

APRENDIENDO JUNTOS

Revista especializada para familias

**¿QUÉ PAPEL JUEGAN
LOS PADRES EN LA
AUTOESTIMA DE
SUS HIJOS?**

**FOMENTANDO LA LECTURA
EN FAMILIA**

**EL PODER DE LA
EMPATÍA**

**CONVERSANDO CON:
LA FAMILIA ESPINAL FLORENCIO**

**AÑO 9 / NÚMERO 18 / NOVIEMBRE 2024
REVISTA GRATUITA DE COLECCIÓN**

Scarly Cruz

Editora

Frida P. de Villamil

Gisela G. de Oriach

Redacción

Ana Gómez

Correctora de Estilo

Alexander Luperón

Fotografía de Portada

Paula Vivanco

Diseño y Diagramación

Lic. Welington Vásquez

Lic. Iratxe López

Cristina Polo Calvo

Lic. Liny BelkisTatis

Lic. Michelle Ureña

Lic. Nadia Camargo

Dra. Ariela Grullón

Dr. Juan Carlos Rodríguez Polanco

Departamento de Orientación Instituto Leonardo Da Vinci

Colaboradores

Lic. Irenarco Ardila

Lic. Ysabel Calderón

Lic. Yolanda Collado

Lic. Luz Marina Cortazar

Lic. Rosa Taveras

Carolina Fernández

Miembros del Consejo Editorial

APRENDIENDO JUNTOS

Revista especializada para familias



Mensaje de la Editora

Es esencial comenzar agradeciendo el privilegio de ser parte de esta herramienta educativa diseñada para orientar y apoyar a familias, educadores y cualquier persona interesada en ampliar sus conocimientos sobre la educación de niños y adolescentes.

En esta decimoctava edición, se explora cómo padres y educadores pueden contribuir al desarrollo integral de los niños, abordando aspectos como la formación de la autoestima a través del amor incondicional y conductas positivas, el fomento de la lectura desde una edad temprana para fortalecer el aprendizaje y los lazos familiares, y la implementación de rutinas y metas claras para mejorar la convivencia en el hogar.

Agradecemos profundamente a todos aquellos que han colaborado en este proyecto, desde expertos en diversas áreas hasta alumnos, exalumnos y familias, quienes con su generosa dedicación de tiempo han hecho posible esta iniciativa. También queremos reconocer el significativo apoyo del equipo del Instituto Leonardo Da Vinci, que ha sido esencial para la creación de esta importante recurso.

Scarly Cruz
Editora



Aprendiendo Juntos

Educación Aprende

Fomentando la lectura en familia: una actividad para toda la Vida p.4

Estrategias para apoyar el aprendizaje en el hogar p.12

Fomentar la lectura infantil de forma divertida p.20

Nutrición Aprende

Ideas para almuerzos saludables para llevar al Colegio p.22

Entretenimiento

Ocurrencias Infantiles p.11

Conversando con ... La Familia Espinal Florencio p.14

Conversando con Egresados p.26

Enfoque Aprende

¿Qué papel juegan los padres en la autoestima de sus hijos? p.16

Psicología Aprende

La importancia del juego en el desarrollo del lenguaje de tu hijo p.6

El poder de la empatía: comprender y conectar con los demás p.18

Crianza en equipo: importancia de la colaboración de ambos padres en la educación de sus hijos p.24

Salud Aprende

Beneficios de la actividad física para la salud mental y física p.9



Fomentando la lectura en Familia: Una actividad para toda la Vida

Wellington Vásquez, Asesor Educativo.

Leer en familia es una de las actividades más enriquecedoras que se pueden realizar en el hogar.

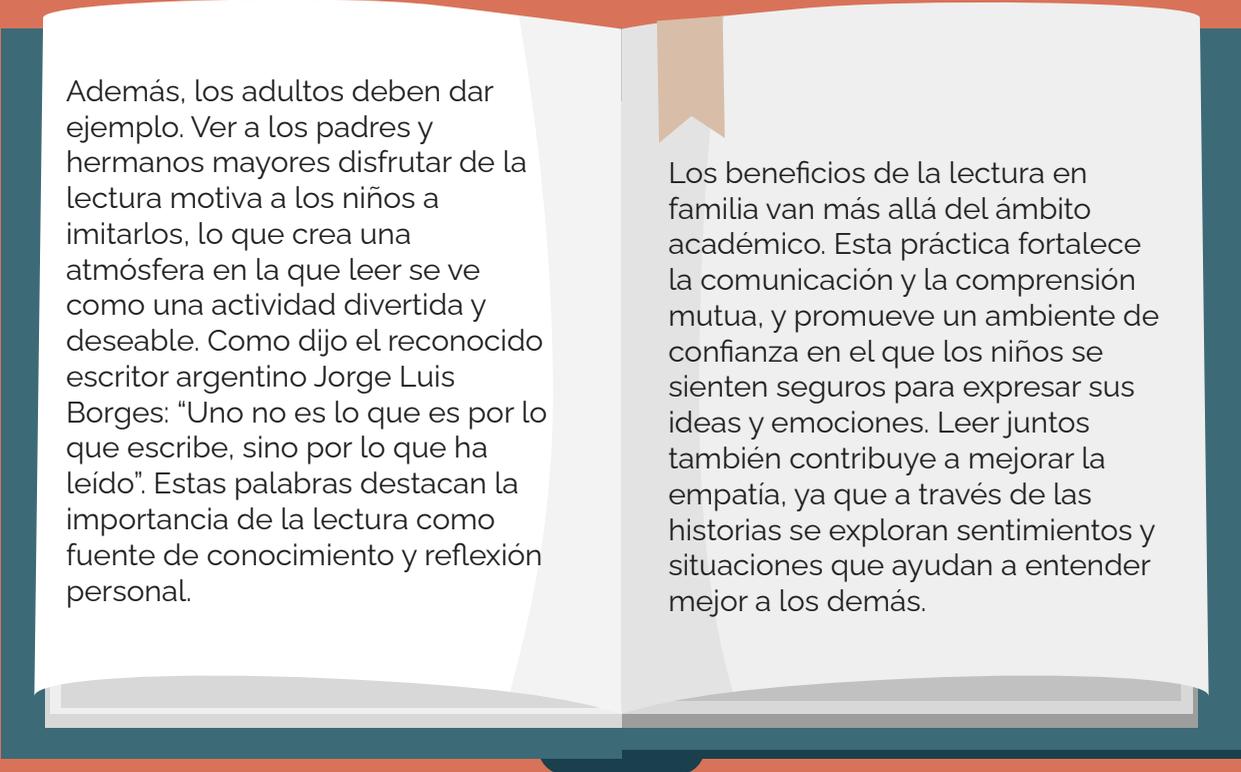
No solo fortalece los lazos familiares, sino que también fomenta el desarrollo intelectual, emocional y social de todos sus miembros. Involucrar a los niños en la lectura desde una edad temprana contribuye significativamente a su éxito académico y a su desarrollo personal, creando un hábito que perdura toda la vida. Como afirma la autora española Carmen Martín Gaité, **“La lectura es como el alimento; el provecho no está en proporción a lo que se ingiere, sino a lo que se digiere”**.



El colegio Leonardo da Vinci se basa en la filosofía del “recto pensar” de John de Abate, que promueve una educación integral que va más allá de la simple adquisición o aprendizaje de contenidos. Esta filosofía busca desarrollar en los estudiantes un pensamiento crítico, ético y reflexivo, para que aprendan a discernir entre lo correcto y lo incorrecto y actúen en consecuencia. Fomentar la lectura en familia es un reflejo de esta filosofía. Al leer juntos, los miembros de la familia no solo comparten historias, sino también valores, ideas y principios que fortalecen su formación integral.

Para comenzar a fomentar este hábito, se recomienda dedicar un tiempo diario a la lectura compartida. Puede ser durante la noche, antes de dormir, o en cualquier otro momento que funcione para todos. La clave es hacer de este espacio un momento de conexión y disfrute, en el que cada miembro de la familia participe, ya sea leyendo en voz alta, comentando la historia o simplemente escuchando. El escritor dominicano Marcio Veloz Maggiolo destacó: “Leer no solo es abrir un libro, es abrir el corazón a nuevas ideas y compartirlas en familia”.

Es fundamental elegir libros que interesen a cada miembro de la familia. Para los más pequeños, son ideales los cuentos ilustrados que capturen su atención y estimulen su imaginación. A medida que crecen, es recomendable introducir lecturas que no solo sean entretenidas, sino que también aporten valores y enseñanzas. Compartir libros sobre temas diversos permite que los niños conozcan diferentes realidades, culturas y puntos de vista, desarrollando así una mente abierta y crítica.



Además, los adultos deben dar ejemplo. Ver a los padres y hermanos mayores disfrutar de la lectura motiva a los niños a imitarlos, lo que crea una atmósfera en la que leer se ve como una actividad divertida y deseable. Como dijo el reconocido escritor argentino Jorge Luis Borges: “Uno no es lo que es por lo que escribe, sino por lo que ha leído”. Estas palabras destacan la importancia de la lectura como fuente de conocimiento y reflexión personal.

Los beneficios de la lectura en familia van más allá del ámbito académico. Esta práctica fortalece la comunicación y la comprensión mutua, y promueve un ambiente de confianza en el que los niños se sienten seguros para expresar sus ideas y emociones. Leer juntos también contribuye a mejorar la empatía, ya que a través de las historias se exploran sentimientos y situaciones que ayudan a entender mejor a los demás.

Fomentar la lectura en familia es una inversión invaluable para el futuro de los niños. Más allá de los beneficios inmediatos, crea un vínculo especial que perdura con el tiempo y convierte el acto de leer en una tradición que trasciende generaciones. Por ello, es esencial que las familias integren esta actividad en su rutina diaria y aseguren que la magia de los libros las acompañe siempre.



La importancia del juego en el desarrollo del lenguaje de tu hijo

Michelle Ureña, M.A. en Patologías del Lenguaje y del habla.



¡Hola, papás y mamás! Hoy vamos a hablar sobre uno de mis temas favoritos, muy divertido y emocionante: ¡el juego! Como terapeuta de habla y lenguaje, sé que jugar es una de las mejores formas de ayudar a nuestros pequeños a desarrollar su lenguaje. **Soy fiel creyente de que jugar no solo es diversión, sino una valiosa herramienta para potenciar el desarrollo del lenguaje.** Así que, acompáñame a descubrir cómo funciona y permíteme darte algunas ideas para que saques el mayor provecho a la hora de jugar con tu hijo.



¿Por qué es importante el juego?

Los niños exploran el mundo que los rodea de la forma más natural y efectiva a través del juego, y experimentan, crean y, por supuesto, **¡aprenden a comunicarse!** Asimismo, a través del juego, los pequeños desarrollan habilidades lingüísticas como el vocabulario, la sintaxis, la narración de historias, la comprensión auditiva y el uso social del lenguaje.

¿Sabías que mientras tu pequeño juega con bloques de colores, al mismo tiempo explora formas, tamaños y colores? ¿Sabías que mientras juega, también está aprendiendo a comunicarse? En el juego, los niños experimentan, crean y se relacionan.

Jugar ayuda a los niños a:

Expandir su vocabulario:

A través de juegos, aprenden nuevas palabras y cómo usarlas en contexto. Para ello, debemos participar y servir de modelo en cuanto al vocabulario que queremos que adquieran; no se trata de dejarlos jugar solos.

Mejorar la comunicación:

Interactuar con otros niños les enseña a turnarse, a escuchar y a expresar sus ideas. Por eso, siempre recomendamos que los niños tengan actividades con sus iguales, como clases extracurriculares, ir al parque o asistir a cumpleaños.

Aumentar la confianza:

A medida que se expresan en situaciones de juego, van ganando seguridad en su comunicación.

Desarrollar habilidades narrativas:

Inventar historias mientras juegan les ayuda a estructurar sus pensamientos. Tómate un tiempo con tu peque y recuerda cuando eras niño, dándole vida a esos juguetes que te acompañaban: soldaditos, superhéroes, muñecas... ¡Es hora de revivir esos momentos!

Después de leer esto, espero que tengas algunas ideas más para poner en práctica. ¡Así que aquí van tres juegos para estimular el lenguaje! ¡Prepara tu mejor actitud y a jugar!

Caja de sorpresas (o "caja mágica")

Materiales: una caja o canasta y varios objetos (pueden ser juguetes, utensilios de cocina, cosas que ya tengan en casa, etc.).

Cómo jugar: coloca diferentes objetos dentro de la caja. Haz que tu hijo saque uno y le pregunte: "¿Qué es? ¿De qué color es? ¿Para qué sirve?". Esto no solo amplía su vocabulario, sino que también les ayuda a categorizar y describir.



Teatro de marionetas

Materiales: calcetines o bolsas de papel que se puedan convertir en marionetas.

Cómo jugar: crea personajes divertidos y representa pequeñas obras de teatro. Deja que tu niño participe creando diálogos. Esto desarrolla su creatividad y les permite practicar la expresión oral al inventar historias. Este juego estimula la creatividad lingüística y, además, es muy divertido!



Búsqueda del tesoro

Materiales: un mapa o pistas escritas en tarjetas.

Cómo jugar: esconde objetos por la casa y dale pistas para encontrarlos. Por ejemplo: "Búscalo donde guardamos la ropa" o "Búscalo donde se prepara la comida". Cada vez que encuentre un objeto, nombra lo que es! Esto fomenta la comprensión del lenguaje y la escucha activa.



Recuerda ser un buen modelo a seguir: habla con tu hijo, explícale los juegos y sus reglas, y usa un vocabulario variado. Anima siempre a tu pequeño a compartir sus pensamientos y opiniones. Cada respuesta que le des, ya sea sencilla o compleja, es una oportunidad de aprender. Hazlo divertido: usa voces divertidas para las marionetas o sorprende a tu hijo en la búsqueda del tesoro. Evita corregirle en exceso; si el niño no sabe algo, dale la respuesta y que siga el juego. Y lo más importante: ¡iríe y juega con ellos! Haz de este momento algo memorable, para que lo recuerden cuando sean mayores.

Con un poco de creatividad y muchas risas, podrás brindarle a tu pequeño las herramientas necesarias para expresarse con confianza y alegría. ¡A disfrutar del tiempo juntos!



Beneficios de la actividad física Para la salud mental y física

Dr. Juan Carlos Rodríguez Polanco,
Nutriólogo Clínico- Hospitalario / Dietista / Deportivo / Renal .

La salud mental es un estado de bienestar que permite a las personas enfrentar los momentos de estrés, desarrollar sus habilidades, aprender y trabajar de manera efectiva, y contribuir a la mejora de su comunidad. Es una parte fundamental de la salud y el bienestar, sustentando nuestras capacidades individuales y colectivas para tomar decisiones, establecer relaciones y dar forma al mundo en el que vivimos. Además, la salud mental es un derecho humano esencial y un componente clave para el desarrollo personal, comunitario y socioeconómico.

La salud mental es más que la ausencia de trastornos mentales. Las afecciones de salud mental incluyen trastornos mentales y discapacidades psicosociales, así como otros estados mentales que pueden estar asociados con un alto grado de angustia, discapacidad funcional o riesgo de conducta autolesiva. Las personas que enfrentan estas afecciones son más propensas a experimentar niveles más bajos de bienestar mental, aunque esto no siempre es inevitable.

En estos últimos tiempos, tras la pandemia, se ha observado un aumento en las patologías de salud mental, resultado de múltiples pérdidas de amigos y familiares, así como de un encierro prolongado de casi dos años y el temor a lo desconocido. Recordemos que los seres humanos nacemos para socializar y compartir. Además, el costo de la vida nos obliga a buscar más fuentes de ingresos, lo que significa menos tiempo en el hogar y con la familia. La industrialización ha traído avances en producción y tecnología, pero también nos roba tiempo, incluso para desplazarnos a un lugar, manteniéndonos en un estado de constante estrés. Cada vez más, vivimos conectados a la tecnología en lugar de a las personas.



La actividad física ofrece importantes beneficios para la salud del corazón, el cuerpo y la mente:



Prevención y gestión de enfermedades:

Contribuye a prevenir y gestionar enfermedades no transmisibles como las cardiovasculares, el cáncer y la diabetes.

Riesgo de mortalidad:

Las personas que son insuficientemente activas tienen entre un 20% y un 30% más de riesgo de muerte en comparación con quienes son suficientemente activas.

Reducción de síntomas de depresión y ansiedad:

La actividad física ayuda a disminuir estos síntomas, mejorando el bienestar emocional.

Inactividad en adolescentes:

Más del 80% de la población adolescente mundial no realiza suficiente actividad física, lo que representa un importante desafío para la salud pública.

Aquí tienes algunas estrategias para fomentar una vida más activa y saludable:



Diseñar estrategias para estar más al aire libre: Organiza caminatas familiares, excursiones o picnics en parques. Busca actividades en la naturaleza, como senderismo o ciclismo.

Compartir y reír con amigos: Organiza reuniones sociales al aire libre, como barbacoas o juegos en el parque. La risa y la conexión social son fundamentales para el bienestar.

Soltar los celulares o dispositivos electrónicos: Establece momentos sin tecnología, como durante las comidas o actividades al aire libre, para fomentar la interacción cara a cara.



Incluir ejercicios o actividad física: Integra rutinas de ejercicio en tu día a día, como caminar o andar en bicicleta al trabajo, y prueba clases grupales de yoga o baile.

Alimentación balanceada, limitando el azúcar: Planifica comidas saludables y snacks bajos en azúcar. Incorpora más frutas, verduras, granos enteros y proteínas magras en tu dieta.





Ocurrencias infantiles

- 1) Si pudieras hacer que una lluvia fuera de algo que no sea agua, ¿qué te gustaría que lloviera?
- 2) Si tuvieras un amigo extraterrestre, ¿qué le enseñarías sobre la Tierra?
- 3) ¿Qué es lo más divertido que te ha pasado en la escuela?
- 4) Si tuvieras un parque de diversiones solo para ti, ¿qué atracción montarías primero?

**Carla Sophia
Núñez Gómez**
5 años



- 1) Paraguas para cubrirnos cuando caigan gotitas.
- 2) Los pajaritos y que no hay que maltratar la plantas.
- 3) Jugar con mis amigos.
- 4) En la montaña rusa y en el carrusel.



- 1) Sombrillas porque son livianas.
- 2) Que la tierra es importante.
- 3) Jugar con los bloques.
- 4) En los juegos del colegio.



**Matias Cruz
Pérez**
5 años



**Miranda
Mauricio Peguero**
6 años



- 1) Nieve porque podríamos hacer hombrecitos de nieve.
- 2) Enseñarle cosas nuevas, darle cariño y ayudarlo.
- 3) Que me divierto con mis amigos y ellos me acompañan.
- 4) En columpios, montañas rusas, en el carrusel y en toboganes.

- 1) Chocolate.
- 2) La heladería.
- 3) Los cumpleaños.
- 4) Montaña rusa.



**José Armando
Soto Vargas**
6 años



Estrategias para apoyar el aprendizaje en el hogar.

Liny BelkisTatis, M.A. Orientación educativa e intervención psicopedagógica.

Dedicar un espacio para apoyar a tus hijos en los saberes que se transmiten desde la escuela no solo fortalece el vínculo afectivo, sino que también solidifica los aprendizajes, favorece su desarrollo social y permite el desarrollo integral de nuestros estudiantes. Como colaboradora y acompañante de la familia en el proceso de enseñanza-aprendizaje, tanto en el contexto escolar como fuera de él, comparto algunas estrategias para apoyar el aprendizaje desde casa.

Estas estrategias están diseñadas para beneficiar el desempeño académico de los estudiantes y fomentar una actitud positiva, así como mantener la motivación, elementos esenciales en el proceso de aprendizaje.



Estrategias para Apoyar el Aprendizaje

Celebra los Logros:

Reconoce y celebra los logros, por pequeños que sean. El refuerzo positivo motiva al niño a seguir esforzándose.



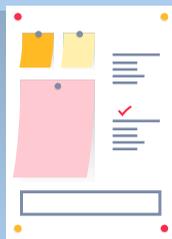
Crea Rutinas y Horarios:

Establecer horarios ayuda a organizar el tiempo dedicado al estudio, así como los descansos y las actividades recreativas.



Establece Metas de Aprendizaje:

Acompaña a tu hijo a fijar metas a corto y largo plazo. Esto les proporcionará un sentido de dirección y logro.



Sé Flexible:

Muestra disposición para adaptar las estrategias según las necesidades y preferencias de aprendizaje de tu hijo. Si necesitas ayuda de un profesional, no dudes en solicitarla.



Establece un Espacio de Estudio:

Crea un área cómoda, libre de distracciones, con buena iluminación y todos los materiales necesarios para el estudio.

Fomenta la Comunicación Abierta:

Mantén un diálogo constante con tu hijo sobre sus progresos y dificultades. Esto te permitirá ajustar las estrategias de aprendizaje de acuerdo a sus necesidades.

Involucra a la Familia:

Anima a todos los miembros de la familia a participar en el proceso de aprendizaje. Pueden estudiar juntos o compartir lo que han aprendido.

No olvidemos que el trabajo familia-escuela tiene un objetivo especial: el bienestar integral de nuestros niños. Ser padres implica la responsabilidad de acompañar a nuestros hijos en el desarrollo de sus vidas. La mayor satisfacción radica en entregar a la sociedad seres humanos íntegros, coherentes, críticos, reflexivos y con un alto sentido de pertenencia y trascendencia.



Conversando con ... La Familia Espinal Florencio

¿Tienen alguna dinámica familiar que nos quieran contar?

Una de nuestras dinámicas familiares favoritas es el tiempo que pasamos en Familia junto a sus abuelos donde realizamos juegos de mesa donde se incluye incluso la mas pequeña de la familia donde entre otras cosas le enseñamos que en la vida no siempre se gana (aunque para que no se sienta mal en muchas ocasiones le dejamos que ella gane) y con estos nos divertimos y nos permite desconectarnos del trabajo, los estudios y las pantallas de los celulares. En otros momentos, decidimos juntos que película queremos ver y por último la tradición de comer juntos en la mesa donde le enseñamos el valor de agradecer a Dios por los alimentos que nos provee cada día. Es este el espacio para escuchar y mantener la unidad familiar.

¿Cómo ha sido el proceso para el cumplimiento de las asignaturas escolares?

Para el cumplimiento de sus asignaciones escolares le inculcamos el sentido de la responsabilidad y de no dejar para ultimo momento cumplir con su compromiso. Le permitimos tener su propio espacio a cada uno al realizar sus estudios en casa para las entregas correctas de sus proyectos. Tratamos de incentivar en ellos la importancia de la rutina diaria de estudio sobre todo en las asignaturas que le son más difíciles donde en momentos nos hemos visto precisados a buscar ayuda a través tutorías o con nuestro propio apoyo en casa para lograr mejores resultados académicos y le enseñamos que además de realizar sus tareas deben disponer de tiempo para descanso y relajarse después de cumplir con las mismas. Finalmente, cada vez que logran una meta le reconocemos y celebramos junto a ellos para que se sientan motivados cada día a ser mejores y al mismo tiempo el valor de su esfuerzo.

¿Cuál ha sido el mayor reto que han enfrentado como familia?

El reto que tenemos como padres es incursionar a nuestros hijos valores coherentes con el ejemplo, manejar las influencias externas que puedan aparecer, fomentando un entorno basado en el diálogo y el respeto mutuo, que permitan a nuestros hijos desarrollar sus propios principios morales dentro del marco de los valores familiares.



¿Cuál ha sido la clave para criar hijos con valores, en estos tiempos donde el reto es mayor para los padres?

Dado que un buen acto vale más que mil palabras en estos tiempos difíciles considerados que lo más importante para inculcar valores en la familia ha sido el buen ejemplo porque los niños aprenden más por lo que ven que por lo que le decimos. Tratamos cada día enseñarles valores como la justicia, la solidaridad, el respeto a los demás y sobre todo la humildad para que puedan lograr ser hombres y mujeres dignos de aprecio para la sociedad que les rodea.

Un valor que les enseñamos y que ellos ven como lo hacemos (sus padre) con dedicación y pasión es la importancia del trabajo arduo donde resaltamos en ellos que todos sus ancestros han sido hombres y mujeres trabajadores y que lo poco o mucho lo han logrado combinando este con otro valor conocido como honestidad. Aunque ha dejado para último, pero entiendo debe ser lo más importante es que resaltamos en la familia el temor y amor a Dios sobre todas las cosas.



¿Qué papel juegan los padres en la autoestima de sus hijos?

Dra. Iratxe López, Psicóloga Clínica.

Desarrollo de la autoestima en niños

La autoestima se refiere a la percepción que un niño tiene de sí mismo, incluyendo sus creencias y sentimientos sobre su valor y habilidades. Desde la infancia temprana, los niños comienzan a desarrollar su autoconcepto a través de interacciones con sus cuidadores y su entorno. Las experiencias positivas, como el afecto y el estímulo, son vitales para una autoestima saludable, mientras que las experiencias negativas pueden dañarla. A medida que los niños crecen, su autoconcepto se vuelve más complejo y está influenciado por diversos factores, como el rendimiento académico y las relaciones sociales.

Los padres son fundamentales en el desarrollo de la autoestima de sus hijos. A través de la interacción continua, ofrecen amor, validación y guía, lo que impacta directamente en la autoimagen de los niños. Este papel se manifiesta a través de varios mecanismos:

1

Modelado de comportamiento: los niños observan e imitan el comportamiento de sus padres. Si los padres demuestran confianza y aceptación de sí mismos, los hijos aprenderán a hacer lo mismo. Por el contrario, la autocrítica y la inseguridad en los padres pueden llevar a los niños a desarrollar una autoimagen negativa.

2

Aceptación incondicional: la aceptación incondicional es clave para el desarrollo saludable de la autoestima. Los niños que sienten que son amados sin condiciones, independientemente de sus logros, desarrollan confianza en sí mismos. La aceptación de los errores y la comprensión por parte de los padres también fortalece la autoestima y enseña a los niños a valorarse a pesar de sus imperfecciones.

3

Fomento del elogio genuino: los elogios específicos y sinceros sobre los esfuerzos y logros de los niños contribuyen a una autoestima positiva. Reconocer el proceso de aprendizaje, más que solo el resultado, refuerza la idea de que sus esfuerzos son valiosos.

4

Apoyo emocional: en momentos de dificultad, el apoyo emocional de los padres es crucial. Estar presentes para ofrecer consuelo y comprensión ayuda a los niños a manejar sus emociones y afrontar adversidades, lo que, a su vez, promueve una autoimagen positiva.

5

Establecimiento de límites saludables: los límites claros y consistentes son esenciales para que los niños se sientan seguros y desarrollen habilidades de autorregulación. Los límites no son restrictivos; al contrario, proporcionan una estructura que les permite explorar y aprender, lo que fortalece su sentido de competencia y autonomía.





El poder de la empatía: comprender y conectar con los demás

Dra. Nadia Camargo, Maestra UAS UACC /
Asesor educativo IEE.



La empatía, esa capacidad humana que nos permite ponernos en el lugar de los demás y comprender sus emociones y experiencias, es un atributo que no solo enriquece nuestras relaciones interpersonales, sino que también tiene un impacto profundo en nuestra salud mental y bienestar emocional. Desde la perspectiva de la psicología, la empatía es un pilar fundamental para llevar una vida plena y satisfactoria.

¿Qué es la empatía?

La empatía se define como la habilidad para comprender y compartir los sentimientos de otra persona. Va más allá de simplemente simpatizar con alguien, ya que implica realmente ponerse en el lugar del otro, percibir el mundo desde su perspectiva y responder de manera compasiva a sus necesidades emocionales.

1

Mejora las relaciones interpersonales: al comprender las emociones y perspectivas de los demás, fortalecemos nuestros lazos con ellos, fomentando la confianza y la cercanía emocional.

Beneficios de la empatía

La empatía juega un papel crucial en nuestras vidas en varios aspectos:

2

Reduce los conflictos: la empatía nos ayuda a resolver desacuerdos de manera más pacífica y constructiva, ya que nos permite ver las situaciones desde diferentes puntos de vista y buscar soluciones que satisfagan a ambas partes.

3

Promueve el bienestar emocional: al sentirnos comprendidos y apoyados emocionalmente, experimentamos una sensación de pertenencia y conexión que contribuye a nuestra felicidad y satisfacción general.

No

Fomenta la cooperación y la colaboración: en entornos laborales y sociales, la empatía facilita el trabajo en equipo y la resolución de problemas de manera más eficiente, al promover la comprensión mutua y la colaboración.

4

Desarrollando la empatía

La empatía no es una habilidad innata, sino que puede cultivarse y fortalecerse con el tiempo. Algunas estrategias para desarrollarla incluyen:

Practicar la escucha activa: presta plena atención a lo que dicen los demás, sin interrumpir ni juzgar. Esfuérzate por comprender sus emociones y preocupaciones.

Ponerse en el lugar del otro: imagina cómo te sentirías si estuvieras en la situación de la otra persona. Esto te ayudará a comprender mejor sus sentimientos y perspectivas.

Cultivar la curiosidad empática: haz preguntas abiertas y muestra interés genuino por la vida y las experiencias de los demás. Esto demuestra que valoras su punto de vista.

Practicar la empatía hacia uno mismo: reconoce y valida tus propias emociones y necesidades. Al ser compasivo contigo mismo, desarrollarás una mayor capacidad para empatizar con los demás.





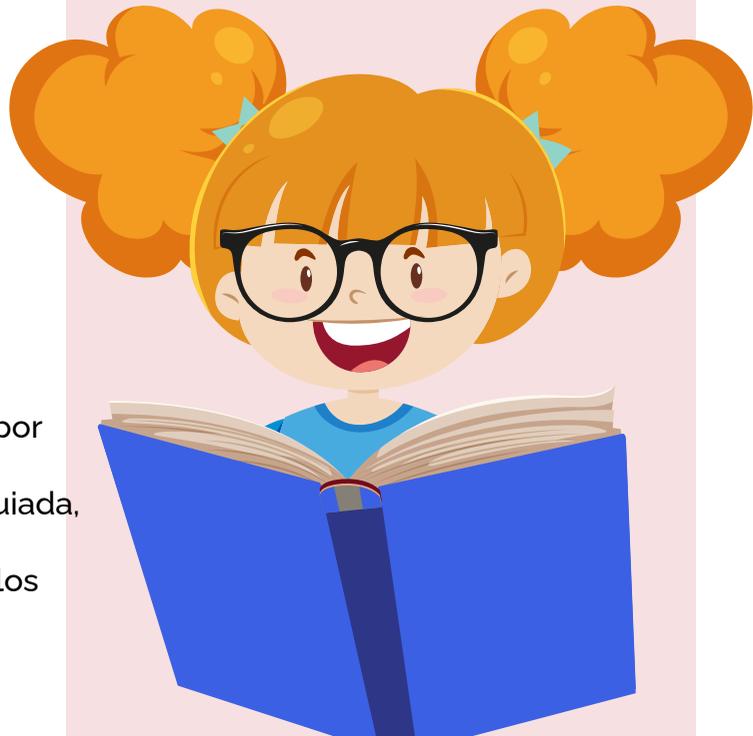
Fomentar la lectura infantil de forma divertida

Cristina Polo Calvo, Copywriter. Euroinnova.



El fomento de la lectura parte de la premisa de que quien lee, aprende. Generar el hábito de leer abre las puertas a muchos conocimientos en el futuro, tanto académicos como profesionales para ese infante. La lectura infantil se puede desarrollar desde muy temprano si el niño observa en su entorno cercano a otros hacer lo mismo. El niño tiende a imitar el comportamiento, lo que constituye una de las estrategias clave para instaurar dicho hábito. Uno de los ejemplos que forman parte de la lectura infantil son, sin duda alguna, los dibujos animados, las poesías y los cuentos infantiles, ya sea en papel o en formato digital. Estas actividades, que se realizan principalmente en casa, son fundamentales tanto para iniciar a los niños en la lectura como en la escritura.

En el ámbito de la educación primaria, en el aula también deben desarrollarse actividades preparadas y dirigidas por el maestro, en las que se realicen ejercicios o dinámicas de lectura guiada, tanto individuales como colectivas, con libros adecuados a la edad de los alumnos.



La importancia de leer desde una edad temprana

Como se mencionó anteriormente, leer permite aprender. Sin embargo, aprender no es el único motivo para leer, aunque puede ser el principal. La lectura también puede emplearse como un método de distracción. En un mundo cada vez más digitalizado, es difícil que un niño elija un libro antes que un teléfono, pero gracias a los juegos diseñados para fomentar la lectura, esto no debería ser un problema.

En la actualidad, la importancia de interesar a los niños por la lectura radica en el desarrollo de su comprensión lectora y en su futuro desempeño académico y laboral. Al fin y al cabo, leer no solo enriquece el conocimiento, sino que también fomenta la escritura creativa y prepara a los niños para ser individuos productivos en la sociedad.

Consejos para fomentar la lectura

Lograr que los niños vean que la actividad de leer es importante para aprender, pero también sirve para divertirse, es fundamental para comprender y adquirir conciencia de la función lúdica del proceso de la lectura infantil. Los juegos para fomentar la lectura son una de las principales estrategias de aprendizaje más efectivas para desarrollarla.

A continuación, se señalan algunos consejos que pueden ayudar a fomentar la lectura:

Dedicar tiempo a los niños:

Reservar media hora para acompañarlos en la lectura y escucharlos.

Conocer sus gustos:

Siempre habrá libros que prefieran más que otros, por lo que es importante motivarlos.

Crear espacios para leer en casa:

Establecer rutinas y hacer espacio para el libro y su contenido.

Estimular a los niños:

No generar presión innecesaria con la lectoescritura; no imponerla y tener paciencia, ya que aprender letras, sílabas y palabras supone un esfuerzo.

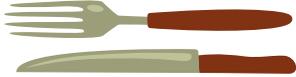
Dar ejemplo:

Si los niños ven a otras personas leyendo, querrán imitarlas.

Cuando preparamos alimentos para la familia, además de transmitir amor, también transmitimos salud. Es fundamental involucrar a cada miembro en el proceso, ofreciendo desde el inicio de la alimentación complementaria una variedad completa de fuentes de macro y micronutrientes que cumplan con los requerimientos esenciales, como proteínas, carbohidratos, grasas saludables, vitaminas y minerales. Al lograr esto, tendremos seres felices que disfrutarán desde ir al supermercado a buscar vegetales, frutas, carnes y víveres, hasta el momento de presentar los platos.



Ideas para implementar en el hogar



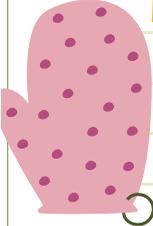
Realizar un menú semanal:

Incluye las comidas principales y las meriendas. No se deben olvidar las comidas que los niños deben hacer en el colegio y las meriendas que deben hacer durante el recreo. Esto facilita un mejor aprendizaje y diversión, optimizando el tiempo para cada actividad educativa. Además, ayuda a los padres y cuidadores en la planificación.

Ir al supermercado con una lista:



Incluye cada alimento necesario, evitando compras superfluas y el desperdicio.

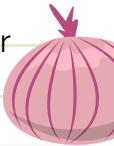
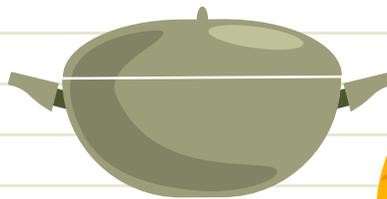


Ofrecer diferentes presentaciones de alimentos:

Varía las formas en que presentas los vegetales y las frutas para hacerlos más atractivos y apetitosos.

Hacer loncheras divertidas:

No solo incluye una variedad de alimentos (como pizzas caseras y sándwiches), sino también yogur, frutas y vegetales, que son nutritivos. Agrega alguna etiqueta, una pegatina o un utensilio de temporada que recuerde el amor que sentimos por ellos.



Recordemos que una alimentación debe ser variada y balanceada, y que es fundamental complementarla con ejercicio. Así, podremos alcanzar y mantener una vida saludable. La combinación de una dieta adecuada y actividad física es clave para el bienestar general y la felicidad de toda la familia.

Ofrecer agua:

Mantén a toda la familia hidratada, limitando el consumo de refrescos y jugos, que son altos en azúcar.





Crianza en equipo:

Importancia de la colaboración de ambos padres en la educación de sus hijos

Departamentos de Orientación Instituto Da Vinci



La participación coherente de ambos padres en los procesos de crianza es fundamental, ya que el cerebro de los niños es flexible y se desarrolla en respuesta a las experiencias y estímulos de su entorno. Estos estímulos impactan directamente en su crecimiento cognitivo, social y emocional. La crianza en equipo implica que ambos padres deben ponerse de acuerdo sobre el proceso formativo que eligen para sus hijos y los valores que desean cimentar en su familia.

A continuación, proporcionamos algunas estrategias para implementar la crianza en equipo:

Reglas con límites claros y consistentes

Ambos padres deben estar de acuerdo en establecer reglas y límites claros y coherentes. También es importante estar abiertos a hacer ajustes a medida que los hijos crecen, ya que algunas normas que funcionan para niños en edad preescolar pueden resultar ineficaces para adolescentes.

1

Equilibrio en las responsabilidades

Es esencial distribuir de manera equitativa las funciones y el tiempo entre todos los miembros de la familia, asegurando que cada uno contribuya al bienestar del hogar.

2

Comunicación respetuosa y abierta

Dedicar tiempo para hablar de situaciones, valores, normas y acuerdos de manera asertiva es clave. Una comunicación abierta permite abordar los desafíos de manera conjunta y efectiva.

3

Participación en la educación escolar

Cuando ambos padres se involucran en los procesos escolares, se reduce el absentismo, aumenta el rendimiento académico y disminuyen los comportamientos inadecuados en el aula. Además, los docentes pueden ofrecer un mejor acompañamiento.

4

Coherencia en el fomento de los valores

Los padres deben mostrar comportamientos coherentes con los valores que desean inculcar a sus hijos. La coherencia en la aplicación de estos valores es esencial para que sean eficaces.

5

Manejo del estrés parental

Es importante equilibrar las demandas laborales y familiares para reducir el agotamiento. Incluir tiempo para actividades que ambos disfruten y contar con una red de apoyo emocional puede ser muy beneficioso.

6

Tomar decisiones importantes juntos

Cuando ambos padres participan por igual en las decisiones del hogar, ninguno se siente excluido o subestimado. Analizar y sopesar las ganancias y pérdidas de cada opción contribuye a un entorno coherente, lo que brinda a los niños seguridad y confianza.

7

Gestionar las emociones de manera adecuada

Los padres deben ser conscientes de lo que experimentan internamente, lo que les permite ser objetivos ante las situaciones que se presentan con sus hijos. Desarrollar esta habilidad les ayuda a acompañar mejor a sus hijos en la gestión de sus emociones.

8

NOTA: La participación activa de ambos padres en la educación de sus hijos genera coherencia y crea un entorno familiar seguro.

Cuando ambos están alineados, los hijos saben qué esperar de cada uno, lo que reduce las ambigüedades y las discusiones innecesarias.

Además, esta colaboración permite que los padres se apoyen emocionalmente entre sí, compartan responsabilidades y desafíos, y fortalezcan su vínculo.

Cuando los padres trabajan en equipo, los niños no solo se benefician de una crianza más consistente, sino que también aprenden habilidades esenciales como la comunicación, la empatía y la resolución de conflictos. Estas habilidades influirán positivamente en sus relaciones interpersonales a lo largo de sus vidas.



Conversando con egresados



**FABIO JOSÉ
GUZMÁN SALADÍN**

Edad: 40 años

Nombre de promoción: GAIA

Año de graduación: 2001

¿Qué estás haciendo actualmente?

Soy socio de una firma de abogados denominada Guzmán Ariza, es actualmente la firma de abogados más grande de la República Dominicana con 11 socios y 56 abogados, además de ser la única con diez oficinas en todo el país.

¿Tu vida escolar dejó alguna huella que nos quieras contar?

Naturalmente, fui uno de los primeros estudiantes del Da Vinci. Entré justo cuando el colegio abrió en 1985. Pasé toda mi vida estudiantil en el colegio hasta mi graduación en 2001. Tengo muchos buenos recuerdos y enseñanzas que siempre llevaré conmigo de mi vida escolar en el Da Vinci. Desde mi transformación integral, como la llamaron los propios directores, subdirectores y coordinadores cuando gané todos los premios de mi promoción y pronuncié el discurso de graduación, hasta el hecho de haber conocido allí a mi mejor amiga y ahora esposa, Sandra Rodríguez Lantigua.

¿Cómo describirías al Da Vinci desde tu punto de vista como egresado?

Es una institución educativa que brinda una educación laica enfocada en el crecimiento integral del estudiante tanto en los aspectos académicos como cívicos y éticos. Es un centro de estudios innovador en constante cambio y crecimiento. Es parte de la comunidad de Santiago y ha aportado bastante a su desarrollo.



**PAULA DEL MILAGRO
MOLINA PEÑA**

Edad: 46 años.

Nombre de la promoción:

Recorriendo Camino

Año de graduación: 1996

¿Qué estás haciendo actualmente?

Soy Licenciada en Mercadeo y tengo más de 18 años laborando en la promoción de productos farmacéuticos a través de la visita médica y a la vez estableciendo y desarrollando estrategias de marketing con profesionales de la salud.

¿Tu vida escolar dejó alguna huella que nos quieras contar?

Si empiezo hablar de las huellas que dejó el colegio en mi vida no termino nunca.

Mis años en el Da Vinci son inolvidables y uno de los valores que aprendí fue la LEALTAD. Me enseñaron a valorar las relaciones interpersonales y a construir vínculos muy sólidos con mis amigos y familiares.

Han pasado 28 años desde mi graduación y mis mejores amigos son mis compañeros de curso; seguimos en comunicación y cada vez que nos juntamos es como vivir la adolescencia otra vez. Reímos a carcajadas recordando cada aventura que vivimos juntos en el colegio, hablamos de cada maestro que tuvimos y saber que aún hay algunos que siguen en el colegio nos llena de alegría. Siempre nos preguntamos que será de la vida tal o cual profesor, y cada uno de ellos dejó una historia divertida y una huella imborrable en nosotros corazones.

¿Cómo describirías al Da Vinci desde tu punto de vista como egresado?

Para mí el Da Vinci es mucho más que un colegio, fue MÍ lugar seguro. Fue un espacio donde me sentía valorada y apoyada en todo momento, fue mi segundo hogar, aprendí la importancia de ser perseverante, del respeto y del trabajar en equipo. Por esto cuando tuve que buscar un colegio para poner mi hija solo pensé en el Da Vinci.



JUAN MARTÍN ARDILA GUTIÉRREZ

Edad: 37 años

Nombre de promoción: BIT

Año de graduación: 2005

¿Qué estás haciendo actualmente?

Actualmente me desempeño en varias áreas:

Soy Administrador General de dos centros educativos hermanos: Centro de Psicopedagogía Taller de Juegos y Campamentos Explora. Ambos son proyectos destinados al trabajo con niños y jóvenes, a través de estrategias psicopedagógicas vivenciales y en contacto con la naturaleza, para lograr un mejor desempeño en la escuela y el entorno social.

Además, ocupo el cargo de Coordinador General del Clúster Turístico de La Sierra, una institución sin fines de lucro que promueve y gestiona el turismo sostenible en el área de San José de las Matas y Jánico. Asimismo, soy encargado del proyecto turístico-comunitario que se desarrolla en la cima del Cerro Angola, San José de las Matas; un proyecto que vincula a las comunidades cercanas como actores principales del turismo sostenible en la zona.

¿Tu vida escolar dejó alguna huella que nos quieras contar?

Son muchas las huellas que llevo del colegio Da Vinci.

Me preparó para la vida profesional que quizás en ese momento no alcanzaba a ver, inculcándome grandes valores como honestidad, respeto, puntualidad, responsabilidad; por eso ahora valoro bastante el trabajo persistente de mis profesores con los exámenes de matemáticas, las correcciones ortográficas, las presentaciones culturales, el uniforme bien puesto, llegar a tiempo al

acto de bandera; en fin, me doy cuenta que iban formando a la persona que seríamos años después.

Además, algo bien importante es que todos esos momentos de alegría y de vivencias en el aula, en el recreo y convivencias me permitió conocer varios de los que hoy son todavía mis mejores amigos.

¿Cómo describirías al Da Vinci desde tu punto de vista como egresado?

Veo al Da Vinci como parte importante de lo que soy ahora. Es un gran espacio dispuesto para la preparación de jóvenes en todos los aspectos de la vida, tanto académicos como en el ámbito personal. Un colegio que enfatiza y valora la buena educación como herramienta de desarrollo de cada persona y prepara para asumir los compromisos de la vida adulta.

AMELIA CAROLINA CASTILLO GRISANTY

Edad: 23 años

Nombre de la promoción: Laüt

Año de graduación: 2019



¿Qué estás haciendo actualmente?

Actualmente soy fotógrafa, egresada de Chavón, y cursando mi tercer año de arquitectura en PUCMM.

¿Tu vida escolar dejó alguna huella que nos quieras contar?

A lo largo de los años en el Da Vinci, tuve la oportunidad de participar en diversas experiencias que moldearon profundamente quién soy hoy y dejaron una huella. Los Panamericanos y las Nochecitas fueron mis actividades favoritas, donde pude explotar toda mi creatividad y descubrir que pertenecer al mundo creativo era lo que deseaba hacer por el resto de mi vida. Las excursiones, que me llevaron a explorar cada rincón del país, despertaron en mí un amor por la aventura y por conocer más sobre mi tierra. Los voluntariados me permitieron conectar con un montón de personas, incluyendo de otros países. Y lo que más atesoro y dejó una huella es definitivamente mi promoción, que hacía que cada día se sintiera como una película.

¿Cómo describirías al Da Vinci desde tu punto de vista como egresado?

Desde mi perspectiva como egresada, describiría el Da Vinci como un espacio donde cada persona tiene la oportunidad de ser, de crecer, y de recibir apoyo en cada etapa de su desarrollo. Cada uno tiene un camino único, y el Da Vinci ofrece las herramientas necesarias para potenciar el talento individual. Existe un equilibrio, difícil de poner en palabras, pero que es esencial. Lo más importante es que te prepara para la vida en todos sus aspectos, brindando no solo formación académica, sino también personal. Agradecida por siempre del Da Vinci.

Comprometidos con la *educación*



Da Vinci

Explorado en Panales

9:00 a.m. – 12:00 p.m
Custodia desde las
8:00 a.m. a 12:30 p.m

Nivel Inicial

8:00 a.m. – 12:30 p.m
Custodia hasta la 1:30 p.m
Horario extendido de L-J
hasta las 4:00 p.m para Actividades
Creativas

Nivel Primario

7:45 a.m. – 1:30 p.m
Horario extendido de L-J
hasta las 4:00 p.m para programas
deportivos y recreativos adicionales

Nivel Secundario

7:45 a.m. – 2:00 p.m
Horario extendido de L-J
hasta las 4:00 p.m para programas
académicos y deportivos adicionales

¡Da Vinci Somos Todos!


(809)734-1535


Carretera Don Pedro, Esq. Calle
El Guano, km. 1, Santiago, Rep.Dom.


@ildvinci

www.leonardo-da-vinci.edu.do