



## HABILIDADES MATEMÁTICAS

### **i** ¿POR QUÉ SON IMPORTANTES LAS HABILIDADES MATEMÁTICAS?

Ya sea al medir los ingredientes para una receta o encontrar la cantidad correcta de cambio – **¡las matemáticas están en todas partes!** En prekínder, los/as niños/as están comenzando a desarrollar las habilidades matemáticas necesarias para comprender y trabajar con números, reconocer cambios en grupos cuando se agregan o quitan objetos, crear patrones, y reconocer formas. Estas habilidades son claves para su posterior aprendizaje y éxito escolar.

### **★** ¿QUÉ ESTÁ APRENDIENDO MI HIJO/A?

En Prekínder, los/as niños/as están trabajando en...

- Contar verbalmente hasta 20 y contar hacia atrás desde el 5
- Contar cosas y saber que el último número indica cuántos hay en total
- Comparar dos grupos de objetos usando palabras como “más” y “menos”
- Usar números ordinales (primero hasta quinto) cuando describen la posición de objetos en una secuencia
- Reconocer formas comunes (cuadrados, círculos, triángulos, rectángulos) y describir cómo son similares y diferentes
- Identificar y explorar patrones sencillos

### ¿Cómo puedo promover el desarrollo de las habilidades matemáticas de mi hijo/a?

Usted puede ayudar a su hijo/a a aprender estas habilidades matemáticas dándole oportunidades para aplicarlas en situaciones de la “vida real”. ¡A continuación hay algunas maneras entretenidas en que usted puede hacerlo!

**Leer Cuentos con Números:** Lea libros con su hijo/a que incluyan oportunidades para contar y comparar. Mientras lee, muestre a su hijo/a cómo señalar y contar e incentive/a a contar junto a usted. Cuando hay grupos de cosas o de dibujos similares, pregúntele, “¿Cuál tiene más/menos?” Algunos libros para contar y comparar son: *Diez Manzanas en la Cabeza*, por Dr. Seuss; *Pete el Gato and His Four Groovy Buttons*, por Eric Litwin; *Diez, Nueve, Ocho*, por Molly Bang; *¿Cómo Cuentan Hasta Diez los Dinosaurios?*, por Jane Yolen; y *Fiesta para 10*, por Cathryn Falwell.

**Usar los Dedos para Ver, Mostrar, y Resolver:** Usted y su hijo/a siempre tienen disponible una herramienta para contar – ¡sus dedos! Levante algunos dedos en una mano, y pida a su hijo/a que los cuente señalando cada uno de ellos. Refuerce que cada dedo debe ser contado una sola vez. Luego, pida a su hijo/a que levante el mismo número de dedos que usted. Repita esto con otros números. Si esto es fácil para el/ella, vea si puede mostrarle una combinación diferente de dedos para hacer ese número. Por ejemplo, en vez de mostrar cuatro dedos en una sola mano, el/ella podría mostrarle 2 y 2. (Adaptado de [NAEYC](https://www.naeyc.org/))<sup>1</sup>

**Mostrar Formas:** En distintos momentos del día, identifique formas diferentes que usted ve y pida a su hijo/a que busque formas similares. Por ejemplo, diga, “*Tu rebanada de queso se parece a un rectángulo. Ves alguna otra cosa en la cocina o en tu plato que se parezca a un rectángulo?*”

**Hacer Patrones:** En el parque o en su vecindario, pida a su hijo/a que recolecte cosas pequeñas, como palos, piedras, astillas, hojas o flores. Trabaje con el/ella para crear patrones diferentes usando dos tipos de cosas (ej., palo, palo, piedra, palo, palo, piedra).

**Construir una Torre:** Use bloques, Legos, latas u otros materiales para construir torres de diferentes tamaños. Pregunte a su hijo/a cuál torre tiene más materiales y cuál menos. Pregunte cuántos materiales más o cuántos menos se necesitarían para que las torres sean iguales.

<sup>1</sup>Grandau, L. (n.d.). Helping your child see and show mathematical ideas. Recuperado desde <https://www.naeyc.org/our-work/families/help-child-see-math>



## HABILIDADES DE AUTO-REGULACIÓN

### **i** ¿POR QUÉ SON IMPORTANTES LAS HABILIDADES DE AUTO-REGULACIÓN?

**AUTO-REGULACIÓN** es la habilidad para manejar nuestra propia atención, emociones, y conductas cuando nos enfrentamos a un desafío. Esto incluye habilidades como: seguir instrucciones; esperar pacientemente; tener control de nuestro propio cuerpo; recordar reglas; persistir en las tareas; y procesar las emociones. Estas habilidades forman la base para el aprendizaje. Son herramientas que su hijo/a usa para enfrentar los desafíos que se presentan en la escuela y el hogar.

### **★** ¿QUÉ ESTÁ APRENDIENDO MI HIJO/A?

En prekínder, los/as niños/as están desarrollando y aprendiendo a...

- Recordar las reglas y rutinas del salón de clase, y contribuir a las reglas de la clase
- Esperar pacientemente y prestar atención por períodos de tiempo más largos (hasta cinco minutos sin interrupción)
- Persistir en una tarea o actividad, incluso cuando ésta se vuelva más difícil
- Completar una actividad o tarea independientemente, probando más de una estrategia antes de obtener ayuda
- Identificar, expresar y procesar las emociones
- Elegir cómo reaccionar a los desafíos, emociones y reacciones
- Pasar con facilidad de una actividad a la siguiente

### ¿Cómo puedo promover el desarrollo de la auto-regulación de mi hijo/a?

Usted puede ayudar a su hijo/a a desarrollar sus habilidades de auto-regulación usando estrategias en sus actividades diarias. También puede hablar con el profesor o maestro de su hijo/a acerca de cómo le va en la escuela. ¿Cómo se compara esto con su conducta en el hogar? ¿En qué se diferencia? ¿Cómo usted y el maestro apoyan las habilidades de auto-regulación? Si usted y el profesor de su hijo usan algunas de las mismas estrategias, le pueden dar un impulso adicional a su hijo/a para desarrollar sus habilidades de auto-regulación. Piense en usar algunas de éstas:

**Aprecie los Esfuerzos de Su Hijo/a:** Cuando su hijo/a trabaja duro o haciendo algo que lo/a enorgullece, ¡hágaselo saber! Puede hacer esto sonriéndole, haciéndole un “choca esos cinco”, o diciéndole expresamente lo que está haciendo. Aquí hay dos consejos para sacar el máximo provecho a esta estrategia:

- **Sea específico**—Describa en detalle lo que aprecia.
  - **Bien:** “¡Buen trabajo!”
  - **Mejor:** “¡Buen trabajo – trabajaste duro recogiendo los juguetes!”
- **Enfóquese en el esfuerzo y perseverancia**—Para aumentar la motivación y perseverancia de su hijo/a, ponga atención al *esfuerzo* y *progreso*.
  - **Bien:** “¡Hiciste ese rompecabezas perfectamente!” o “¡Terminaste fácilmente el rompecabezas!”
  - **Mejor:** “¡Me gusta lo duro que trabajaste para armar ese rompecabezas!”

**Haga las Actividades Predecibles:** Los niños/as suelen ocupar ayuda para cambiar de una actividad a otra. Tanto como sea posible, cree y mantenga rutinas que lo/a ayuden a aprender y cumplir sus expectativas. Use diferentes pistas como sonidos, canciones, o dibujos, para recordarle de lo que viene próximo. ¡También involucre a su hijo/a en la pista! (Para más ideas, visite [resource from NCPMI](#).)

- “¡Tenemos 5 minutos más para jugar! ¿Me ayudas a colocar el cronómetro en cinco minutos?”

**Juegue a Actividades:** Juegue a actividades que ayuden a su niño/a preescolar a practicar el control de su conducta. Todos los juegos conocidos, como Luz Roja-Luz Verde, Mamá-Puedo, Simón-Manda, Cabeza Hombros Rodillas y Pies, y Congelado, favorecen la auto-regulación. ¿Qué otras actividades puede jugar con su hijo/a para practicar el control de sus movimientos o volumen?



## ¿POR QUÉ SON IMPORTANTES LAS HABILIDADES SOCIALES?

**LAS HABILIDADES SOCIALES** se refieren a la capacidad que su hijo/a va desarrollando para trabajar con otros y formar relaciones positivas. Estas habilidades incluyen hacer y mantener amistades y resolver conflictos. Las habilidades sociales son importantes para las relaciones con otros niños/as, y también con adultos. Los niños/as usan sus habilidades sociales en la casa con la familia, en el parque con las personas que conocen, y en la escuela con sus maestros/as y compañeros/as de clase.

## ¿QUÉ ESTÁ APRENDIENDO MI HIJO/A?

En prekínder, los/as niños/as están desarrollando y aprendiendo a...

- Comenzar conversaciones, interacciones, amistades, y experiencias de juego con los pares
- Comunicarles verbalmente a los demás sus necesidades y sentimientos
- Reconocer cómo los demás se sienten
- Turnarse y compartir materiales y juguetes
- Trabajar en resolver desacuerdos con otros niños/as y adultos
- Procesar las emociones cuando hay desacuerdos
- Participar en actividades grupales

## ¿Cómo puedo promover el desarrollo de habilidades sociales de mi hijo/a?

Usted puede ayudar a su hijo/a a desarrollar las habilidades sociales todos los días. Hable con el/ella acerca de las emociones y amistades y ayúdelo/a a imaginar qué hacer cuando las cosas no salgan como el/ella esperaba. ¡Aprenda más acerca de las habilidades sociales de su hijo/a al conversar con su maestro/a! Los niños a menudo demuestran diferentes habilidades en distintos escenarios. Compare estrategias efectivas y trabajen juntos para coordinarse a través de la escuela y el hogar. Piense en usar algunas de éstas:

**Identifique Emociones:** Cuando note que su hijo/a está comenzando a sentirse de cierta manera (feliz, triste, enojado, emocionado, nervioso, frustrado), nombre la emoción. Señale esas mismas emociones en otros. También puede usar un [mapa de sentimientos](#) u otros dibujos para ayudarlo/a a reconocer emociones. Hablar abiertamente acerca de las emociones ayuda a los niños/as a aprender a identificarlas y manejarlas de manera independiente.

- *“Mira la cara de tu amigo/a. Se ve triste. ¿Por qué crees que se siente triste? ¿Hay algo que podríamos hacer para ayudarlo/a?”*


**Ayude a su Hijo/a a Manejar las Emociones:** Cuando su hijo/a demuestre una emoción intensa (llora, grita), lo primero es mostrarle su comprensión identificando la emoción, y luego ayudándolo/a a usar una técnica para calmarse.

- *“Te estás sintiendo muy sobrepasado/a... respiremos juntos profundamente tres veces. Inhala-y-exhala, inhala-y-exhala, inhala-y-exhala. ¿Cómo te sientes ahora? Bien, ahora que estás más calmado/a pensemos qué hacer.”*

**Enseñe y Apoye la Resolución de Problemas:** Los problemas son inevitables, así es que prepare a su hijo/a al enseñarle estrategias específicas para resolverlos. Es útil usar imágenes y ejemplos para representar estas estrategias, tales como [estas tarjetas de CSEFEL](#). Después, cuando los problemas o desacuerdos aparezcan, incentive a su hijo/a a identificar el problema y usar una de las estrategias. Recuérdele de las alternativas, pero trate de que su hijo/a guíe el proceso de resolución de problemas.

**Hable Acerca de las Habilidades para Hacer Amistades:** Fuera del salón, puede que su hijo/a no interactúe con muchos otros niños/as. Hable acerca de palabras y acciones para ser amistoso/a. Advértalo cuando vea esas acciones en la vida real (ej., en el parque o en el almacén) o en cuentos (como ¿Has Llenado una Cubeta Hoy?, por Carol McCloud o ¿Debo Compartir mi Helado?, por Mo Willems). Cuando vea a su hijo/a mostrando habilidades sociales positivas, ¡asegúrese de hacerle saber que está haciendo un gran trabajo!

## HABILIDADES DE ALFABETIZACIÓN

-  Información acerca de la evaluación de alfabetización PALS, y actividades para apoyar el desarrollo de la alfabetización, se encuentran en la pestaña “PARA FAMILIAS” del sitio web de PALS (<http://pals.virginia.edu/>).