edad tienen pesadillas. No están seguros cuando un sueño es real y cuando no es real. A veces ellos tienen pesadillas después de ver una película, la televisión o escuchar un cuento de miedo. Esta es otra razón para limitar la televisión. Si su niño tiene pesadillas, abrácelo, hablele del sueño, cálmelo y ayúdelo a volverse a dormir.

### PREGUNTA: ¿Cómo puedo saber si mi niño de 4 años de edad necesita más ayuda?

**RESPUESTA:** Hable con su doctor tan pronto como sea posible si su niño hace cualquiera de éstas cosas:

- Se asusta fácilmente
- Pelea seguido
- Le es muy difícil separarse de usted
- No está interesado en otros niños
- No les responde a otras personas
- No pretende
- Se ve infeliz mucho
- No muestra muchos sentimientos diferentes

Para niños de 2 a 5 años de edad, se recomienda limitar el tiempo en frente de las pantallas a no más de 1 hora por día, de programas educativos. Los padres deben ver los medios juntos con los niños para ayudarlos a comprender lo que están viendo y aplicarlo al mundo que los rodea.



Los padres que mantienen la televisión encendida o se enfocan en sus teléfonos pierden oportunidades de interactuar con sus hijos y ayudarlos a aprender.

**CONSEJO: Baje su teléfono.**

### Rincón de Consejos de Seguridad



- Nunca envíe textos mientras maneje.
- Muchos niños de 4 años de edad han crecido y su asiento de seguridad del carro les queda chico. Los asientos impulsores (boosters) son muy importantes para la seguridad de su niño cuando vaya en el carro, y son requeridos para niños pequeños.
- Siempre lea cuidadosamente los límites de estatura y peso impresos en el asiento e impulsor del carro y asegúrese de que es la medida correcta para su niño.
- Los niños de ésta edad siempre deben ir en el asiento trasero del carro y sentados en su impulsor (booster). El asiento delantero no es seguro para los niños.



#### First 5 LA

First 5 LA es una organización dedicada a la defensa de los niños y a la asignación de subsidios. Fue creada por los votantes de California para invertir los ingresos de los impuestos del tabaco de la Proposición 10 en programas para el mejoramiento de las vidas de los niños, desde prenatal y hasta los 5 años de edad, en el Condado de Los Angeles. First 5 LA encabeza causas de salud, educación y seguridad relacionadas con niños y familias. Para más información, por favor visite [www.first5la.org](http://www.first5la.org).



#### El Programa de WIC

WIC provee nutrición y servicios de educación sobre salud, apoyo a la lactancia materna, referencias a agencias comunitarias y alimentos sanos a mujeres, infantes y niños menores de cinco años de edad elegibles. Esta institución provee igualdad de oportunidades. Para mayor información por favor visite [www.wicworks.ca.gov](http://www.wicworks.ca.gov).