

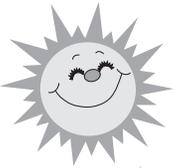
## Padres que participan

### ¿Lo sabían?

Los niños no tienen sentido de la urgencia. Ellos se detienen y se entretienen y se frustran por la insistencia de sus padres a que se apuren. Recuerden con cuánta frecuencia ustedes han deseado el lujo de tener más tiempo y traten de respetar este aspecto del desarrollo de su hijo. Los niños absorben todo y tratan de encontrarle sentido a lo que están aprendiendo.

### Hagan lo siguiente:

Desarrollen rutinas que conduzcan a metas como llevar al niño a dormir, hacer que termine de comer, o hacer que los siga al salir de la casa en la mañana. Las rutinas son el "reloj" de los niños pequeños. Traten de aplicar estos consejos para ayudarse con las rutinas de la mañana y de la noche:



#### Mañana

Hagan que las rutinas de la mañana sean más fáciles dando a su hijo una tarea que pueda hacer para ayudar a salir de la casa, tal como buscar los abrigos de todos, colocar cosas junto a la puerta o darle de comer al perro. Si su hijo está concentrado en una actividad escogida por ustedes, es menos probable que descubra algo que quiera explorar.



#### Noche

Asignen una mayor cantidad y calidad de tiempo a las rutinas especiales de modo que las veces en que apurarse sea inevitable vayan con más tranquilidad. Empiecen su rutina de llevarlo a dormir (baño, juego tranquilo, cuento) 60 minutos antes de la hora de irse a dormir.

Frog Street Toddler © 2014 Frog Street Press

## Padres que participan

### ¿Lo sabían?

Su hijo desarrolla las conexiones cerebrales del autocontrol entre los 16 y los 48 meses de edad. Debido a que el cerebro se desarrolla con la experiencia, es muy importante que ustedes fijen y mantengan límites durante este tiempo. Si ustedes no le ponen la debida atención a esto, su hijo no tendrá ningún límite sobre el cual desarrollar su autocontrol.

### Hagan lo siguiente:

Cuando ustedes digan: "No", que sea no, incluso si reconsideran su decisión. Los niños en edad preescolar son demasiado jóvenes para entender su razonamiento para cambiar una decisión. Ellos asumen que su pataleta ha hecho que ustedes cambien de parecer y esto refuerza lo opuesto de lo que ustedes desean (Autocontrol).

Si a su hijo le da una pataleta, sigan estos sencillos pasos:

1. Describan con palabras lo que ustedes creen que es la causa del estallido emocional. Esto con frecuencia reduce la intensidad de la pataleta porque parte del problema es que su hijo piensa que ustedes no entienden lo que él quiere.
2. Luego aléjense y dejen que su hijo lllore.
3. Sean consistentes. Por ejemplo, si ustedes no permiten comer bocadillos antes de la cena, hagan que esto sea una regla consistente en todos los casos. La consistencia con el tiempo ayuda a los niños a entender los límites y créanlo o no, su hijo necesita y desea límites.

## Padres que participan

### ¿Lo sabían?

Hacer que un niño pequeño coma puede ser toda una batalla. Cuando su hijo era más joven y dependiente, la hora de alimentarse era con frecuencia una experiencia placentera para ustedes y su hijo. Pero ahora que ha entrado a los años preescolares, su hijo se hace demandante y determinado a alimentarse a sí mismo. Esto podría crear un conflicto con la necesidad que ustedes tienen de mantenerlo limpio, poner alimento en su boca o hasta de concluir el proceso de la alimentación en menos tiempo.

### Hagan lo siguiente:

- Admitan que su hijo no se va a morir de hambre. No dejen que la situación se convierta en una lucha de poder. Si su hijo se salta una comida, es muy probable que coma más tarde.
- No se preocupen si su hijo no come un alimento en particular. Darle vitaminas a su hijo pequeño asegurará que está recibiendo la nutrición apropiada.
- Los niños pequeños muchas veces comen porciones más pequeñas pero con más frecuencia. Traten de ofrecerle una bandejita de cosas diversas: Pongan alimentos que se pueden comer con las manos (rodajas de plátano, cuñas de manzana, cuadrados de queso, cereales secos) en un plato con compartimientos, como una bandeja para hacer hielo o un molde para pastelitos. Coloquen esta bandeja en una mesa de fácil acceso para que su pequeño la disfrute.



Frog Street Toddler © 2014 Frog Street Press

## Padres que participan

### ¿Lo sabían?

La comprensión que logre el niño de las figuras es el fundamento de sus destrezas futuras de lectura y matemáticas. Cuando el niño aprende a reconocer los círculos y los triángulos, está construyendo destrezas tempranas que lo ayudarán a reconocer números y letras. Cuando un niño empieza a leer, con frecuencia aprende a reconocer las palabras por su forma. Mientras nosotros continuamos repasando estas figuras, ustedes pueden ayudar a que el conocimiento de su hijo aumente reforzando el aprendizaje en la casa.

### Hagan lo siguiente:

- Hagan figuras de plastilina: un cuadrado, un triángulo o un corazón.
- Preparen galletas usando cortadores en forma de figuras diferentes.
- Hagan "búsquedas de figuras" por toda la casa o el vecindario.
- Lean libros sobre las figuras.
- Platiquen sobre las formas de los juguetes. Por ejemplo, la caja de sorpresas es cuadrada y los trompos son redondos.



### Mirando hacia adelante:

La próxima semana traigan a la escuela un huevo duro para ayudar con las actividades del Sr. Huevo. Asimismo, donen frascos de alimento para bebés limpios para que la próxima semana podamos hacer los batidos morados de leche de vaca.