

# Prepararse para Pre-K

Ready for  
Pre-K!

## ¡Comenzar Pre-K es un momento emocionante!

Puede parecer una gran transición tanto para los niños como para sus familias. Estos son algunos consejos para ayudar a todos a empezar el año escolar sin problemas.



## ¿Qué puede hacer para ayudar?

### 1. Practicar las rutinas

Practique la rutina matutina una semana antes de que comiencen las clases, para que todos tengan tiempo de adaptarse. ¿A qué hora deberán despertarse usted y su hijo(a) todos los días? ¿A qué hora tendrán que acostarse para dormir lo suficiente? ¿Sabía que los niños de 3 y 4 años necesitan dormir entre 10 y 13 horas al día (incluidas las siestas)? Puede ser útil crear un cronograma para su hijo(a) con dibujos de la rutina matutina. Por ejemplo: Despertarse Vestirse Desayunar Cepillarse los dientes Ponerse los zapatos ¡Hora de salir!

Visite nuestro  
sitio web



# Consejos para fomentar las habilidades matemáticas tempranas

## 2. Crear un ritual de despedida

Practique este ritual con su hijo(a) para que ambos se sientan seguros al momento de llegar a la escuela. Por ejemplo, "No daremos un abrazo de oso, dos besos de mariposa y luego nos despediremos. ¡Estaré aquí al final del día para buscarte!"



## 3. Visitar la escuela

Visite la escuela de su hijo(a) durante el verano. Tome fotografías de la entrada principal y del patio de recreo para recordarle a su hijo(a) qué aspecto tiene. Comuníquese con su escuela para ver si hay jornadas de sesiones informativas de verano o citas de juego para Pre-K a las que pueda asistir.


## 4. Conocer a los docentes

Encuentre una oportunidad para comunicarse con el docente de su hijo(a) antes del primer día de clases. Esto puede ser durante una cita de juegos, una visita a domicilio o una videollamada. Conocer el nombre y el rostro de los docentes puede ayudar a aliviar un poco la ansiedad de su hijo(a). Aproveche a compartir algunos datos divertidos de su hijo(a) y su familia.



## 5. Leer historias

Leer historias sobre el inicio de clases es una excelente manera de ayudar a su hijo(a) a saber qué esperar y de iniciar conversaciones sobre cómo se puede sentir.

 Educación de la Primera Infancia de las DCPS

 @dcpsearlychildhood

 readyforprek.org

