

feliz, sano,

**LISTO**  
para la escuela

Una revista para  
padres y otros adultos  
encargados del  
cuidado de niños



**¡Aprende en  
todas partes!**

En casa • En camino • Al aire libre



Un servicio de PNC Crecza con Éxito en  
colaboración con Sesame Workshop preparando  
a los niños a estar listos para la escuela



**Las puertas imaginarias pueden  
abrir un futuro brillante.**

La imaginación ayuda con el desarrollo de la mente de su hijo. Empiece a fomentar su imaginación desde pequeño y así tendrá mayor éxito al comenzar la escuela. Es por eso que PNC fundó el programa Crezca con Éxito dedicado a preparar a nuestros niños para la escuela, con patrocinios, becas y herramientas útiles para los padres. Juntos podemos formar una comunidad fuerte para que nuestros niños crezcan con éxito.



**PNC**

**TRAZANDO EL CAMINO**

Para más información, visite [pnccrezcaconexito.com](http://pnccrezcaconexito.com)




# Consejos prácticos de Sesame Street

Usted va caminando con su niño por el vecindario cuando él señala un gato gordo anaranjado. Usted puede simplemente dejar pasar esa observación, o puede usarla como una oportunidad para explorar. Pregúntele de qué color es el gato. Haga un juego de ver otros animales. Pregunte de qué color son los otros animales también.



Cada día pueden haber docenas de momentos en que la curiosidad natural de su niño puede motivar la exploración. Para ayudarle a motivar la emoción de descubrir de su niño, Sesame Workshop, la organización educacional sin fines de lucro que produce Sesame Street, ha creado esta revista "Aprende en todas partes". Hemos dividido esta revista en tres secciones: **mañana**, **tarde**, y **noche**, porque las rutinas diarias son oportunidades ideales para un aprendizaje espontáneo juntos.

Como padre o madre, abuelo u otro adulto encargado del cuidado de niños, usted juega un rol en el aprendizaje del niño, que de alguna manera puede parecer simple y apresurado, pero que tiene un efecto importante y duradero. Puede usar estas ideas, muchas de las cuales toman poco o nada de tiempo extra, en cualquier lugar y a cualquier punto de su día. Trate de utilizarlas durante la semana o los fines de semana, mientras su niño se viste, va a la escuela o usted limpia. Use estas actividades una y otra vez. A los niños les encantan y aprenden mejor a través de la repetición.

 *Busque el reloj para encontrar ideas que pueden realizar cuando esté especialmente ocupado.*

Recuerde que usted es quien mejor conoce a su niño. Elija las ideas que se adapten a la familia y a su horario. Comience presentando sólo algunas ideas nuevas. Vaya agregando más, siempre y cuando usted y su niño se sientan listos. Cada momento de aprendizaje que usted cree puede resultar en un emocionante viaje de descubrimiento para ambos. ¡Disfrútenlo!

# Aprendiendo por la mañana

Usted puede demostrarle a su niño que el aprendizaje y la diversión pueden ser lo mismo. Vestirse, comer, ir al centro de cuidado infantil: todas son oportunidades para conversar, hacer y explorar.

## ¡Despierta, dormilón!



Fomente destrezas del lenguaje mientras crean sus propias maneras divertidas de darle la bienvenida cada día. Por ejemplo, "hola, martes fenomenal" o "buenos días, sábado cómico". ¿Qué otros saludos puede pensar su niño?

- **Hablen de los planes para el día:** "¿Qué haremos hoy? ¿Qué sucederá primero y después?". Haga preguntas que lleven a tomar decisiones: "¿Qué ropa sería bueno ponerse para ir a la escuela? ¿Qué zapatos serían buenos ponerse para jugar en el parque?".





- Ayude a su niño a comprender qué ropa va en qué lugar y en qué orden. ¡Haga preguntas graciosas si lo desea! El niño también puede practicar cerrar la cremallera, abrocharse los botones y diferenciar izquierda y derecha.
- Investiguen los conceptos de “igual” y “diferente” cuando su niño se esté vistiendo. Mientras él se quita sus zapatos, hágale notar la diferencia entre el tamaño de su pie y su zapato, con el pie y el zapato de su niño. Mientras se pone las medias, hablen sobre las cosas que son iguales.

## La hora del desayuno

- **Las matemáticas pueden ser sabrosas: Pregunte a su niño si tiene más fresas o más arándanos. ¿Cuántas son cinco rebanadas de banana, menos la que tiene en la boca? También puede aprender la relación entre lo completo y sus partes, mientras usted corta un pedazo de fruta por la mitad y luego, en cuartos.**
- Disfruten de un desayuno para los cinco sentidos. Por ejemplo, motive a su niño a ver, oler, tocar y probar su tostada. Mientras come su tostada, pregúntele si también la puede oír.



Mientras su niño come, ayúdelo a aprender de dónde vienen los alimentos y cómo llegan al supermercado. Hablen de las personas en la comunidad que trabajan para ayudar a proporcionarnos los alimentos que comemos. Conversen de lo que hacen los granjeros y de los alimentos que hay en la mesa del desayuno. Pregunte a su niño cómo llegan los alimentos de la granja al supermercado (camiones y trenes).



## ¡APLAUSOS Y GOLPECITOS!

*Canten una canción favorita al empezar las actividades del día. Esto fomentará las destrezas auditivas. Ayude a su niño a aplaudir al ritmo de la canción para que aprenda destrezas musicales, matemáticas, rítmicas y motrices. Para mayor diversión, déle un par de cucharas para tocar al compás de la música, o una sola cuchara para que imagine dirigir la orquesta.*

## Caminando a la escuela



En camino a la escuela o hacia el centro de cuidado infantil, jueguen al ¿Qué puedes ver... (un buzón azul, un carro brillante, un árbol alto, etc.)? Su niño mejorará su capacidad de observación. ¿Ve algo redondo? ¿Algo que se esté moviendo? Ayúdelo a reconocer y nombrar letras y números pidiéndole que los encuentre mientras pasean.

- Use la llegada de su niño al centro de cuidado infantil o a la casa de un amigo o familiar para practicar destrezas sociales como, saludar al maestro, al vecino o al familiar. Anímelo a mirar a su alrededor y a hablar de la actividades divertidas que podrían hacer con una amiga.

# Aprendiendo por la tarde

La tarde es un momento ocupado del día: las compras, los mandados, preparar la cena. Continúe la diversión y el aprendizaje preparándose para pasar los momentos en la familia. Estas ideas pueden crear momentos de aprendizaje mientras realizan las rutinas de la tarde.

## Hablando juntos

- Pueden disfrutar de otra experiencia de aprendizaje al hablar sobre los planes para la tarde. A la mayoría de los niños les gusta saber los planes por adelantado. Mientras hablan, haga preguntas para motivar la conversación: "¿A dónde vamos ahora? ¿Qué haremos en la biblioteca? ¿Qué libro te gustaría buscar? ¿A quién veremos cuando llevemos al perro para un examen médico? ¿Qué clase de animales veremos? ¿Qué hacemos en la gasolinera? ¿A quién veremos ahí?".





**Hablen de las personas en su vecindario y de los empleos que tienen.** Esta conversación no sólo brindará a su niño un nuevo vocabulario, sino que le ayudará a apreciar las muchas maneras en que las personas contribuyen a sus comunidades. Pueden hablar de las personas en su familia de la misma manera: ¿Qué hace cada miembro de la familia para ayudar a los demás?

## Haciendo los mandados

- Llevar a su niño consigo cuando hace los mandados no tiene por qué ser una tarea difícil; puede ser una gran oportunidad para aprender. Motive a su niño a que la ayude a hacer una lista de las paradas que deben hacer. Puede agregarle dibujos o recortes de revistas viejas, como un sobre para una visita al correo o un libro para cuando vayan a la biblioteca. Luego, mientras van en camino, permita que le “lea” la lista.



Tiente los sensores gustativos de su niño. En la tienda, invítelo a elegir un alimento nuevo para probarlo, dándole dos o tres opciones, como: kiwi o aguacate. Es más probable que pruebe algo que él mismo haya seleccionado.

- De vuelta en casa, transforme el guardar las compras en una actividad divertida. ¿Dónde van los libros de la biblioteca? ¿Cuál es el mejor lugar para la caja de avena? ¿Dónde guardamos las estampillas y los sobres?

## Afuera...

- Encuentre momentos de aprendizaje mientras sacan a pasear al perro o hacen un mandado. ¿Puede su niño caminar como un pingüino o pisar fuerte como un elefante? Caminen haciendo series, por ejemplo, paso gigante, paso gigante, paso de bebé. Para poder jugar, su niño debe seguir instrucciones. De esta manera, no sólo está aprendiendo las series, sino que también está practicando su habilidad para prestar atención.



### EN LA TIENDA:

*Para un niño, esperar en fila puede ser una tarea interminable. Conviértala en una oportunidad de aprendizaje y hará que el tiempo pase rápido: **SEÑALE** artículos a su alrededor que sean del mismo color de la ropa de su niño. **CUENTEN** las otras personas en la fila, restando una persona cada vez que se va y recuerde felicitar a su niño por su paciencia.*



- Observen las semejanzas y diferencias de las distintas cosas, como un árbol y una casa: uno está vivo, pero la otra, no. También fíjense en los distintos hogares en que viven las personas y los animales: casas, apartamentos, nidos, etc. Estas actividades ayudan a su niño a comprender el mundo y también fomentan las destrezas del lenguaje.

### ...y adentro

- Ayudar a ordenar no sólo enseña a su niño dónde se guardan las cosas, sino que también lo ayuda a practicar la solución de problemas. ¿Cabe la pelota grande en la caja pequeña? ¿Cuántos bloques caben en el cubo o la caja?



Mientras su niño realiza quehaceres, ponga su música favorita para ayudar a hacer más divertida la tarea. Permita que ordene sus libros durante el tiempo de cierta canción. Ayudar en los quehaceres desarrolla la autoestima del niño.

# Aprendiendo por la noche

Hay muchas oportunidades para que usted y su niño puedan hacer una conexión mientras se preparan para descansar. Recuerden los momentos de diversión que compartieron durante el día y comiencen a anticipar los nuevos momentos por venir.

## A comer

- Los niños que ayudan en la cocina se sienten responsables de la preparación de la comida. Mientras preparan los alimentos juntos, hablen de su sabor, aroma y textura, aumentando el vocabulario con palabras como “condimentado” y “crujiente”.
- Permita que su niño sea el asistente del chef. Primero, asegúrese de que se lave las manos. Luego, déjelo mover, vertir y lavar vegetales. Seguir sus instrucciones para medir y contar, enriquecerá sus destrezas matemáticas y auditivas. Observar lo que sucede con los alimentos mientras se cocinan o se enfrían es parte de la ciencia.



## LA CONVERSACIÓN EN LA MESA:

*Hablar y escuchar a los demás, sin interrumpir, son destrezas sociales muy importantes que ayudan a desarrollar el vocabulario. Intente una de estas ideas para empezar conversaciones: ¿Cuál fue tu alimento favorito en la mesa hoy y por qué? ¿Qué fue lo más gracioso que pasó hoy?*



Poner la mesa le puede enseñar a su niño las series y las secuencias. Permita que su niño la siga alrededor de la mesa, agregando una servilleta en cada lugar. Ponga cada puesto en la mesa siguiendo el mismo orden, pausando de vez en cuando para preguntarle: “¿Qué pongo ahora?”.

## ¡Frota, frota, frota!

- La hora del baño es un momento perfecto para repasar los nombres de las partes del cuerpo. Pregunte: “¿Puedes lavarte el cuello?”. Permita que él identifique dónde está. Además de las partes más obvias (brazos, piernas, barriga), pregúntele por partes más difíciles como, el lóbulo de la oreja, el codo y el tobillo.
- Incentive al científico que lleva dentro su niño con un juego de “¿Qué flota? ¿Qué se hunde?”. Invítelo a predecir cuáles objetos (jabón, toallita, patito de goma, etc.) flotarán y cuáles se hundirán.
- ¡Enjabonemos las letras! Permita que su niño use la espuma de jabón o la crema de afeitar para escribir letras, incluyendo su nombre, en la pared del baño.

## Acomódate

- Anime a su niño a decir buenas noches a los objetos en su habitación (reloj, juguetes), y también a la luna y las estrellas. Luego, es su turno: Dígale buenas noches a la nariz de su niño, a los codos y al ombligo! Es divertido, es tierno y es una manera magnífica de desarrollar destrezas del lenguaje.
- Siga una rutina calmada para la hora de dormir. Repasen las cosas que usted y su niño hicieron durante el día. ¿Qué vio? ¿Qué aprendió? Termine con un cuento, una canción especial de cuna o lo que usted prefiera. Anímelo a tomar decisiones que permitan darle forma a la rutina con usted: ¿Qué canción o cuento quiere oír? ¿Cómo dice buenas noches su juguete? Pronto, la hora de dormir será esperada con gran esmero, al ser un momento de compartir y diversión.

**Aprender es...**  
**¡mágico!**



*Feliz, sano, listo para la escuela:  
¡Aprende en todas partes! fue desarrollado por Sesame Workshop y patrocinado por PNC Grow Up Great, una inversión de \$100 millones de dólares a 10 años, preparando a niños de recién nacidos a cinco años, para la escuela y la vida. Para que una entera generación no sólo crezca... ¡sino que crezca con éxito!*

PNC reconoce que el aprendizaje es esencial en los primeros años de un niño para su éxito a largo plazo. A través de *PNC Grow Up Great* proveemos el liderazgo, la abogacía, las herramientas del fundamento y los voluntarios para ayudar a educar a los padres, a otros adultos encargados del cuidado de niños y a las comunidades en cómo preparar a los niños pequeños para la escuela y la vida. Para más información, visítenos en [www.sesameworkshop.org](http://www.sesameworkshop.org) y [www.pnc.com](http://www.pnc.com)

Feliz, sano, listo para la escuela, Volumen 3.  
Escrito por Leslie Kimmelman. Traducido por Paula Rochna. Diseño por Karla Henrick.

[www.sesameworkshop.org/readforscheol](http://www.sesameworkshop.org/readforscheol)

"Sesame Street"®, "Sesame Workshop"®, los personajes asociados, las marcas registradas y los elementos de diseño asociados son propiedad y licenciados por Sesame Workshop. © 2007 Sesame Workshop. Todos los derechos reservados.



**sesameworkshop.**

Una organización educacional sin fines de lucro que produce Sesame Street y mucho más  
[www.sesameworkshop.org](http://www.sesameworkshop.org)