



Aprender y crecer juntos



MASSACHUSETTS
Department of
Early Education and Care





Ideas para ayudar a su hijo a aprender y a crecer

Aprender y crecer juntos es una guía desarrollada por el Departamento de Educación Temprana y Cuidado (EEC, Early Education and Care) de Massachusetts para ayudar a los padres a comprender y educar a sus hijos. En ésta usted encontrará información general sobre las etapas del desarrollo del niño y sugerencias para actividades divertidas que se pueden hacer en familia para ayudar al crecimiento y educación de sus niños.

Los padres son los primeros y más importantes maestros de sus hijos, y las grandes oportunidades de aprendizaje se dan en las actividades habituales de la vida cotidiana. La información de esta guía tiene el propósito de ofrecer ideas simples y divertidas, y servir de recordatorio para sacar el máximo provecho de cada momento.

Cada niño y cada familia son diferentes. Los niños aprenden y crecen a su propio ritmo y de un modo único y maravilloso. Asimismo, cada familia tiene sus propias costumbres particulares y especiales. Hay muchas maneras de aprender y crecer en familia, más de las que se describen en esta guía. También puede hablar con amigos y otros padres para compartir ideas y actividades valiosas para crear momentos significativos para su familia.

Si desea obtener más información o enlaces a otros recursos, visite nuestro sitio web en www.eec.state.ma.us.

Misión del EEC: Al proveer y coordinar una variedad de servicios y asistencia, EEC continuará mejorando la calidad, capacidad de pago y acceso a los programas de educación temprana y cuidado del Estado.



Cómo usar la guía Aprender y crecer juntos

Aprender y crecer juntos está organizada en siete secciones: cinco de ellas tratan de las etapas del desarrollo del niño, una se centra en los padres y la última contiene enlaces a sitios de Internet con información útil. Cada sección presenta actividades divertidas y consejos prácticos. La página de actividades y consejos es interactiva, lo que significa que los padres pueden marcar cualquiera de las actividades o consejos en la computadora, añadir sus propias ideas e imprimir el material para guardarlo como referencia.

Simplemente haga clic en la sección que le interesa, o bien recorra todo el documento.

Las secciones de Aprender y crecer juntos

A crecer cada día: Infantes
(nacimiento a 15 meses)

En movimiento: Niños pequeños
(15 a 36 meses)

El despertar de la imaginación:
Edad preescolar (3 a 4 años)

La curiosidad domina:
Edad escolar temprana (5 a 9 años)

Mentes jóvenes en acción: Edad escolar
(10 a 14 años)

¡Los padres también aprenden y crecen!

Enlaces útiles

Infantes (nacimiento a 15 meses)



A crecer cada día

¡El desarrollo de los infantes es extraordinario! Al cabo de 12 meses, su bebé puede haber triplicado el peso que tenía al nacer y duplicado su altura. Todos los bebés siguen un patrón de crecimiento similar, y sin embargo cada bebé es único. A continuación le decimos lo que puede esperar que ocurra durante los primeros 15 meses de vida:

Los bebés primero logran el control de la cabeza y luego el del cuerpo durante los primeros meses de vida.

Rodar sobre el cuerpo, sentarse, gatear, caminar y moverse con un propósito puede ocurrir en el transcurso de los primeros 12 a 15 meses.

Los bebés son como esponjas que absorben todo lo que se habla en su entorno. Por eso, interactuar con su bebé y hablarle, cantarle y leerle son cosas que tienen suma importancia para el desarrollo del lenguaje. La televisión y los videos no reemplazan a la interacción directa del bebé con una persona cariñosa que lo cuide.

Los bebés hacen sonidos y balbucean, pero su forma principal de comunicación es el llanto. Tal como cada padre aprende rápidamente, el llanto del bebé puede cambiar según si tiene hambre, está cansado, mojado, asustado o se siente agobiado. Responder al llanto del bebé y tenerlo en brazos a menudo es importante y desarrolla sentimientos de confianza.

Cada bebé tiene su propio temperamento y ritmo de crecimiento, así como su propia rutina para comer y dormir. ¡La relación que se establece entre la familia y el bebé es especial y única!

Si desea obtener más información vea la sección [Enlaces útiles](#).

Lista de referencias interactivas

(marque las ideas y consejos, añada otros nuevos e imprímalos)

Más ideas y consejos

En este espacio puede poner sus ideas (o puede imprimirlo y anotarlas en la hoja impresa).

Actividades que ayudan a aprender y crecer juntos



Juegue con juguetes simples: su bebé puede dejar caer, hacer rodar y morder juguetes blandos y coloridos, como cubos apilables, maracas y bloques blandos.



Utilice juguetes a la hora del baño: use juguetes que puedan flotar o hundirse. Juegue con el agua haciéndola salpicar, y en todo momento sostenga al bebé con una mano durante el baño.



Acompañe con canciones las tareas habituales: cante regularmente canciones de cuna, canciones acompañadas de juegos con los dedos y las palmas ("tortitas de manteca" o "las tortillitas") y juegue al "picabú" (a las escondidas) para estimular el desarrollo del lenguaje. ¡A su bebé le encanta el sonido de su voz!



A los bebés les fascina mirarse en el espejo: ponga espejos seguros para niños en el auto, en el cochecito del bebé o en los espacios de juego. Señale y diga "aquí está tu nariz, esa es tu boca, veo tus ojos...".



Léale a su bebé: muéstrelle libros gruesos de cartón con dibujos o fotografías a colores. Deje que el bebé sostenga el libro y dé vuelta a las páginas. Esto creará una sólida base para la alfabetización y una buena predisposición para la escuela.

Consejos para los padres



Siga una rutina diaria: proporcione a su bebé una rutina diaria predecible. Esto le dará al bebé un sentido de seguridad y confianza.



Responda al llanto de su bebé: la respuesta inmediata a las necesidades del bebé afianza el vínculo y la confianza. No va a malcriar a su hijo por el hecho de atenderlo inmediatamente.



Haga que el momento de dormir sea seguro: evite que haya juguetes, frazadas y almohadas en el lugar donde duerme su bebé, y acueste a su bebé sobre la espalda (boca arriba).

Si tiene preguntas o preocupaciones sobre el crecimiento o el desarrollo de su hijo, use esta guía para hablar con la persona que lo cuida, con su pediatra o una maestra de la escuela. Si desea obtener más información o enlaces a otros sitios útiles, visite nuestro sitio web en www.eec.state.ma.us.

Volver a la tabla de contenido

Niños pequeños (15 a 36 meses)



En movimiento

¡Los niños que empiezan a andar son exploradores activos y entusiastas, de pequeños cuerpos y grandes sentimientos! Tratan de hacer las cosas solos pero aún necesitan que los adultos les den confianza. Experimentan el mundo y tratan de descifrarlo al mismo tiempo. A continuación le decimos lo que puede esperar que ocurra durante estos años:

El despertar del lenguaje. A esta edad los niños continuamente aprenden y usan muchas palabras nuevas.

Comienzan a usar palabras para interactuar con sus padres y otras personas en sus vidas. Esta etapa está marcada por el uso frecuente de las palabras preferidas de los pequeños: "¡No!", "¡Mío!" y "¡Yo solo!".

¡En movimiento! Gatear, bailar, rodar y correr contribuyen al crecimiento del niño en este período.

Aunque frecuentemente se sienten frustrados, ésta es sólo una etapa temporal. A medida que estos niños desarrollan más su lenguaje y entienden mejor cómo funcionan las cosas y qué pueden esperar, sus frustraciones empiezan a disiparse.

¡A esta edad, los niños son pensadores directos y concretos que realmente creen que todo puede arreglarse con un beso y un abrazo!

Si desea obtener más información vea la sección [Enlaces útiles](#).

Edad preescolar (3 y 4 años)



El despertar de la imaginación

Los preescolares son activos y se sienten más seguros con el control de sus cuerpos. A continuación le decimos lo que se puede esperar que ocurra en esta etapa:

Les gusta usar los dedos para construir con bloques, usar crayones y hacer rompecabezas.

Podrá ver un notable desarrollo del lenguaje, la imaginación y la capacidad de su hijo para jugar con otros niños.

Tienen gran curiosidad por el mundo y quieren entender cómo funcionan todas las cosas. A menudo hacen preguntas y comparten sus propias anécdotas y experiencias.

Esta etapa a menudo marca el desarrollo del juego fantástico y del juego de roles, cuando los niños inventan fantasías ricas y complejas.

Como niños activos que son, los preescolares muestran un creciente interés en jugar con otros niños de una manera cooperativa. ¡Ahora finalmente dará sus frutos todo ese tiempo que usted pasó tratando de que su hijo aprendiera a esperar su turno!

¡Los preescolares aprenden conceptos de lectura, matemática, escritura y ciencia como parte de su juego y sus rutinas diarias!

Si desea obtener más información vea la sección [Enlaces útiles](#).

Lista de referencias interactivas

(marque las ideas y consejos, añada otros nuevos e imprímalos)

Más ideas y consejos

En este espacio puede poner sus ideas (o puede imprimirlo y anotarlas en la hoja impresa).

Actividades que ayudan a aprender y crecer juntos



Cocinen sin peligros: haga una lista de compras y planes para cocinar junto con su hijo. Pídale que miren juntos la circular del supermercado y que le diga las cosas que hay que incluir en la lista de compras. Siempre supervise las actividades de cocina; voltee los mangos de las ollas en dirección contraria a donde esté el niño, y mantenga los objetos cortantes o rompibles fuera de su alcance.



Clasifique, cuente y asigne nombres: incorpore los números en las rutinas diarias. Cuente los escalones al subir escaleras o diga en voz alta la cantidad de bananas que elija en el supermercado. El uso de la matemática afianza la habilidad para resolver problemas y la autoestima.



Miren juntos fotos de cuando su hijo era bebé: ¡maravílese de cuánto ha crecido y cambiado su hijo! Deje que su hijo le cuente todo lo que puede hacer ahora y que no podía hacer cuando era un bebé. Recuerde que aún los “niños grandes” necesitan mimos.



Organice un “picnic familiar” dentro de la casa: planee un menú fácil de preparar y seleccione un tema. Si quiere hacer un “Mundo de fantasía invernal”, puede usar sábanas como nieve, almohadas para hacer un hombre de nieve y burbujas para imitar la nieve.

Consejos para los padres



Haga que su hijo lo vea cuando escriba o lea: usted es el mejor modelo para estimular la alfabetización.



Hagan tareas juntos: desarrolle tempranamente el sentido de cooperación y responsabilidad permitiendo que su hijo ayude en la casa.



Sorpréndase: muéstrela a su hijo que está muy impresionado por sus logros y capacidades.

Si tiene preguntas o preocupaciones sobre el crecimiento o el desarrollo de su hijo, use esta guía para hablar con la persona que lo cuida, con su pediatra o una maestra de la escuela. Si desea obtener más información o enlaces a otros sitios útiles, visite nuestro sitio web en www.eec.state.ma.us.

Volver a la tabla de contenido

Edad escolar temprana (5 a 9 años)



La curiosidad domina

Cuando los niños comienzan los años de escuela formal, se vuelven más independientes y sus mundos comienzan a ampliarse. A continuación le decimos lo que se puede esperar que ocurra en esta etapa:

Los niños crecen y cambian físicamente en esta etapa. Se vuelven más fuertes, tienen mejor coordinación y más energía.

¡La curiosidad natural de su hijo también florece! Quizás le pida responder a sus preguntas con más detalle. A cambio, su hijo puede relatar experiencias y resolver problemas con mayor profundidad y lógica.

Los niños comienzan a comprender la diferencia entre fantasía y realidad.

A medida que confían más en su capacidad de leer, los niños de edad escolar temprana pueden disfrutar de leer un libro solos.

Durante esta etapa, su hijo establece más relaciones fuera de la casa, con compañeros, maestros, entrenadores y otras personas.

Para integrarse al mundo en expansión de su hijo, participe en las actividades escolares o después de la escuela (organizadas y/o informales) de su hijo. Al hacer que su hijo sea más independiente y activo en su propio ambiente, enriquecerá los momentos en familia.

Si desea obtener más información vea la sección [Enlaces útiles](#).

Edad escolar (10 a 14 años)



Mentes jóvenes en acción

Hay cambios notables en el crecimiento del niño entre los 10 y 14 años.

A continuación le decimos lo que se puede esperar que ocurra en esta etapa:

Durante estos años, es importante el ejercicio físico, la buena nutrición y una cantidad adecuada de sueño.

Sus mentes jóvenes pueden entender el pensamiento lógico y el abstracto. Aprenden rápidamente y necesitan ser desafiados de maneras nuevas y estimulantes.

Quizás note ahora que su hijo puede concentrarse durante períodos más largos, y que puede memorizar y recordar gran cantidad de información.

La pubertad comienza en algún momento durante este período de edad y varía de uno a otro niño.

Algunos niños pueden manifestar interés en los deportes o en las artes mientras que otros pueden ser más sociables y estar más interesados en las relaciones con los amigos.

Su hijo de 10-14 años está formando su propia identidad y es posible que le preocupe "ser aceptado".

Aliente su independencia dándole cierto control sobre su vida, pero recuerde que aún necesita guía, comprensión, apoyo y refuerzo positivo por parte de los adultos. Como resultado, verá que su hijo es capaz de poner en práctica criterios adecuados y aceptar la responsabilidad por sus acciones.

Si desea obtener más información vea la sección [Enlaces útiles](#).

¡Los padres también aprenden y crecen!



Hágase un tiempo para usted

Antes del nacimiento del bebé, es posible que los padres tengan una cierta imagen del tipo de padres que quieren ser. A medida que crezca su hijo, será necesario plantearse expectativas realistas tanto para usted como para su hijo. Los padres y bebés desarrollan continuamente apego y afecto recíproco, y este período de cercanía física y emocional sirve de base para el desarrollo futuro de la relación. A medida que se desarrolla la relación con su hijo en los primeros años, los padres podrán descubrir qué estilo de crianza tienen (¿más o menos permisivo? ¿más o menos firme?).

Cualquiera que sea su estilo, una rutina y una estructura son importantes para su hijo. Los padres tienen la función clave de ayudar a sus hijos a entender el mundo que los rodea durante los años preescolares y escolares, y este apoyo y guía continuará conforme los niños alcanzan la preadolescencia, junto con un respeto de su creciente independencia y sin dejar de mantener abiertos los canales de comunicación. El papel de los padres en la crianza de sus hijos puede causarles gran alegría y al mismo tiempo humildad. Al permitirse a usted mismo concentrarse en sus propias necesidades, le posibilitará utilizar las mejores energías e ideas en la estimulante, gratificante y desafiante labor de ser padre.

Si desea obtener más información vea la sección [Enlaces útiles](#).

Enlaces útiles seleccionados

-  Administration for Children and Families
(Administración para los Niños y las Familias) www.acf.hhs.gov/index.html
-  American Academy of Child and Adolescent Psychiatry
(Academia Americana de Psiquiatría Infantil y Juvenil)
aacap.org/cs/root/facts_for_families/facts_for_families
-  American Academy of Pediatrics
(Academia Americana de Pediatría) www.aap.org
-  Federation for Children with Special Needs
(Federación para Niños con Necesidades Especiales) fcsn.org/index.php
-  Massachusetts Department of Early Education and Care
(Departamento de Educación Temprana y Cuidado de Massachusetts)
www.eec.state.ma.us
-  Massachusetts Department of Public Health
(Departamento de Salud Pública de Massachusetts) www.mass.gov/dph
-  Massachusetts Department of Social Services
(Departamento de Servicios Sociales de Massachusetts) www.mass.gov/dss
-  Massachusetts Department of Education
(Departamento de Educación de Massachusetts) www.doe.mass.edu
-  MassResources.Org www.massresources.org/
-  Massachusetts School Age Coalition
(Coalición para la Edad Escolar de Massachusetts) www.mass-sac.org
-  National Association of Child Care Resource and Referral Agencies
(Asociación Nacional de Recursos de Cuidados de los Niños
y Agencias de Referencia) www.naccrra.org

Enlaces útiles seleccionados (Continuado)



National Association for the Education of Young Children
(Asociación Nacional para la Educación de Niños Pequeños)

www.naeyc.org/families



One Tough Job
(Una Tarea Difícil)

www.onetoughjob.org



Partnership for a Drug Free America
(Una América Libre de Drogas)

www.drugfree.org/Parent



Tufts University Child & Family WebGuide
(Guía de Internet para el Niño y la Familia, Universidad de Tufts)

www.cfw.tufts.edu



U.S. Consumer Product Safety Commission
(Comisión para la Seguridad de los Productos de Consumo de Estados Unidos)

www.cpsc.gov



U.S. Department of Education
(Departamento de Educación de Estados Unidos)

www.ed.gov/index.jhtml



Zero to Three
(De Cero a Tres)

www.zerotothree.org

