



Proporcionado por el Programa de WIC y First 5 LA

# ¡Haciendo Amistades!

**Todos los días aprendo palabras nuevas.** Estoy aprendiendo formas, colores, letras y números.

**Estoy aprendiendo a hacer amistades.** Antes me gustaba jugar **cerca de** otros niños. Ahora me gusta jugar **con** otros niños.

**Mi imaginación todavía sigue creciendo.** A mis amigos y a mi nos gusta pretender.



**Estoy aprendiendo lo debido y lo indebido.** Yo aprenderé a portarme apropiadamente con tu ayuda. Esta clase de enseñanza se llama disciplina.

**Uso el baño, pero todavía tengo accidentes.** Por favor sé paciente conmigo.

**Ayúdame a estar listo para el Kindergarten.** Léeme todos los días. Trate de limitar la televisión a una hora al día.

## ¡Intente esto!

Cuando su niño nombra lo que apunta, está demostrando interés. Responda con el nombre, pero agregue información nueva y más palabras. Por ejemplo, si su niño dice, “¡perro grande!” usted puede contestar, “¡Sí! Ese perro es grande y negro. Es del mismo color que aquel gato negro pequeño, pero el perro es grande y el gato es pequeño.” Su respuesta enseña a su niño sobre colores, tamaños, animales y como hacer comparaciones.

**PREGUNTA: ¿Debo preocuparme de cómo está hablando mi niño? Mi niño mayor hablaba mucho mejor a esa edad.**

**RESPUESTA: Todos los niños son diferentes.** Algunas veces los hermanos pequeños no necesitan hablar tanto porque sus hermanos más grandes hablan por ellos. La mayoría de los niños de 3 años de edad hablan en plural (palabras que abarcan más de una cosa, por ejemplo “perros” o “gatos”). Los niños de 3 años de edad dicen pronombres (el, ella, tú, yo, lo, la), pero algunas veces se equivocan. También comienzan a hablar palabras que terminan con “ando y iendo,” como jugando, corriendo y comiendo. Ellos aprenden a hablar sobre lo que está pasando ahora (presente) antes de aprender a hablar sobre lo que ya pasó (pasado) o lo que pasará (futuro). Muchos niños de 3 años de edad hacen preguntas comenzando con quién, qué, dónde, cuando y porqué. Todos los niños son diferentes y aprenden a hablar a su debido tiempo. Si usted está preocupada, asegúrese de hablar con su doctor.

**PREGUNTA: ¿Cómo puedo ayudar a mi niño a aprender más palabras?**

**RESPUESTA:** Cuando usted responde a algo que su niño le dice, usted le está enseñando a su niño que él o ella es importante. Su niño querrá aprender más y usar más palabras. Escuchar demuestra respeto. También le enseña a su niño que es importante tomar turnos en la conversación.

## Vea aquí algunos juegos que usted puede jugar

### Comiendo y Aprendiendo

La comida es una buena manera de enseñar a su niño sobre formas, colores y números. Háblele de la forma y el color de la comida. ¿Le gustan a su niño las galletas cafés **cuadradas** o **rectangulares**? ¿Le gusta a su niño el sándwich cortado en **2 triángulos** o **4 cuadrados**? Corte la comida y cuente junto con su niño. ¿Quiere su niño 2, 3 o 4 galletas? ¿Qué forma tienen las galletas? Si su niño tiene 4 galletas, cuéntelas con su niño. Después de que su niño se coma 1 galleta, pregúntele cuantas quedan. Quizás su niño no podrá decirle, pero juntos pueden contarlas.



### Espió Con Mi Ojito

Este es un buen juego para mantener a su niño ocupado en una sala de espera o en un restaurante. Vea a su alrededor. Escoja algo que su niño sepa la palabra y descríballo. Por ejemplo, si usted escoge un libro, puede decir, “espió con mi ojito algo que tiene paginas”. Deje que su niño adivine. Siga dando pistas hasta que su niño adivine correctamente use palabras como **debajo**, **sobre**, **detrás** y **dentro**. “Espió con mi ojito algo que está **sobre** la mesa”. Cuando su niño comienza a aprender los colores y las formas, usted puede jugar a éste juego con **colores** y **formas**.

### En Busca del Tesoro

Vaya en busca de **azules**, de **rojos**, de **círculos** o de **cuadrados**. Por ejemplo, puede decir “Nosotros vamos en busca de cuadrados. ¡Encuentra algo cuadrado!” Su niño la sorprenderá con lo que encuentra: cuadros en la acera, ventanas cuadradas, galletas cuadradas, mesas cuadradas, y libros cuadrados.

**PREGUNTA: Mi niño dice “eto” en lugar de “esto.”  
¿Cómo puedo enseñarle a decir las palabras  
correctamente?**

**RESPUESTA:** A los niños les es difícil pronunciar algunos sonidos. Muchos niños de 5 años de edad todavía tienen problemas con el sonido de la “R” y de la “L.” Cuando su niño dice “eto,” usted puede responderle diciendo “Ah ya sé. Tu quieres ESTO. ESTO es un libro.” De ésta manera usted le está enseñando a su niño que le entiende lo que él le está diciendo y a la vez, le está enseñando a decir la palabra correctamente.

## ¡Intente esto!

Use “por favor” y “gracias” cuando esté hablando con su niño. Al escucharla a usted decir éstas palabras de cortesía, le ayudará a su niño a aprender a ser atento. Cuando su niño usa una palabra de cortesía, demuéstrole lo feliz que la hace sentir. Recuerde que para aprender a ser atento toma tiempo. Continúe animándolos.

**PREGUNTA: Necesito un consejo sobre como disciplinar a mi niño.  
¡Ayuda por favor!**

**RESPUESTA:** Algunos padres encuentran que tiempo-fuera es una manera de disciplinar a los niños. El tiempo-fuera le ayuda a un niño a aprender límites de una manera segura. El tiempo-fuera debe de ser usado para los comportamientos más difíciles, como dar palmadas, morder o hacer rabieta. El tiempo-fuera le enseña a un niño que debe controlar esos comportamientos. También le da tiempo a nos padres para calmarse y pensar como responderle a el niño de una manera que le enseñará buen comportamiento. Así es como podemos hacer que el tiempo fuera funcione mejor:



- 1) Escoja un lugar seguro para el tiempo-fuera de su niño. No ponga a su niño en un lugar oscuro ni cierre la puerta. El propósito es que su niño se calme. Si su niño se asusta, no se calmará fácilmente.
- 2) Háblele a su niño sobre el tiempo-fuera antes de usarlo. Usted puede decirle, “Si tienes problema para mantener tus manos quietas cuando estás con otras personas, te llevaré a un lugar seguro para que estés solo hasta que estés listo para regresar con el grupo.”
- 3) El tiempo-fuera no debe durar más de un minuto por cada año que tiene su niño. Un niño de tres años no debe estar en tiempo-fuera durante más de 3 minutos.
- 4) Tiempo-fuera no es un castigo. Tiempo-fuera es una oportunidad para que su niño controle sus sentimientos y acciones.

**PREGUNTA: ¿Qué tan importante es para mi niño estar con otros niños?**

**RESPUESTA:** Su niño de 3 años de edad necesita estar con otros niños. Esta es la edad para reunirse en el parque con otras familias con niños. También es buena edad para empezar preescolar. En ésta edad es cuando los niños comienzan a hacer amistades, pero ellos necesitan ayuda para aprender a tratar a los demás con cortesía. Durante éste año, los juegos de su niño serán más complicados. Su niño y sus amistades jugarán a ser diferentes personajes. Un niño quizás haga el papel de bombero, otro niño haga el papel de princesa y otro el papel de un gato. Ellos pueden crear un juego en donde el bombero rescata a la princesa y al gato del árbol. Pretendiendo, los niños aprenden sobre las relaciones sociales y sobre las amistades. Esta es una habilidad importante para ayudar a su niño a prepararse para la escuela.

**PREGUNTA: ¿Qué debo hacer si mi niño no se lleva bien con otros niños?**

**RESPUESTA:** En cualquier grupo de niños habrá veces que los niños no están de acuerdo. Los niños de 3 años de edad están aprendiendo comportamientos que les ayudan a llevarse bien con otros niños. Ellos tienen la edad suficiente para comenzar a aprender a compartir, pero no les será fácil. Ellos no tienen suficiente edad para saber como resolver sus propios problemas. Ayúdelos a pensar en como van a resolver su situación, pero déjelos pensar cual solución funcionará mejor. Cuando ellos eligen una solución, se esforzarán para que les resulte. Si un niño no está cooperando y está actuando de una manera insegura o que pueda dañar a otro niño, sepárelo del grupo por unos minutos. A veces con solo interrumpir ese comportamiento, ayuda al niño a aprender a portarse mejor.

**PREGUNTA: ¿Cómo sabré si mi niño de 3 años de edad necesita ayuda adicional?**

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

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

**PREGUNTA: ¿Qué tan importante es para mi niño correr y trepar?**

**RESPUESTA:** Su niño de 3 a 3 1/2 años de edad necesita oportunidad para correr y trepar todos los días. Esto ayuda a su niño a crecer fuerte y saludable. Trate de encontrar un lugar seguro para que su niño corra. Los niños de ésta edad comienzan a disfrutar más los juegos de estructura como Encantados, La Rueda de San Miguel, Naranja Dulce o La Roña. (Algunos juegos similares en inglés se llaman Tag, London Bridge, Ring Around the Rosy o Duck, Duck, Goose.) Su biblioteca tiene libros y cintas de juegos para niños, que le pueden ayudar a usted a aprenderlos.



**¡Intente Esto!**  
**RUTA DE OBSTÁCULOS**  
 Usted puede colocar una ruta de obstáculos con objetos de la casa o puede hacerlo en el parque. Puede hacerlo usando el equipo de juego o simplemente lo que hay en el parque. Por ejemplo, podría decir, "Pretende que tú eres un avión y vuelas hacia el árbol. Luego regresa hacia a la mesa de picnic. Gatea por debajo de la mesa y luego brinca como conejo hacia a mí y dame un abrazo." Si usted da muchas instrucciones, su niño no podrá recordarlas. Usted puede recordárselas si se le olvidan.

**Rincón de Consejos de Seguridad**



**Casco de seguridad**

A los niños de ésta edad les gusta andar en triciclos, bicicletas, patines y patinetas.

- Cuando ande en cualquiera de estos, su niño siempre necesita usar un casco bien ajustado.
- El casco deberá tener una calcomanía que diga que cumple con los estándares establecidos por La Comisión de Productos de Seguridad del Consumidor (CPSC).
- Lleve a su niño a la tienda cuando compre el casco para asegurarse de que le queda.
- Si usted tiene un casco usado, asegúrese de ajustar las correas para que le quede a su niño.



**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).