

Aprendo a Concentrarme: Primer Grado

Aprender a ignorar las distracciones le permite a su niño:

- Enfocar su atención en una tarea o en un tema
- Escuchar con atención
- Entender mejor y poder seguir instrucciones



Ideas para probar con su niño:

- Prepare un área tranquila para hacer las tareas en su casa. Apague la televisión y los video juegos mientras hacen la tarea o los quehaceres para ayudarle a su niño a permanecer enfocado.
- Jueguen juegos de cartas como 'Lotería', 'Conquin', o 'Uno'. Puede encontrar instrucciones para 10 juegos de cartas accesibles para niños en <http://www.cuadernointercultural.com/juegos-tradicionales>
- Prepare una carrera de obstáculos en su patio trasero para que su niño la juegue. Dígame que brinque sobre una manguera, corra alrededor de un árbol, gatee por debajo de la mesa de picnic, y corra hasta el jardín de flores. Dé instrucciones específicas para para cada parte de la carrera de obstáculos.

Si su niño tiene dificultades:

- Pídale a su niño que practique a repetir las instrucciones para ayudarle a concentrarse en las instrucciones.
- Cocinen algo juntos. Seguir las instrucciones de una receta es una gran forma de practicar a seguir instrucciones.
- 'Simon Says' y 'Red Light, Green Light' son juegos divertidos para practicar a escuchar y seguir instrucciones.

También:

- 'I Spy' y '20 Questions' son juegos que los niños disfrutan y requieren un poco más de concentración y memoria para fin de ganar.
- Vea si su niño puede construir un juguete, como una construcción de Lego, por medio de seguir las instrucciones independientemente.
- Para juegos de cartas más difíciles busque en: <http://www.education.com/slideshow/card-games-first-grade-math/>

El departamento de Aprendizaje Temprano del Estado de Washington y el Distrito Escolar de Richland consideran que los padres, las familias, y los cuidadores son los mejores maestros de los niños pequeños. Esta Guía de recursos, que forma parte de las Bases Sólidas para la Escuela: *Guía de Recursos para los Padres de Niños Pequeños*, destaca una habilidad clave de desarrollo para **los niños de Primer Grado** que los padres pueden ayudar a mejorar en casa.



Adaptado de la *Guías para el Desarrollo y Aprendizaje Temprano del Estado de Washington, 2012*: "Concéntrate en una tarea o en un tema e ignora las distracciones". *Sobre Mí, mi Familia y la Cultura*, Primer Grado, página 99