

Ways to Get Your Child Ready for Kindergarten/Maneras de preparar a su hijo para el jardín de infancia

Here are ways to make the transition easier:

Aquí hay formas de facilitar la transición:

1. Practice kindergarten skills.

Examples: forming letters and numbers, cutting, tracing, and holding a pencil

Práctica habilidades de jardín de infancia.

Ejemplos: formar letras y números, cortar, trazar y sostener un lápiz.

2. Set clear bedtime and morning routines.

With the start of kindergarten you may need to have an earlier wake-up time. It may help to move bedtime to an earlier time. Before school starts, run through the morning routine with your child, too. Practice having your child wake up on time, get dressed, and eat breakfast.

Establezca horas de acostarse y rutinas matutinas claras.

Con el comienzo del jardín de infancia, es posible que necesite tener un horario de despertar más temprano. Puede ayudar mover la hora de acostarse a una hora más temprana. Antes de que comience la escuela, haga la rutina matutina con su hijo también. Practique que su hijo se despierte a tiempo, se vista y desayune.

3. Start phasing out nap time.

Start cutting the length of nap time by a couple of minutes a day before school starts. (A shorter nap might help with the change to an earlier bedtime, too.)

Comience a eliminar el tiempo de siesta.

Comience a reducir el tiempo de la siesta por un par de minutos al día antes de que comience la escuela. (Una siesta más corta también podría ayudar con el cambio a una hora de acostarse más temprano).

4. Make following directions fun.

Have your child do activities with one- and two-step directions before school starts. You can do crafts or play new games together. Or you could have your child help when you're cooking.

Haga que seguir instrucciones sea divertido.

Haga que su hijo haga actividades con instrucciones de uno y dos pasos antes de que comience la escuela. Pueden hacer manualidades o jugar juegos nuevos juntos. O podría pedirle ayuda a su hijo cuando esté cocinando.

5. Help the child to develop independence at

home.

Encourage your child

to dress himself, take her coat on and off and hang it up, use the bathroom without assistance and wash his/her hands without constant reminders, and put on his own shoes.

Ayudar al niño a desarrollar la independencia en el hogar.

Anime a su hijo a vestirse solo, a quitarse el abrigo y colgarlo, usar el baño sin ayuda y lavarse las manos sin recordatorios constantes, y ponerse sus propios zapatos.

6. Focus on self-help skills.

Your child

should know how to wipe her face and blow her nose without assistance.

Concéntrese en las habilidades de autoayuda. Su hijo debe saber cómo limpiarse la cara y sonarse la nariz sin ayuda.

7. Teach responsibility.

Start transferring small responsibilities over to your child, put your child in charge of emptying the backpack or putting some groceries on the shelf.

Enseñar responsabilidad.

Comience a transferir pequeñas responsabilidades a su hijo, póngalo a cargo de vaciar la mochila o poner algunos comestibles en el estante.

8. Ask how your child is feeling..

Children may feel anxious. "What do you want to know about kindergarten?" Or, "You seem a little nervous. What are you thinking about?"

Pregunte cómo se siente su hijo

Los niños pueden sentirse ansiosos. "¿Qué quieres saber sobre el jardín de infancia?" O: "Pareces un poco nervioso. ¿Qué estás pensando?"

9. Practice asking for help.

Explain that the teacher is always there to help if there's a problem—and that it's OK to ask. Have your child practice asking for help before the school year starts.

Practica pidiendo ayuda.

Explique que el maestro siempre está ahí para ayudar si hay un problema, y que está bien preguntar. Haga que su hijo practique pedir ayuda antes de que comience el año escolar.

10. Read together and engage in meaningful literacy activities.

Reading to your child as often as possible helps lay the foundation for kindergarten learning. It also helps prepare kids for listening time in the classroom. Make shopping lists, look at captions in the newspaper, and look at street signs.

Lean juntos y participen en actividades de lectura.

Leerle a su hijo con la mayor frecuencia posible ayuda a sentar las bases para el aprendizaje en el jardín de infancia. También ayuda a preparar a los niños para escuchar en el salón de clase/aula. Haga listas de compras, mire subtítulos en el periódico y mire las señales de la calle.

11. Remind your child of strengths.

Talk about things your child has done and learned in the past. Point out past successes, whether it was learning to tie shoes or catching a ball. Together, you can even make an "accomplishments box."

Recuérdale a tu hijo las fortalezas.

Hable sobre las cosas que su hijo ha hecho y aprendido en el pasado. Señale los éxitos pasados, ya sea aprender a atar zapatos o atrapar una pelota. Juntos, incluso pueden hacer una "caja de logros".

The transition to kindergarten can take a little while, and there may be ups and downs. But a little preparation can make a big difference in how your child feels about starting school.

La transición al jardín de infancia puede demorar un poco y puede haber altibajos. Pero un poco de preparación puede marcar una gran diferencia en cómo se siente su hijo al comenzar la escuela.

Adapted from Adaptado de <https://www.naeyc.org/our-work/families/kindergarten-here-we-come>
&https://www.understood.org/en/school-learning/choosing-starting-school/moving-up/how-to-get-ready-for-kindergarten?_ul=1*jb5mq1*domain_userid*YW1wLUtxV25qaEF6RWFJZ3BraGNJSHBWWKE.