



## CÓMO PUEDEN AYUDAR LAS FAMILIAS EN CASA

### Proceso de comunicación

- Hablar de su día y compartir sus pensamientos. Luego, preguntar a su hijo por su día.
- Participar en juegos que involucren escuchar con los niños (p. ej., "Veo-veo", "Simón dice").
- Usar lenguaje descriptivo (p. ej., en lugar de "grande" utilizar la palabra "gigantesco").
- Mostrar habilidades comunicativas mientras juegan (p. ej., hablar/preguntar sobre lo que están haciendo sus camiones).
- Repetir frases incorrectas con la debida corrección (p. ej., si el niño dice: "¡Hoy salvimos a pasear!", responder con: "¡Sí! Hoy salimos a pasear").
- Conversar a menudo con su hijo y utilizar un vocabulario rico mientras se mantiene contacto visual y se escucha activamente.
- Hacer preguntas que requieran algo más que un sí o un no (p. ej., "¿Qué fue lo que más te gustó hacer en el parque?").
- Considerar la posibilidad de utilizar momentos informales para hablar con su hijo (p. ej., la hora de comer, la hora del baño, etc.).

### Lectura temprana

- Leer varios libros con su hijo.
- Utilizar los peluches o marionetas de su hijo para demostrar conversaciones y volver a contar historias.
- Hacer letras con objetos disponibles (p. ej., masa o plastilina, cuerda o palitos).
- Señalar las letras impresas a su hijo durante sus actividades habituales (p. ej., "¿Puedes encontrar un cartel con la primera letra de tu nombre?") o ir a la caza de letras con su hijo.
- Jugar a rimar (p. ej., "¿Qué palabras suenan igual. . . gato y pato o gato y soda?").
- Aplaudir las sílabas del nombre de su hijo (p. ej., Han-nah = clap, clap), así como otros nombres y objetos familiares.
- Conversar con su hijo sobre lo que está leyendo y por qué (p. ej., "Estoy leyendo las instrucciones de esta caja para aprender a hacer esta receta").

### Redacción temprana

- Crear libros utilizando hojas abrochadas junto a su hijo. Escribir historias sobre su familia, sus juguetes, etc.
- Ofrecer a su hijo oportunidades de trabajar con diversos materiales para garabatear, dibujar y crear (p. ej., masa o plastilina, arena, tierra o arroz).
- Incorporar la escritura al juego (p. ej., escribir el pedido de comida cuando jueguen al restaurante o hacer una lista de las compras cuando jueguen a la tienda).
- Después de leer un cuento, pedir a su hijo que describa o dibuje su parte favorita de la historia.



## CÓMO PUEDEN AYUDAR LAS FAMILIAS EN CASA

### Aritmética

- Usar juegos y cantar canciones que incluyan contar, estimar, comprender patrones y números (p. ej., cantar canciones que incluyan aplaudir varios patrones).
- Hacer que su hijo estime cuántos objetos hay en un determinado grupo y luego contarlos juntos.
- Contar los pasos para llegar a un lugar determinado.
- Usar la hora de cocinar, hornear y comer como oportunidades para hablar de números (p. ej., hacer que su hijo ponga la mesa y cuente mientras coloca los objetos o hacerlo juntos).
- Brindar oportunidades para que su hijo explore la escritura de números trazando, pintando o creando números con diferentes objetos.

### Cálculo y pensamiento algebraico

- Ayudar a su hijo a pensar en los objetos como un conjunto permanente (p. ej., colocar una cantidad determinada de objetos en una fila y, luego, cambiar la disposición. A continuación, preguntar: "¿Hay más o menos?").
- Observar, señalar y crear patrones en su casa y en las actividades cotidianas (p. ej., crear un patrón con galletas y pretzels a la hora de la merienda. Luego, su hijo puede recrear ese patrón o crear el suyo propio).

### Geometría

- Armar una carrera con obstáculos utilizando sillas, mesas, almohadas y cualquier otra cosa que tenga. Utilizar palabras como 'por encima', 'por debajo', 'a través' y 'alrededor' para explicar el recorrido.
- Señalar similitudes y diferencias entre formas bidimensionales y tridimensionales (p. ej., círculos y pelotas, cuadrados y bloques).
- Aprovechar la hora del baño para explorar el volumen al llenar y vaciar vasos con agua.

### Análisis de datos

- Clasificar la ropa sucia de diferentes maneras (p. ej., antes de lavarla, clasificarla según sea ropa de color oscuro y claro. Después de lavarla, clasificarla según a quién pertenezca, así como por par de calcetines iguales).

### Medición

- Usar palabras para indicar el tiempo como 'ayer', 'hoy' y 'mañana' cuando hable con su hijo.
- Mostrar a su hijo al medir cosas y hacer que participe en la actividad (p. ej., cocinar con su hijo y hablar específicamente de las medidas según las recetas).
- Medir cosas en su casa con diferentes unidades de medida (p. ej., apilar vasos para ver la altura de algo).



## CÓMO PUEDEN AYUDAR LAS FAMILIAS EN CASA

### Ciencias físicas

- Hacer preguntas sobre objetos (p. ej.,: "¿La ropa está mojada o seca? La metemos en la secadora para que se seque").
- Narrar experiencias y tareas cotidianas utilizando un lenguaje coherente (p. ej., aprovechar la hora del baño para verter y llenar).
- Facilitar tiempo para que su hijo investigue, explore y formule preguntas (p. ej., "¿Qué crees que ocurrirá si...?").
- Experimentar con la causa y el efecto. Hacer una predicción y ponerla a prueba (p. ej., "¿Se hundirá o flotará en el agua?").
- Derretir hielo y comentar lo que ocurre.
- Jugar a las adivinanzas con objetos singulares en su casa (p. ej., "¿Cómo se usa esto? ¿Para qué más podría servir?").

### Ciencias de la tierra y del espacio

- Prestar atención al clima, comentar cómo se siente y los sonidos que se escuchan. Hablar de las diferencias entre un día y otro y entre una estación y otra.

### Ciencias de la vida

- Observar la fauna de su vecindario o de los alrededores de su casa.
- Si es posible, plantar y cuidar flores u hortalizas en jardines o macetas en el alféizar de la ventana.

### Ingeniería

- Aprovechar las oportunidades para ensamblar cosas (p. ej., juguetes, muebles).
- Construir estructuras utilizando objetos domésticos (p. ej., cartón, palitos, material de embalaje, mantas o sábanas).
- Crear y probar diferentes tipos de rampas con distintos objetos domésticos.

### Investigación y métodos científicos

- Celebrar el esfuerzo en el pensamiento creativo y en probar cosas nuevas, ¡incluso si no funcionan según lo previsto!
- Hacer preguntas, explorar opciones y aprender juntos. No siempre es necesario saber la respuesta "correcta", sino colaborar con su hijo para encontrar más información (p. ej., buscar juntos la respuesta correcta en Internet).

### Pensamiento computacional

- Seguir una rutina para las tareas diarias (p. ej., al prepararse para ir a la cama, el primer paso es ponerse el pijama. El segundo paso es cepillarse los dientes.). A medida que los niños crecen, preguntar cuál es el siguiente paso en esa rutina.
- Hablar de los pasos de una tarea y si se pueden hacer esos pasos en un orden diferente.



## CÓMO PUEDEN AYUDAR LAS FAMILIAS EN CASA

### Desarrollo personal

- Hablar de acontecimientos y días festivos especiales para usted y su familia.

### Historia y acontecimientos

- Hablar sobre su día (p. ej., "Primero, nos despertamos, y después, desayunamos").
- Seguir una rutina consistente pero flexible en casa (p. ej., "Primero vamos a cenar y después nos vamos a bañar").
- Preparar a los niños para la siguiente actividad (p. ej., "En cinco minutos cenamos").
- Leer libros juntos y comentar qué ocurrió primero en la historia, qué ocurrió después, etc.
- Compartir fotos suyas o de su hijo cuando eran más pequeños y comentar cómo han cambiado.
- Hablar de acontecimientos pasados, presentes y futuros (p. ej.,: "¿Recuerdas la semana pasada cuando sacamos tu abrigo de invierno? ¡Es porque hacía mucho frío afuera!").
- Aprovechar las oportunidades diarias para señalar a los ayudantes de la comunidad (p. ej., cuando pase un camión de bomberos, se puede decir: "¡Oh! Los bomberos deben de ir a ayudar a alguien").
- Señalar y comentar sobre los símbolos comunitarios y culturales (p. ej., logotipos, señales de tráfico).
- Hacer una "votación" en familia (p. ej., "Hoy podemos cenar tacos o espaguetis. ¿Quién quiere tacos?").

### Geografía

- Usar términos sencillos de localización (p. ej., aquí/allí, encima/debajo, izquierda/derecha).
- Consultar mapas y animar a su hijo a que cree mapas sencillos de lugares que conozca.
- Hablar de lugares emblemáticos y características geográficas de la comunidad (p. ej., estatuas, edificios, parques, ríos).
- Hablar con su hijo sobre su vecindario y las personas y animales que ven (p. ej., cuando vean a un vecino con su perro, hablar sobre las interacciones seguras con los animales).

### Economía

- Comentar qué trabajos, tareas o quehaceres se realizan en casa y quién es responsable de ellos.
- Hablar sobre cuánto podrían costar los artículos en la tienda (p. ej., los plátanos cuestan 19 centavos).

### Ciudadanía

- Trabajar en familia para crear o hablar de las normas familiares (p. ej., "Después de cenar, llevamos nuestros platos al fregadero. Así la limpieza se hace más fácil y rápida").



## CÓMO PUEDEN AYUDAR LAS FAMILIAS EN CASA

### Sentido del yo

- Poner los materiales a disposición de su hijo y permitir que dirija las actividades para favorecer su independencia y creatividad.
- Conversar con su hijo sobre las emociones y las formas adecuadas de expresarlas (p. ej., "¿Cómo se ve la gente cuando está enfadada? Cuando me enfado, intento respirar profundo hasta calmarme").

### Autorregulación

- Crear rutinas consistentes (pero flexibles) para su hijo, sobre todo en momentos de grandes cambios e incertidumbre.
- Preparar a los niños para la siguiente actividad (p. ej., "En cinco minutos cenamos").
- Identificar las emociones con palabras y ayudar a su hijo a asociarlas con sus emociones de forma consistente (p. ej.: "Veo que estás llorando. ¿Estás triste?").
- Contar con un espacio para calmarse y mostrar cómo utilizar herramientas y técnicas para tranquilizarse (p. ej., juguetes antiestrés, ejercicios de respiración).

### Resolución de conflictos

- Leer con su hijo libros y cuentos en los que se hable de la resolución de conflictos.
- Señalar y elogiar los ejemplos de resolución de conflictos cuando surjan.

### Formación y mantenimiento de relaciones

- Hablar con su hijo sobre lo que significa ser un amigo y conservar las amistades (p. ej., cuando su hijo extrañe a uno de sus amigos, considerar formas de ponerse en contacto, como por teléfono, por correo o de forma virtual).
- Mostrar relaciones positivas y sanas con otros adultos y niños (p. ej., establecer contacto visual y escuchar activamente al hablar con los demás).



## CÓMO PUEDEN AYUDAR LAS FAMILIAS EN CASA

### Iniciativa y exploración

- Ser flexibles con los planes, dar tiempo a los niños para que exploren sus intereses y ofrecer opciones cuando sea posible.
- Buscar nuevas oportunidades y experiencias de aprendizaje (p. ej., elegir libros sobre temas concretos para aprender más).
- Ofrecer a su hijo la oportunidad de realizar tareas por sí mismo (p. ej., ponerse la ropa, limpiar los muebles) y felicitarlo aunque no lo haga del todo bien.
- Observar, preguntar y apoyar a su hijo en su exploración en la casa (p. ej.: "Veo que te interesan los dinosaurios. ¿Quieres aprender más sobre eso?". Si el niño responde que sí, considerar la posibilidad de buscar más información utilizando los recursos disponibles).
- Ser curiosos con su hijo (p. ej., si el niño hace una pregunta, dar una respuesta que le motive).

### Habilidades de pensamiento flexible durante el juego

- Ayudar a su hijo a utilizar los materiales de distintas maneras (p. ej., utilizar el control remoto de la televisión como un coche).
- Señalar el lenguaje flexible (p. ej., el gato es un animal y una herramienta que se usa para cambiar los neumáticos).
- Mostrar el pensamiento flexible en oportunidades cotidianas (p. ej., utilizar otros ingredientes en una receta al cocinar o crear nuevas reglas para un juego).

### Atención y persistencia

- Jugar a juegos interactivos con su hijo (p. ej., buscar juegos en los que el niño pueda desarrollar habilidades para experimentar las victorias y las derrotas).
- Leer a su hijo (p. ej., continuar con un libro que no hayan podido terminar de una sola vez).
- Crear responsabilidades apropiadas y seguras para su hijo (p. ej., llevar los platos al fregadero, limpiar los juguetes).
- Elogiar específicamente el proceso y el esfuerzo del niño aunque el proyecto no salga como se esperaba o fracase (p. ej.: "¡Has dedicado mucho tiempo y esfuerzo a construir eso!").

### Interacciones sociales durante el juego

- Modelar interacciones sociales positivas con otros adultos (p. ej., establecer contacto visual y escuchar activamente a otros adultos).



## Artes creativas

El Departamento de Educación de Indiana se compromete a informar y educar a las familias sobre la educación de su hijo, ya que usted es el primer y más importante maestro de su hijo. Esta guía ofrece una visión general de la importancia de las artes creativas y sugerencias de lo que pueden hacer en casa para apoyar el desarrollo de su hijo.

- Los Estándares de aprendizaje temprano de Indiana incluyen conceptos para el desarrollo de los niños y abordan destrezas y habilidades que los niños deben lograr desde el nacimiento hasta los cinco años de edad. Estos estándares también están alineados con los Estándares académicos K-12 de Indiana.
- Se recomienda que los adultos ofrezcan experiencias artísticas abiertas, orientadas al proceso, y que permitan a los niños ser creativos e individualizar sus obras de arte. Los adultos a veces se preguntan si los libros para colorear, los patrones y los modelos precortados son experiencias artísticas apropiadas para los niños pequeños. Estas experiencias artísticas suelen ser frustrantes para los niños pequeños y en edad preescolar, que no tienen la destreza manual ni la coordinación manual-visual necesarias para no salirse de las líneas, recortarlas o reproducir un dibujo hecho por un adulto. A los niños les gusta dibujar o hacer cosas tal como las ven. Considerar la posibilidad de ofrecer oportunidades a los niños para que sean creativos e individualicen sus obras de arte.

### Las habilidades principales incluyen:

- **Música:** Expresión creativa a través de la voz, los instrumentos, los sonidos y los objetos.
- **Danza:** Expresión creativa a través del movimiento.
- **Artes visuales:** Proceso y producción de las artes visuales y apreciación del arte.
- **Juegos de representación:** Expresión creativa e interacción a través del juego de simulación.

### Recursos adicionales:

- [Artículos para la familia sobre Artes creativas: Asociación Nacional para la Educación de Niños Pequeños](#)

## CÓMO PUEDEN AYUDAR LAS FAMILIAS EN CASA

### Música

- Crear instrumentos musicales utilizando distintos materiales (p. ej., ollas y sartenes como tambores).
- Cantar canciones y cánticos conocidos.
- Poner música que fomente el movimiento y la expresión (p. ej., música de varias culturas, el baile de las estatuas) y bailar con sus hijos (p. ej., balanceándose/dando vueltas con los niños más pequeños).

### Danza

- Facilitar tiempo, música y materiales para que su hijo se mueva tanto dentro como fuera de casa cuando sea posible.
- Buscar oportunidades para fomentar la conciencia corporal y espacial (p. ej., utilizar términos como arriba/abajo, bajo/alto).

### Artes visuales

- Facilitar materiales artísticos seguros (para uso en interiores y exteriores) que se centren en el proceso artístico más que en el producto esperado.
- Considerar la posibilidad de utilizar materiales domésticos para crear arte (p. ej., materiales reciclables, utensilios de cocina, espuma de afeitar). Esto podría incluir la construcción de estructuras y la creación de collages con diversos materiales bidimensionales (revistas, anuncios) y tridimensionales (tapas de botellas, el tubo del papel higiénico terminado).
- Producir arte temporal con su hijo (p. ej., utilizar un palo para dibujar en el barro o la arena, pintar con agua en superficies al aire libre).
- Animar a su hijo a utilizar el arte (música, danza, artes visuales y juegos de simulación) para procesar emociones y experiencias (p. ej., dibujar para procesar la llegada de un nuevo hermano, la mudanza a una casa nueva o una separación familiar).
- Hacer preguntas sobre lo que han creado.
- Señalar colores, formas y simetría dentro y fuera de casa (p. ej., reconocer que las hojas cambian de color durante el otoño).

### Juegos de representación

- Hablar con su hijo sobre lo que significa ser un amigo y conservar las amistades (p. ej., cuando su hijo extraña a uno de sus amigos, considerar formas de ponerse en contacto, como por teléfono, por correo o de forma virtual).
- Mostrar relaciones positivas y sanas con otros adultos y niños (p. ej., establecer contacto visual y escuchar activamente al hablar con los demás).



# GUÍAS PARA LA FAMILIA SOBRE APRENDIZAJE TEMPRANO

## Salud física y crecimiento

El Departamento de Educación de Indiana se compromete a informar y educar a las familias sobre la educación de su hijo, ya que usted es el primer y más importante maestro de su hijo. Esta guía ofrece una visión general de la importancia de la salud física y el crecimiento y sugerencias de lo que pueden hacer en casa para apoyar el desarrollo de su hijo.

- Los Estándares de aprendizaje temprano de Indiana incluyen conceptos para el desarrollo de los niños y abordan destrezas y habilidades que los niños deben lograr desde el nacimiento hasta los cinco años de edad. Estos estándares también están alineados con los Estándares académicos K-12 de Indiana.
- La primera infancia es el momento en que los niños comienzan a desarrollar un estilo de vida activo y saludable. Los niños aprenden a través del movimiento activo. El desarrollo de habilidades, conocimientos y actitudes que conducen a ese estilo de vida debería comenzar temprano para asegurar una vida de salud positiva. Los niños pequeños necesitan espacio, materiales comunes y oportunidades para practicar.

### Las habilidades principales incluyen:

- Salud y seguridad: Prácticas de salud y seguridad y conciencia sobre la nutrición.
- Sentidos: Cómo ayudan los cinco sentidos a procesar la información y conciencia corporal.
- Habilidades motrices: Motricidad fina y gruesa y motricidad oral.
- Cuidado personal: Mayor independencia en las rutinas de cuidado personal.

### Recursos adicionales:

- Artículos para la familia sobre nutrición, salud y seguridad: Asociación Nacional para la Educación de Niños Pequeños

## CÓMO PUEDEN AYUDAR LAS FAMILIAS EN CASA

### Salud y seguridad

- Fomentar la higiene en casa (p. ej., "¡Vamos a lavarnos los dientes antes de acostarnos!" o "¡Vamos a lavarnos las manos antes de cenar!").
- Promover y elogiar el lavado de manos y otras actividades de higiene (p. ej., taparse con el codo al toser).
- Promover la salud física y el bienestar al incorporar la actividad física a las rutinas y cronogramas diarios (p. ej., salir a pasear en familia después de cenar).
- Animar a su hijo a identificar los síntomas de enfermedades y bienestar (p. ej.: "Señala dónde te duele").
- Elaborar un plan familiar de salida de emergencia para su hogar y practicarlo (p. ej., analizar y practicar las rutas de evacuación y un lugar de encuentro para su familia en caso de emergencia).
- Elaborar un procedimiento de seguridad familiar en caso de mal tiempo y ponerlo en práctica.

### Sentidos

- Pensar en formas de apoyar el desarrollo sensorial en casa (p. ej., usar la hora del baño como una oportunidad para explorar el agua y las burbujas o cocinar juntos como un momento para explorar los olores y las texturas de los distintos alimentos).
- Dedicar tiempo a descubrir espacios al aire libre en todas las estaciones (p. ej., dar un paseo en familia y hablar de cómo huelen y se sienten las flores).
- Pensar en oportunidades cotidianas para que sus hijos utilicen sus sentidos (p. ej., probar alimentos y preguntar "¿Cómo se siente, huele o sabe esto? ¿Cómo suena cuando lo muerdes?").

### Habilidades motrices

- Buscar formas de mantenerse activos durante las actividades cotidianas (p. ej., animar a su hijo a ponerse de pie o a saltar sobre un pie mientras esperan para cruzar la calle).
- Encontrar formas de utilizar la actividad física como tiempo de calidad juntos (p. ej., explorar la naturaleza, limpiar la casa).
- Crear entornos activos o salir al exterior (p. ej., mover los muebles para fomentar el juego o armar una carrera con obstáculos dentro de casa).
- Pensar en actividades para interiores y exteriores que fomenten movimientos físicos específicos (p. ej., Hokey Pokey, juegos de lanzamiento, bailar, marchar).

### Habilidades de cuidado personal

- Cuando el tiempo lo permita, dejar que su hijo intente realizar de forma independiente las rutinas de cuidado personal (p. ej., vestirse y alimentarse solo, cepillarse los dientes, lavarse la cara).



**Brighter Futures Indiana** (Futuros más brillantes de Indiana) es un recurso para ayudar a las familias a comprender y mejorar el aprendizaje del niño en casa y mientras está bajo su cuidado. Se puede compartir con las familias para obtener más estrategias sobre cómo pueden apoyar el desarrollo de su hijo en casa y también está disponible en Facebook.



El programa del **Centro de Control de Enfermedades (CDC) “Learn the Signs. Act Early.” (LTSAE)** [Aprenda los signos. Reaccione pronto.] dispone de recursos gratuitos basados en la investigación y adaptados a las familias sobre el desarrollo infantil y los hitos del desarrollo. Esto incluye una aplicación **Milestone Tracker** que ofrece actividades y apoyo para las familias. Obtenga más información en Act Early Indiana [Reaccione pronto de Indiana].



El **servicio Bright By Text de WFYI** es para padres y adultos que cuidan a niños pequeños, desde recién nacidos hasta los cinco años. Al registrarse en el servicio con la fecha de nacimiento de su hijo, recibirá mensajes de texto directos con información apropiada para el desarrollo, actividades y más de los recursos nacionales y locales de confianza.



**Vroom** ofrece actividades para apoyar el desarrollo cerebral de los niños desde la infancia hasta los cinco años.



Su biblioteca local puede ser un gran recurso para los programas de educación temprana, y los bibliotecarios pueden ayudar a facilitar y hacer recomendaciones de libros. Encuentre su biblioteca local en el Directorio de la Biblioteca Pública del Estado. Si su biblioteca local está cerrada o demasiado lejos, consulte si ofrecen acceso a recursos en línea (p. ej., Libby, Hoopla).



**Storyline Online** [Historias en línea] La Screen Actors Guild – American Federation of Television and Radio Artists (SAG-AFTRA) Foundation [Fundación del Sindicato de Actores de Cine – Federación Estadounidense de Artistas de Radio y Televisión] tiene una biblioteca en línea con lecturas grabadas por varios actores y actrices.



Buscar en Internet videos para hacer yoga o realizar excursiones en línea a lugares como museos y zoológicos.