

# BANANAS CHOOSING CHILD CARE HANDOUT

## Eligiendo el Cuidado Preescolar Adecuado - de 3 a 5 Años de Edad

por Helen Neville, BS, RN

Cada etapa del desarrollo infantil representa diferentes desafíos para los padres y las proveedoras al hablar de cuidado infantil. Este folleto es parte de una serie de cuatro, los cuales revisan las necesidades del desarrollo infantil y sugieren los diferentes ambientes dentro del cuidado infantil, que puedan ayudar a resolver dichas necesidades.

### Qué necesitan los niños en edad preescolar?

**Una relación cariñosa con su proveedora** – Entre más horas pasan los niños en el cuidado infantil, más importante es una relación afectuosa y a largo plazo con su proveedora. Los niños necesitan una persona amigable, comprensiva, en quien puedan confiar cuando están fuera del hogar. Idealmente cada niño debería estar con la misma proveedora por años, no meses.

**Practicar el lenguaje** – La mayoría de los niños de tres años hablan más con adultos que con otros niños. No es sino hasta los cuatro años, cuando la mayoría de los niños empiezan a hablar tanto con niños como con adultos. ¡Esto tiene sentido! Porque cuando empezamos a aprender un nuevo idioma aprendemos más del maestro que de los compañeros de clase, quienes saben menos o igual que nosotros.

**Mucho ejercicio** – La mayoría de preescolares tienen más energía que los adultos y desean jugar al aire libre. Nuevos estudios sugieren que los preescolares necesitan por lo menos una hora diaria de juegos activos. ¡Algunos niños necesitan mucho más!

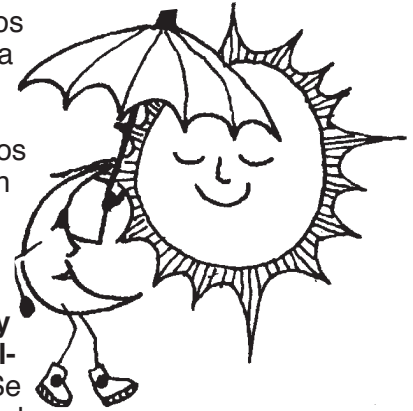
**Aceptación de los límites del desarrollo** – Las proveedoras deben entender que la mayoría de los niños en edad preescolar dirigen su atención solamente en las cosas que les interesan. En otras palabras: ¡Evite frustraciones, no espere mucho de ellos! En esta edad, existen tres tipos básicos de atención: 1) su propia curiosidad, interés o habilidad hacia ciertas actividades, tales como brincar o dibujar 2) un evento externo, por ejemplo: cuando un perrito lame sus manos 3) atención dirigida, cuando los niños concientemente dirigen su

atención hacia donde otros quieren, en general esta se desarrolla hasta los cinco o seis años. Por lo tanto, si usted quiere que los preescolares se interesen deberá encontrar temas y actividades que sean de interés para los niños.

### Practique el aprendizaje y las habilidades de socialización de los niños

– Se puede decir que en general los niños de 3 años juegan con un sólo niño a la vez; los de 4 años ya son capaces de jugar con 2 o más amigos al mismo tiempo. De cualquier manera, muchos niños necesitan ayuda, por ejemplo: Emma y Ana están jugando a la Mamá y al Papá y no permiten que Rosa juegue también. Naturalmente Rosa está enojada y le pide ayuda a la proveedora. Es tentador sugerir “¿Por qué no dejan que Rosa juegue como si fuera la bebé de la familia?” Sin embargo la proveedora puede decirles a los niños “Rosa siente que no le hacen caso y quiere jugar con ustedes” y después preguntar, “¿Cómo podría ella jugar con ustedes?”.

**Apoye el autoestima de los niños** – Es importante desarrollar el autoestima de los niños, animándolos a que desarrollen sus habilidades e intereses. Parte del trabajo de la proveedora es ayudarles a que se vean como seres exitosos, ya que a esta edad un niño puede tener músculos más grandes y desarrollados para correr; otro puede tener músculos pequeños y ser muy hábil para dibujar; otro puede impresionar por su gran vocabulario, mientras otro mas es un genio con los bloques y rompecabezas. Todos los niños son diferentes y el autoestima de los niños aumenta cuando los adultos gozan repetidamente con lo que hacen bien, en vez de obligarlos hacia las cosas que todavía no pueden hacer.



**¿Leer y escribir?** De acuerdo con los últimos estudios, las siguientes actividades y habilidades son importantes para los preescolares: 1) Disfrutar los libros con la proveedora, es decir, ver y comentar sobre las fotos e historias que gustan a cada niño. 2) Aprender a escuchar con canciones y juegos de palabras, ejemplo, aquellos donde las palabras son sonidos cortos: “Los Diez Perritos” y “Los Tres Cochinitos”. A los niños de 4 años les encantan los juegos de palabras. 3) Pintar y dibujar para desarrollar los músculos pequeños de los dedos. Con estas tres actividades los preescolares estarán listos para combinar sonidos y letras para cuando lleguen a la edad de 5 y 6 años. De hecho, en muchos países de Europa no enseñan a leer a los niños sino hasta los 6 o 7 años de edad. Es realmente importante que los preescolares disfruten del aprendizaje en lugar de sentirse presionados a aprender.

## Situaciones que deben tomar en cuenta los padres

**Desarrollo infantil o escolar** – ¿Cuál es la diferencia? En general, existen dos tipos de ambientes preescolares: 1) ambiente escolar; enfoque en el maestro. Los maestros deciden lo que harán los niños y cuando lo harán 2) ambiente desarrollo infantil; enfoque en el niño. El niño escoge que hacer y cuando hacerlo. Muchos adultos creen que los niños de preescolar deberían tener lecciones formales para prepararse para el kindergarten (Escolar) Pero la mayoría de los expertos en niños dicen que los pequeños aprenden mejor jugando y mas aún si se les da la opción de jugar con material que les ayude a aprender (desarrollo infantil). Muchos programas de cuidado infantil ofrecen una combinación de estos dos tipos.

**¿Qué programa es mejor para mi hijo?** – Cada niño necesita un ambiente y cuidado diferente, existen muchos tipos, por esta razón le recomendamos que cuando visite los lugares de cuidado infantil busque un niño similar de carácter al suyo. Fíjese como encaja ese niño en el ambiente y lugar. A continuación encontrará algunas características que los niños pueden presentar, así como lugares que tienden a ser más adecuados para ellos.

| Características      | Necesidades y Preferencias del Cuidado Infantil   |
|----------------------|---|
| <b>Mucha Energía</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Necesita mucho espacio y tiempo para correr, columpiarse, andar en bicicleta y pelear.</li> <li>Generalmente se siente mejor conviviendo con grupos de diferentes edades, lo cual le permite jugar con niños más grandes y activos con igual energía y habilidades.</li> </ul> |
| <b>Poca Energía</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Les gusta hacer muchas cosas con las manos: trabajo artístico, construcciones, etc.</li> <li>Necesita espacios tranquilos para descansar.</li> </ul>   |
| <b>Cauteloso</b>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>Necesita tiempo, paciencia y apoyo para intentar cosas nuevas.</li> <li>Mayor probabilidad de actuar como líderes cuando juegan con niños menores o en grupos más pequeños.</li> </ul>   |
| <b>Curioso</b>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>Necesita lugares completamente a prueba de niños.</li> <li>Necesita hacer muchas cosas interesantes.</li> <li>Necesita un ambiente estimulante.</li> </ul>   |
| <b>Sensitivo</b>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>Necesita espacios tranquilos, lejos de ruidos y de la gente</li> <li>Prefiere programas cortos con pocos maestros y pocos cambios.</li> </ul>  |
| <b>Habla Pronto</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Puede beneficiarse el estar con otros niños mayores, pero con su mismo nivel de lenguaje.</li> </ul>   |

**Mi niña habla poco inglés – ¿Cómo le irá en un ambiente donde solo se habla inglés?** – Los niños que durante su etapa preescolar no escuchan su lengua nativa, pueden dejar de hablar por meses en la escuela hasta que se sienten listos para hablar en inglés. Ahora en muchas escuelas incluyen gente de diferentes nacionalidades que puede hablar su lengua nativa. Los maestros pueden apoyar a los niños para que aprendan y hablen otras lenguas diferentes al inglés, enseñándoles por medio de canciones, rimas y juegos, es decir en chino, español, etc. Los maestros también pueden invitar a los padres para que enseñen canciones y juegos en su lengua nativa. También se puede incentivar a los niños a que hablen y enseñen los números o colores en su propia lengua. Estas actividades demuestran a todos los niños que es agradable y útil saber más de una lengua. El objetivo es crear y desarrollar respeto por las diversas culturas en vez de ignorar a los niños que hablan idiomas diferentes al inglés.

**¿Cómo puede seguir siendo bilingüe mi hijo?** – Los niños tienden a ser bilingües cuando crecen usando dos idiomas es decir, usando inglés en la escuela y su lenguaje nativo dentro de su comunidad. De cualquier manera si Juan sólo escucha español en su casa (especialmente de sólo uno de sus padres) es muy probable que deje de hablar español entre los tres años y la secundaria. El aprender dos idiomas mientras se es joven, aumenta la habilidad de aprendizaje en los niños. Las personas que no hablan inglés como su lengua nativa tienen más éxito académico si cursan toda la primaria en inglés y en su lengua nativa.

**Tomar o no tomar siestas** – Todos trabajamos mejor cuando dormimos bien por la noche. Que los niños empiecen el día cansados o no eso, depende la hora en que fueron a dormir la noche anterior. Si la siesta la toman ya muy tarde o es demasiada larga o los obligan a tomarla sin necesitarla, provocara que permanezcan despiertos muy noche y estarán cansados al día siguiente. Algunas familias gustan de dormir tarde porque los padres disfrutan la noche con sus hijos, otros padres prefieren que los niños se duerman temprano para tener más tiempo los adultos por la noche, ¡y por salud mental! Los horarios de las siestas afectan el bienestar emocional de todos. Si los niños empiezan el día sin haber dormido lo suficiente, tienen más probabilidades de estar de mal humor en casa, como en el cuidado infantil.

**La relación con su proveedora** – Debido a la experiencia que tiene la proveedora, con frecuencia conoce más que los padres sobre el tipo de conducta de los niños y que esperar en las diferentes edades. La proveedora puede dar su opinión a los padres en lo que se considera “normal” a determinada etapa del desarrollo. Por otro lado la mayoría de los padres conocen a sus hijos mejor que nadie. Idealmente los padres y la proveedora deben trabajar juntos por el bienestar del niño.

## Situaciones que deben tomar en cuenta las proveedoras

**Permita diferentes necesidades físicas** – Provea un espacio tranquilo para niños que gustan tomar siestas y uno con supervisión para niños que no toman siesta. Los niños pueden tener hambre a distintas horas pero ¡todos nos ponemos de mal humor cuando tenemos hambre! (En algunos cuidados infantiles ponen en la mesa alimentos saludables para que los niños puedan comer cuando tienen hambre.) Igualmente los niños están listos para aprender a usar el baño a diferentes edades. Idealmente debería agruparse a los niños de acuerdo a sus habilidades e intereses y no por el entrenamiento para usar el baño. En promedio, las niñas aprenden 6 meses más rápido que los niños.

**Acepte diferentes niveles de energía** – Algunos niños de 4 años con poca energía pueden fácilmente estar sentados por 20 minutos. Sin embargo algunos niños con mucha energía les resulta difícil estar quietos por 5 minutos. Este tipo de niños necesitan poco tiempo para adaptarse a círculos orientados hacia la acción, como cantar canciones con movimientos. La mayoría de los niños con mucha energía escuchan y aprenden mejor cuando están en movimiento, en lugar de usar toda su atención en mantenerse quietos.

**Apoye el desarrollo del lenguaje** – Hable con los niños en forma individual y en grupos pequeños sobre sus actividades en casa y en la escuela, sus intereses, experiencias fantasías y sentimientos. Puede realizar este tipo de actividades con niños a partir de 4 años, animelos a hablar, escuchar y hacerles preguntas a sus amigos, especialmente si ellos no lo hacen por su propio interés.

**Muéstreles respeto a otras culturas** – Enséñeles canciones, poemas y juegos en idiomas diferentes del inglés. Prepare alimentos especiales o permita que los niños hagan trabajos de arte o manualidades para celebrar los diferentes días festivos como el Año Nuevo Chino, el Cinco de Mayo, etc. Invite a las familias a presentar algún juego o canción de sus culturas.

**Incentive a los niños a crear amistades** – Los niños tienden naturalmente, a jugar con otros niños de similar energía: alta, mediana o baja. Ayúdelos a comunicarse, a compartir sus deseos y metas. Especialmente a partir de los 4 años en adelante enséñeles a ser sociables más que a resolver problemas. Por ejemplo, Toñito y Eduardo están sobre una estructura de juego y Toñito le dice a su amigo, “¡Ya no seré tu amigo si no saltas desde aquí!” Eduardo tiene miedo de saltar y también de perder a su amigo. La proveedora anima a Eduardo a que le diga a Toñito lo que siente. Después les explica a los dos “Los verdaderos amigos no le dicen a sus amigos que hagan cosas que les da miedo hacer”. Y a continuación debe preguntar, “¿Qué juego pueden realizar entre ustedes?” Con los inevitables conflictos que se dan entre los niños de 4 años, siempre que pueda pregunte a cada niño,

“¿Cómo te sientes ahora?”, “¿Qué sucedió?” y “¿Qué puedes hacer diferente la próxima vez?”. Es importante que note que algunos niños son tímidos y tranquilos, estos necesitan ayuda para expresarse por sí mismos. Apóyelos para que comenten sus necesidades, por ejemplo: “Yo quiero ser la mamá ahora. No quiero ser siempre la bebé”. Así como también a los niños de carácter fuerte, necesitan ayuda para aprender a compartir el liderazgo

**Enséñeles** – De respuesta a preguntas de los niños, platique de sus ideas y muéstreles como funcionan las cosas, cuando necesiten ayuda. Anímelos para que sigan adelante y aprendan temas de interés personal haciendo preguntas y dándoles materiales adecuados. Una vez que los niños cumplen 4 años animelos a pensar y a resolver problemas antes de darles las respuestas. “¿Qué puedes hacer para que esto de mejores resultados? Para disminuir la frustración de las actividades, de proyectos que no sean muy difíciles, que lo vean interesante, pero no tan fáciles para que se desanimen. Por ejemplo: entregue un rompecabezas fácil o difícil, dependiendo de las habilidades y experiencias del niño, o ayúdelo con el rompecabezas preguntándole “¿Puedes encontrar la pieza que tiene rojo como esta?” Apoye e incentive a los niños a que tomen riesgos razonables para mejorar sus habilidades, por ejemplo: cuando saltan de la estructura para escalar si es adecuado para sus habilidades. (Enséñeles a doblar las rodillas para protegerse así mismos al caer y asegúrense que el área esté acojinada apropiadamente)

**Construya un sentido de comunidad** – Tenga juegos que ayuden a aprender y a usar los nombres de cada uno. Los niños se dan cuenta que sus acciones causan efecto cuando decoran para una fiesta o ayudan a otros que lo necesitan. Motívelos a realizar dibujos para enviarlos a un amigo enfermo. Ellos aprenden que son parte de una gran comunidad cuando participan en la limpieza o conservación del agua o recogen la basura cerca de la escuela. Encuentre oportunidades para mencionar y agradecer lo que cada niño (y familia) hace por el grupo. Invite a los padres a enseñar palabras o canciones de su cultura. Visite regularmente un asilo para ancianos para que cada niño se familiarice con uno de los residentes.

**Disciplinas adecuadas a la edad** – Ponga el lugar a prueba de niños. Dígales lo que si pueden hacer, en vez de decirles lo que no pueden hacer: “Podemos ir afuera después de limpiar estos bloques”. “Tú debes caminar aquí, alejado de la orilla de la acera, donde no es peligroso. Si no lo puedes recordar, entonces te llevaré de la mano”

**Cree relaciones de apoyo con los padres** – Dígale a menudo a los padres sobre las cosas que sus hijos hacen bien. Reconozca sus preocupaciones. Estos pasos proveen bases sólidas si se presentaran problemas en el futuro.

## Sugerencias para Actividades

| Habilidades  | Actividades   |
|--|---|
| <b>Lenguaje</b>                                    | Estimule el conocimiento del lenguaje en los niños hablándoles y escuchándolos. A muchos preescolares les encanta inventar cuentos. (Gradualmente ayúdeles a comprender la diferencia entre lo “real” y lo “ficticio”.) Escriba cuentos para los niños y deje que los coloreen y dibujen. Use poemas, canciones y juegos con las manos. Deles juguetes que los animen a decir cuentos, como muñecas, muñecos pequeños, animales de granja, dinosaurios, platos, teléfonos, ropa para vestir. (¡Es común en niños de tres y cuatro años vestirse como niñas!) Invite a los niños a hacer su juego más interesante. Si Natalia generalmente maneja su carro en un camino recto sugiera curvas o un edificio para que maneje a su alrededor. Si Latasha generalmente juega a la casita con Mamá y Papá sugiera agregar un niño.  |
| <b>Imaginación</b>                                 | Permita a los niños de cuatro años resolver el conflicto de lo “bueno” y lo “malo” con los súper héroes. Ellos están realmente luchando interiormente para controlar sus impulsos y “hacer lo correcto”. A muchos les gusta jugar con pistolas y se les pasará. Disparar balas imaginarias es práctica de “objetos en movimiento en el espacio” (una habilidad visual usada más tarde para manejar y construir edificios).  |
| <b>Habilidades de los Músculos Mayores y Ritmo</b> | Déles pelotas para patear y aventar a puntos específicos; juguetes con pedales; cosas para escalar y brincar, como una escalera, una estructura para escalar o un sofá; carrera con obstáculos sencillo y una tabla de 4-6 pulgadas de ancho para caminar y balancear. Deles la oportunidad de jugar pesado y a la lucha libre; juegos activos en círculo; bailar y tocar la batería, tamborines y maracas, etc.  |
| <b>Habilidades De los Músculos Secundarios</b>     | Ofrézcales tableros con cintas y clavijas, rompecabezas, cuentas para pasar, llave inglesa y martillo junto con tornillos y clavos grandes; juegos para armar, como Legos o K’nex. Déles artículos de arte: crayones, marcadores, pinturas, plastilina, arcilla, tijeras (¡algunos usan las tijeras mucho antes que otros!). A muchos niños de cuatro años les gusta hacer dibujos libres. Provea cuadernos para dibujar o para colorear para los niños que se enojen porque no saben dibujar bien. Algunos de cuatro y cinco años están naturalmente interesados en la literatura, otros todavía no. Ofrézcales materiales como imanes, burbujas, reglas, semillas para plantar. Mantenga mascotas como culebras, conejos, pájaros para que los niños los observen y los cuiden. Las computadoras son muy controvertidas para los preescolares: empezando a la edad de cuatro años permítales usarlas por no más de media hora diaria. |
| <b>Estudio de las Ciencias y la Naturaleza</b>     | Los pequeños aprenden más al hablar acerca de los libros que solamente escuchando. Hágales preguntas sobre los dibujos, la gente y los eventos del libro. Una conversación es más importante que terminar la historia. Esto es mucho más fácil con uno o dos niños que con seis u ocho. Incluya historias de diferentes culturas, grupos étnicos y discapacidades.  |
| <b>Lectura</b>                                     | Los preescolares tienen mucho interés en aprender acerca del mundo real. Fomente actividades de la vida real como cocinar, jardinería, cuidado de los animales, atender un puesto de limonada.  |
| <b>Aprendiendo sobre el Mundo Real</b>             | A ellos les encantan los paseos por las tiendas de su barrio, los garajes, las tiendas de animales, las estaciones de bomberos o los sitios de construcción. Subirse a un autobús. Visitar los parques cercanos.  |

### Recursos Relacionados con BANANAS:

BANANAS tiene muchos folletos disponibles por correo, en la oficina o correo electrónico y videos para las proveedoras de cuidado infantil y los padres. Para tener una lista completa vea nuestras listas de publicaciones y de videos.

### Notas Gratis:

- Un Vistazo Cercano a los Cuidados Infantiles Hogareños Grandes
- Seleccionando un Cuidado Infantil
- Seleccionando un Cuidado Infantil para un Niño con Necesidades Especiales
- Seleccionando un Cuidado Infantil Hogareño
- Seleccionando un Centro Preescolar
- Cocina para Aprender y Disfrutar
- Ideas para Actividades Usando los Músculos Motores Mayores

### Videos:

- El Niño en Desarrollo: Preescolares, Desarrollo Físico y Cognitivo
- Control de Conflictos y Diversidad
- Padres de Preescolares
- Creciendo a Través del Juego: Desarrollo Social y Cognitivo
- Paternidad: Disciplina, Controlando la Mala Conducta