

Cartas de comunicación del maestro a los padres

(Programa de Dina para la clase)

Para los maestros que administren el programa dinosaurio de prevención para la clase, hay seis cartas para los padres para cada área temática principal que describen lo que los estudiantes están aprendiendo en sus clases. Pueden entregarse cada vez que un maestro complete una de las primeras seis unidades de dinosaurio. Al comprar el plan de estudio de dinosaurio Los Años Increíbles (Incredible Years®), se le da permiso de hacer copias de los documentos en este manual para que pueda utilizarlos cuando administre este programa.



Carta de comunicación del maestro a los padres

©The Incredible Years®

Reglas familiares y de la clase Unidad de Apatosaurio

En la escuela, sus niños están aprendiendo sobre cómo tener éxito en la escuela, y están practicando cinco reglas de la clase. Usted puede ayudar a reforzar el aprendizaje de su hijo al hacer comentarios y elogiarlo cuando vea que sigue estas reglas en casa. Dígale a su hijo: “Muéstrame esos cinco” (sostenga la mano en alto). Vea cuántas reglas él o ella recuerda. Pídale que le muestre cómo sigue estas reglas, de una en una.



Las reglas de “Muéstrame esos cinco” son:



Oídos para escuchar: (Para recordarles a los niños que deben escuchar en silencio y prestar atención al orador). Elógielo en casa cuando esté utilizando sus oídos para escuchar cuando otros estén hablando.



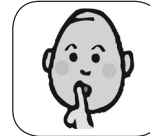
Ojos que miran al maestro: (Para recordarles a los niños que deben mirar al maestro y prestar atención). Elogie al niño en casa cuando lo esté mirando a usted con ojos atentos.



Manos quietas: (Para recordarles a los niños que deben mantener las manos quietas). Elogie a su hijo cuando siga esta norma.



Pies que caminan: (Esto les recuerda a los niños sobre caminar lentamente y que correr queda reservado para exteriores). Elogie a su hijo por caminar y no correr dentro de la casa.



Voz interior: (Para recordarles a los niños que deben aprender a hablar suavemente y no molestar a los demás). Elogie a su hijo por usar una voz amable y baja en interiores.

Anote en la Carta de comunicación de los padres al maestro sus experiencias al hablar acerca de sus reglas familiares con su hijo, y envíe este formulario a la escuela con su hijo.



¡Niños increíbles!

The
**Incredible
Years**

Carta de comunicación de los padres al maestro

Reglas familiares y de la clase Unidad de Apatosaurio

Nombre del niño: _____

Anote en este formulario sus experiencias al hablar acerca de sus reglas familiares con su hijo, y envíe este formulario a la escuela con su hijo.

Su hijo también podría hacer aquí un dibujo de una de sus reglas de casa.



¡Niños increíbles!

**The
Incredible
Years**

Carta de comunicación del maestro a los padres

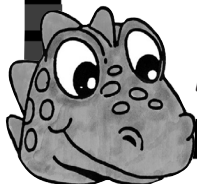
Fomentar en su hijo la persistencia y la paciencia Unidad de Iguanodon

Todos los niños pequeños tienen una capacidad de atención corta y se distraen fácilmente. Una vez que asisten a la escuela hay más exigencias para ellos en cuanto a escuchar, concentrarse y trabajar por largos períodos en tareas relacionadas con la escuela. Usted puede ayudar a reforzar la capacidad de atención de su hijo y aumentar su persistencia con una tarea difícil al comentarle, describirle e instruirle cuando usted observe que él o ella esté teniendo cualquiera de las siguientes conductas:

Mantenerse concentrado: Describa la conducta y elogie a su hijo cuando observe que esté concentrado, preste atención o se mantenga enfocado mientras trata de resolver un problema (p. ej., terminar de armar un rompecabezas difícil, tratar de escribir o leer o aprender algo nuevo). Por ejemplo, “Estás mirando todas esas letras y manteniéndote enfocado de verdad”. O, “No dejas de probar distintas maneras de resolver ese problema. De verdad que estás poniéndole empeño”.

Ser paciente: Señale las emociones de su hijo cuando observe que está permaneciendo tranquilo o está siendo paciente. “Eso es muy frustrante de hacer, y tú continúas intentándolo nuevamente. De verdad que estás siendo paciente y permaneciendo tranquilo. Pienso que podrás lograrlo”.

Anote en su Carta de comunicación de los padres al maestro sus experiencias al guiar a su hijo cuando persevera con una tarea difícil y permanezca tranquilo, y envíe este formulario a la escuela con su hijo.



¡Niños increíbles!

The
**Incredible
Years**

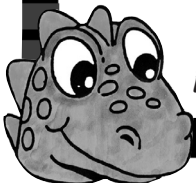
Carta de comunicación de los padres al maestro

*Fomentar en su hijo la
persistencia y la paciencia
Unidad de Iguanodon*

Nombre del niño: _____

Anote en este formulario sus experiencias al instruir a su hijo cuando persevere con una tarea difícil y permanezca tranquilo, y envíe este formulario a la escuela con su hijo.

Ejemplo: Frederick permanece tranquilo y sigue intentando y pensando en maneras para terminar de armar el rompecabezas.



¡Niños increíbles!

Carta de comunicación del maestro a los padres

©The Incredible Years®

Tiempo para elogiar Unidad de Triceratops

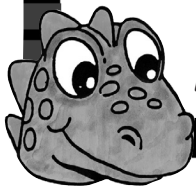
En la escuela los niños están aprendiendo a elogiar a sus amigos. Es importante aprender esto porque ayudará a su hijo a hacer buenos amigos.

DAR EJEMPLO: Puede ayudar a reforzar el aprendizaje de su hijo al dar ejemplo de elogios usted mismo. Por ejemplo, usted podría decir, “Voy a elogiarte por lo bien que hiciste al escuchar mi petición de guardar tu abrigo”.

ELOGIOS: También puede enseñarle a su hijo cómo dar cumplidos al elogiarlo cuando diga cosas amables. Por ejemplo, “Seth, acabas de elogiar a tu amigo cuando le dijiste que te gustó cómo construyó su castillo. Y tu amigo parece muy contento por eso”.

Incluso usted podría tener un tiempo diario para dar cumplidos a la hora de la comida o a la hora de dormir, cuando los miembros de la familia tomen turnos para darse cumplidos los unos a los otros.

Anote en la Carta de comunicación de los padres al maestro lo que usted observe en su hijo, y por favor envíe el formulario a la escuela. Su hijo recibirá un reconocimiento especial por dar cumplidos en casa.



¡Niños increíbles!

The
**Incredible
Years**

Carta de comunicación de los padres al maestro

Tiempo para elogiar Unidad de Triceratops

Nombre del niño: _____

Anote en este formulario lo que usted observe en su hijo, y por favor envíe el formulario a la escuela. ¡Su hijo recibirá un reconocimiento especial por dar un cumplido en casa!

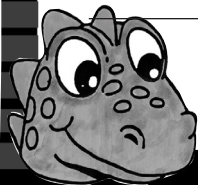
Niño: *Le da un cumplido (dice algo agradable) a un adulto o amigo.*

Familia: *Dé ejemplo de tres cumplidos que usted le da a su hijo.*

1. _____

2. _____

3. _____



¡Niños increíbles!

Carta de comunicación del maestro a los padres

Resolución de problemas Unidad de Estegosaurio

En la escuela los niños están aprendiendo a resolver problemas cuando estén molestos, para que puedan hacer la mejor elección. Puede ayudar a su hijo a aprender a resolver problemas con libros, marionetas y al hablar con ellos antes de que pierdan demasiado el control. A continuación le mostramos tres pasos que están aprendiendo sus niños.



Paso uno: ¿Cómo me siento?

Paso dos: ¿Cuál es el problema?

Paso tres: ¿Cuáles podrían ser algunas soluciones?

PRACTIQUE: Puede practicar en casa al hablar sobre un problema y pensar en posibles soluciones (p. ej., esperar, compartir, tomar turnos, ayudar, respirar profundamente, hacer otra cosa). Luego, podría ser divertido practicar estas soluciones con marionetas.

DÉ EJEMPLO USTED MISMO: Ayudará a su hijo si da ejemplo usted mismo de maneras en que se tranquiliza cuando usted tiene un problema para poder pensar en soluciones a sus problemas. Por ejemplo, usted podría decirle, “Me siento frustrado ahora porque no puedo encontrar mis llaves. Voy a respirar profundamente y a pensar en soluciones. Una solución es buscar en mi auto. Otra solución es pedir ayuda”.



Pídale a su hijo que le muestre cómo puede convertirse en “detective” para resolver un problema.

Anote en la Carta de comunicación de los padres al maestro su experiencia al practicar ayudar a su hijo a formular soluciones a problemas. Su hijo recibirá un reconocimiento especial por resolver un problema o por hacer un dibujo de una solución.



¡Niños increíbles!

The
**Incredible
Years**

Carta de comunicación de los padres al maestro

Resolución de problemas Unidad de Estegosaurio

Nombre del niño: _____

Anote en este formulario su experiencia al practicar cómo ayudar a su hijo a formular soluciones a problemas. ¡Su hijo recibirá un reconocimiento especial por resolver un problema o por hacer un dibujo de una solución! Aquí hay un ejemplo de un problema, o puede seleccionar uno propio. “Supongamos que tu amigo está en el columpio y quieres usarlo”.

¿Cómo te sentirías?

¿Qué solución podrías usar?



¡Niños increíbles!

**The
Incredible
Years**

Carta de comunicación del maestro a los padres

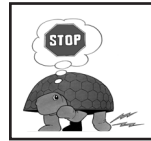
Tranquilizarte Unidad de T-Rex

En la escuela los niños están aprendiendo sobre maneras para tranquilizarse cuando estén molestos, para que puedan tomar la mejor decisión. Los niños necesitan apoyo y ayuda para ser pacientes y no rendirse cuando aprenden tareas difíciles, porque la mayoría de la gente no tiene éxito la primera vez que intenta hacer algo nuevo. Usted puede ayudar a que su hijo aprenda algunas habilidades para tranquilizarse.

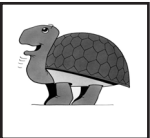
PRACTIQUE: En un momento cuando su hijo esté tranquilo, pídale que le muestre cómo puede tranquilizarse “como una tortuga”.



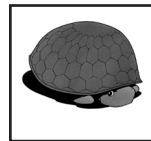
Paso N° 1: Nombra el sentimiento



Paso N° 2:
Di: “¡Detente!”



Paso N° 3: Inspira profundamente tres veces y di, “Puedo tranquilizarme, puedo seguir intentándolo”.

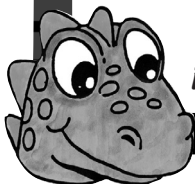


Paso N° 4: Métete dentro del “caparazón” para tranquilizarte. (Ayuda apartarse del niño y darle privacidad para tranquilizarse).



Paso N° 5: Cuando estés calmado, inténtalo de nuevo.

DÉ EJEMPLO USTED MISMO: Ayudará a su hijo si da ejemplo usted mismo de maneras en que se tranquiliza cuando usted está enojado o frustrado. Podría decirle cómo se enfrentó usted a una situación, “¿Sabes? Esta mañana de verdad estaba enojado porque tuve que esforzarme mucho para hacer el desayuno y luego se me cayó el plato de camino a la mesa. De verdad que tuve que meterme en mi caparazón y respirar profundamente para tranquilizarme para que pudiera limpiar lo que ensucié y comenzar de nuevo”. Anote en su Carta de comunicación de los padres al maestro sus experiencias al hablar con su hijo sobre los pasos de la tortuga Tiny para tranquilizarse, y envíe este formulario a la escuela con su hijo.



¡Niños increíbles!

The
Incredible
Years

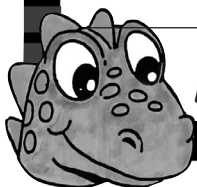
Carta de comunicación de los padres al maestro

Tranquilizarte Unidad de T-Rex

Nombre del niño: _____

Anote en este formulario sus experiencias al hablar con su hijo sobre los pasos de la tortuga Tiny para tranquilizarse, y envíe este formulario a la escuela con su hijo. Si usted ve que su hijo usa la estrategia de la tortuga de respirar profundamente para tranquilizarse, infórmenos de ello y obtendrá un reconocimiento especial.

Recuerde que cuando su hijo esté enojado, probablemente tendrá dificultad para tranquilizarse. Dele un recordatorio sobre la técnica de la tortuga. Si su hijo responde, elógielo mucho. Si su hijo está demasiado molesto para escuchar, apártese y dele un poco de privacidad para que se tranquilice. Más tarde cuando su hijo esté tranquilo, pueden practicar de nuevo. Toma mucho tiempo que un niño aprenda a autorregularse. Su paciencia es importante.



¡Niños increíbles!

The
**Incredible
Years**

Carta de comunicación del maestro a los padres

Alentar en su hijo las habilidades sociales Unidad de Alosaurio

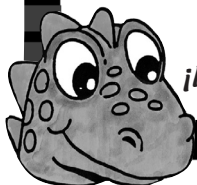
En la escuela los niños están aprendiendo a hacer buenos amigos. Usted puede ayudar a reforzar el aprendizaje de su hijo al hacer comentarios y elogiarlo cuando vea que esté teniendo alguna de las siguientes conductas:

Compartir: Elogie a su hijo siempre que vea que comparte juguetes con otro niño o con usted. “Gracias por compartir tus juguetes conmigo y por dejarme jugar contigo”.

Ayudar: Elogie a su hijo siempre que note que ayuda a alguien más. “De verdad que estás ayudando a tu hermana a recoger sus cosas. Eso es muy útil, y tu hermana está contenta de recibir ayuda”.

Tomar turnos: Elogie a su hijo siempre que note que espera su turno y es paciente mientras espera. “Es admirable como estás esperando tu turno. Encontraste otra cosa que hacer mientras tu amiga terminaba de usar la computadora (ordenador)”.

Anote en la Carta de comunicación de los padres al maestro una ocasión en la que vea que su hijo esté haciendo uso de una de las tres conductas, y envíe este formulario a la escuela con su hijo.



¡Niños increíbles!

The
**Incredible
Years**

