



Proporcionado por el Programa de WIC y First 5 LA

¡Al Kindergarten y más allá!



Ayúdame a estar preparado para el Kindergarten. Usted es la mejor maestra de su niño.

Mi curiosidad está creciendo. Tengo preguntas sobre mi cuerpo y porque son diferentes los niños y las niñas.

Tengo sentimientos poderosos y realmente los demuestro. Mis sentimientos pueden cambiar rápidamente.

Léeme todos los días. Llévame a la biblioteca. Trate de **limitar la televisión** a una hora al día.

¡Felicidades! Su niño se está graduando del Programa de WIC Poco a Poco.

Esperamos que usted haya disfrutado de los folletos y libros que WIC le proporcionó y que han preparado a su niño para el Kindergarten y más allá. La mejor manera de ayudar a su niño a estar bien en la escuela es seguir leyendo con el. **Léale diariamente.** Aún cuando su niño sepa leer, leer juntos todos los días durante 15 minutos o más le ayudará a su niño a desempeñarse mejor en la escuela. Usted seguirá siendo la mejor maestra de su niño, aún estando su niño en la escuela.

Gracias por ayudar a su niño a crecer y a desarrollarse...¡Poco a Poco!

PREGUNTA: A mi niño le falta poco para entrar en el Kindergarten. ¿Qué necesito hacer para que mi niño esté preparado?

RESPUESTA: Muchos niños sienten miedo al comenzar el Kindergarten. Ellos no saben como será el Kindergarten. Quizás sus amigos favoritos no estarán en su clase y la escuela les parecerá grande.

Usted puede ayudar a su niño a sentirse contento al ir al Kindergarten. Hable con el sobre como será el Kindergarten. Su niño hará nuevas amistades, dibujará, jugará y escuchará cuentos. Hay muchos libros que le ayudarán a su niño a saber lo que le espera. Algunas escuelas invitan a los niños de 4 años de edad a visitar una clase en el Kindergarten. Pregúnteles a los empleados cuando puede visitar la escuela su niño. No se preocupe si su niño llora durante los primeros días. La mayoría de los niños se sienten mejor después de unos días.



PREGUNTA: ¿Cómo puedo ayudar a mi niño a aprender las letras y los números?

RESPUESTA: A su niño de 4 años de edad le encantan las letras, números, libros y hablar. Practique contando los números con su niño y ayúdele a identificar las letras y sus sonidos. La mayoría de los niños de 4 años de edad primero aprenden las letras de su nombre. ¡Usted puede hacer los libros y el aprendizaje divertido leyéndole a su niño durante 15 minutos todos los días!

PREGUNTA: ¡Ayuda! Mi niño está preguntando sobre la diferencia entre los niños y las niñas y de donde vienen los bebés. ¿Qué dedo hacer?

RESPUESTA: Describa las diferencias básicas usando palabras simples. Solo responda a lo que su niño pregunte. Demasiada información puede confundir a su niño o no ser apropiada para su edad.

Es muy importante ayudar a su niño a entender que las “partes privadas” de su cuerpo no deben de ser tocadas por otra persona. Ni siquiera un amigo cercano o pariente debe tocar a un niño—con excepción de sus padres cuando lo ayudan a bañarse o al ver cuando algo le duele. Un médico podría examinar esas partes, pero solamente si mamá o papá está ahí.



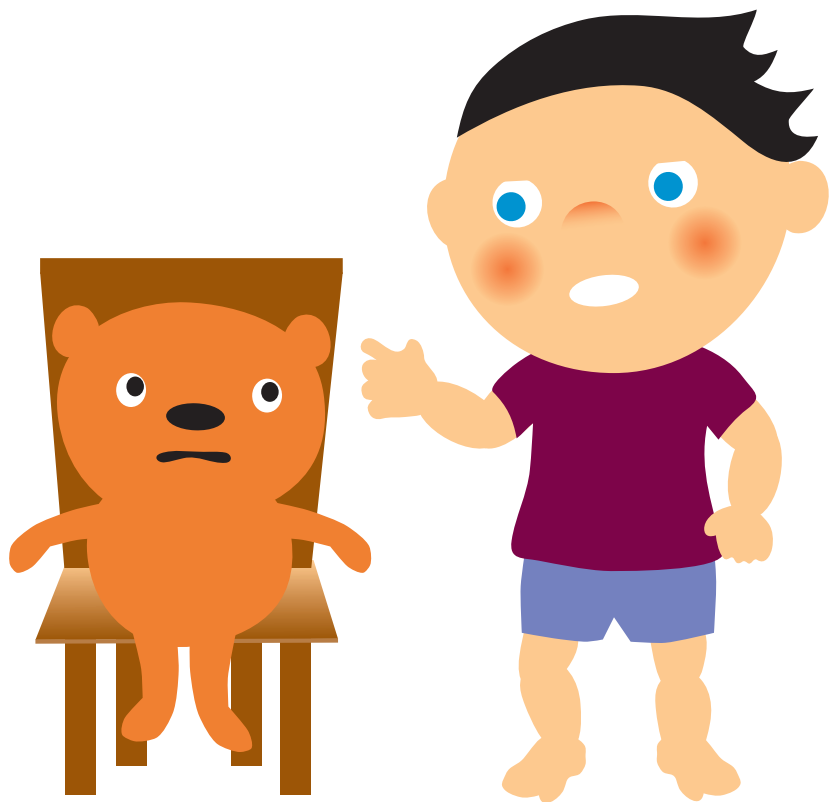
PREGUNTA: Los sentimientos de mi niño de 4 años de edad son muy intensos. Parece que en segundos van de sonrisa a llanto. ¿Es esto normal?

RESPUESTA: Si. Los niños de 4 años de edad tienen sentimientos muy fuertes y no están seguros de como mostrarlos. Cuando su niño se siente feliz, no hay nadie en el mundo que pueda ser más feliz. Cuando su niño está enojado, quizás le diga “¡te odio!” Su niño la necesita para ayudarlo a encontrar otras palabras y otras maneras de expresar esos sentimientos de enojo. Hablar de los sentimientos puede ayudar a su niño a aprender mejores maneras de expresarlos.

Los niños de 4 años de edad están aprendiendo que se puede tener dos sentimientos al mismo tiempo. Quizás ellos no entienden que pueden quererla y sentir enojo con usted al mismo tiempo. Trate de recordarle a su niño que usted lo ama aunque no esté feliz con su comportamiento. Recuerde, los niños buenos a veces se portan mal. Esto no los hace ser niños malos.

PREGUNTA: Mi niño es muy dominante. ¿Qué puedo hacer?

RESPUESTA: Muchos niños de 4 años de edad son dominantes. Preste atención de como le habla usted a su niño. ¿Es usted dominante? Trate de usar “por favor” y “gracias” cuando hable con su niño. Escucharla a usted usar estas palabras cortés ayudará a su niño a aprender a ser cortés. Cuando su niño use una palabra cortés, demuéstrela lo feliz que la hace sentir. Diga, “¡me siento contenta de hacer cosas para ti cuando me dices por favor!”



¡Intente Esto!

Quando usted está leyendo un cuento o mirando la televisión con su niño, pregúntele, “¿qué podrían estar sintiendo los personajes de la historia.” O, “¿Cómo te sentirías tu si te pasara lo mismo? Hable con su niño sobre como se sentiría usted. Lea libros con su niño sobre sentimientos. Pregúntele a la bibliotecaria sobre libros con estas ideas.

PREGUNTA: ¿Cómo son las amistades de mi niño?

RESPUESTA: Las amistades son más y más importantes para su niño. Es con esos amigos que su niño está explorando como las personas se tratan la una a la otra. Los niños de 4 años de edad quieren ver contentos a sus amigos. También quieren ser como ellos y quizás usar la misma ropa. Su niño está cooperando más, pero todavía necesita ayuda en aprender a tratar a otros niños con amabilidad y cortesía.

Antes del Primer día de clases

- ✓ Llame a la escuela para saber cuando comienza el Kindergarten su niño.
- ✓ Pida información para registrar a su niño.
- ✓ Antes de que la escuela comience, pida visitar con su niño el salón de clases del Kindergarten y conocer a la maestra.
- ✓ Averigüe a cerca de los programas especiales de desayuno y almuerzo.
- ✓ Enseñe a su niño donde está el salón de clases, la cafetería, el baño y la oficina del director.
- ✓ Esté segura de que su niño tiene todas las vacunas al corriente.
- ✓ Repase todas las reglas de seguridad de tráfico con su niño.
- ✓ Obtenga todo lo necesario para la escuela (papel, lápices, cuadernos, mochila, etc...).
- ✓ Escriba el nombre de su niño adentro de la mochila, lonchera y chamarra.
- ✓ Continúe leyéndole a su niño durante 15 minutos o más todos los días.
- ✓ Visite seguido la biblioteca de su comunidad.
- ✓ Siga practicando con su niño las siguientes habilidades:
 - Identificar y pronunciar en voz alta las letras
 - Contar los números
 - Identificar las formas
 - Identificar los opuestos



La noche antes del primer día de clases

- ✓ Antes de dormir lean juntos un libro sobre ir a la escuela.
- ✓ Ponga a su niño a dormir temprano para que esté bien descansado. (Esto deberá ser TODAS las noches durante el tiempo escolar.)
- ✓ Prepare la ropa de su niño.
- ✓ Prepare una cena balanceada para su niño.

Una buena nutrición y descanso ayudan a los niños a desempeñarse mejor en la escuela.

El primer día de clases

- ✓ Despierten juntos temprano para que en la mañana no ande con prisa.
- ✓ Asegúrese de que su niño tenga un desayuno sano.
- ✓ Vista a su niño apropiadamente, péinelo y límpiele la cara.
- ✓ Quizás quiera tomar fotografías de su niño.
- ✓ Llegue a la escuela a tiempo.
- ✓ Repase con su niño donde y cuando lo recogerá después de la escuela.
- ✓ Abraze a su niño y dele un beso.



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.



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.

Rincón de Consejos de Seguridad



Es importante que tenga una conversación con su niño sobre personas extrañas y evitar posibles peligros. Aquí hay algunas ideas:

- **Hable abiertamente sobre extraños.**
Explíquelo a su niño que un extraño es cualquier persona que el no conoce. El nunca deberá ir a ningún lugar o aceptar nada de los extraños, aún que la persona se vea amistosa. Aún que sean extraños, algunas personas (por ejemplo, los policías) pueden ser de ayuda si el niño está en peligro.
- **Ayude a su niño a identificar lugares que pueden ser confiables,** como las escuelas, y las casas de los vecinos. Hable con su niño sobre evitar lugares, como las zonas desiertas y estacionamientos.
- **Hable sobre lo que su niño debería hacer si en un lugar público se separa de usted o de la persona que lo cuida.**
Asegúrese de que el sabe que deberá acudir a un guardia de seguridad o a una persona de la tienda y quedarse ahí. Enséñele a su niño el número telefónico de usted, el ya tienen edad para recordarlo.
- **Haga que la seguridad sea parte de su rutina diaria.** Practique que hacer si un extraño se acerca a su niño y le pide instrucciones o ayuda para encontrar a una mascota perdida. Hable con su niño regularmente para recordarle sobre la seguridad.