

VEP Valor En Paternidad

Volumen 5, Numero 3

Oroño del 2003

Que Necesitan Los Niños Para Ser Exitosos En El Aprender

Por Linda Martini, Child Care Council of Orange County y Alice Reh, Otisville Elementary School. Traducido por German Restrepo.

"El Regreso a la escuela" es un tiempo que reenfoca a los padres, niños y familias a la alegría y los retos de las habilidades académicas y sociales necesarias para el aprendizaje exitoso. Porque los padres son los primeros y más importantes maestros de sus hijos, usted juega un papel importante en la educación de su niño. Afortunadamente, hay muchas cosas que los padres y cuidadores pueden hacer en el hogar para promover y mantener un medio ambiente propicio para el aprendizaje. Solo con adaptar y reforzar las ideas y consejos que tiene esta publicación, usted puede ser capaz de impulsar el potencial de aprendizaje de su niño y ayudar a crear una joven exitoso y feliz.

Desarrollo Del Cerebro: La Importancia de los Primeros Tres años

El aprendizaje de los niños comienza mucho antes que entren a la escuela. En efecto, investigaciones recientes sugieren que la capacidad de un niño para el aprendizaje comienza antes de que ellos nazcan. Nosotros ahora sabemos que la capacidad de crecimiento del cerebro de un niño es mayor entre el nacimiento y los tres años de edad que en cualquier otro tiempo de su vida. Adicionalmente, los patrones cerebrales creados durante estos tempranos años afectarán a los niños durante todas sus vidas.

Al nacimiento, el cerebro de un niño tiene aproximadamente 100 billones de células nerviosas. Estas

Cinco Cosas Que Usted Puede Hacer Para Ayudar A Desarrollar El Cerebro Del Niño

1. Háblele a su hijo, aun antes de que ellos puedan entender el significado de sus palabras. El arte de repetir sonidos y palabras, conocido como "lenguaje de bebes" es grandioso para infantes y gateadores. Haga y responda preguntas a su hijo pre-escolar. De tiempo para conversar con su niño en edad escolar.
2. Lea a su niño cada día, aun antes de que ellos muestren interés en los libros. Ningún niño es demasiado joven o viejo para el momento de los cuentos.
3. Cántele canciones de niños o rimas infantiles y experimente con juegos con los dedos y juegos de aplauso - disfrute los sonidos y ritmos del lenguaje.
4. Alimente a su niño con una variedad de comidas saludables. Una buena nutrición es importante para el crecimiento del cuerpo y la mente.
5. Proveer un medio ambiente que sea "rico para los sentidos" lleno con personas y cosas que estimulen el lenguaje y la auto-expresión y promueva el placer de la exploración y el aprendizaje.

células no han formado aun las criticas conexiones que determinan las características emocionales, sociales e intelectuales de un individuo. La mayoría de estas "conexiones" se desarrollan durante los 3 primeros años. Para el tiempo en que su niño alcanza los tres años, habrá formado 1.000 trillones de conexiones - esto es aproximadamente dos veces lo que la mayoría de adultos tienen! Cuando las conexiones no son estimuladas o usadas en los primeros años de la vida



de una persona, ellas pueden romperse y desaparecer.

Una temprana y frecuente estimulación de los sentidos del niño ayuda a desarrollar fuertes conexiones dentro del cerebro que son criticas para el aprendizaje. Repetidas experiencias positivas como arrullarlo cantando, tocarlo, cargarlo, hablarle y leerle son expresiones esenciales de amor que afectan el desarrollo del cerebro de un niño. Como su niño responde a sus acciones y comienza a balbucear, tocar, reír y explorar su mundo, ellos están fortaleciendo las conexiones en su cerebro que le ayudaran a desarrollar la capacidad para el aprendizaje. Aunque el primer año de vida es el más importante para el desarrollo del cerebro, todos los primeros años, desde el nacimiento hasta los 10 son importantes.

¿Cómo aprenden los niños?

Muchos estudios y la ultima investigación del cerebro han probado que los padres y cuidadores ya sabían. Los niños aprenden a través de experiencias.

(Continuo en otro lado)

Nosotros sabemos que:

Los niños aprenden cuando ellos se sienten seguros y confiados del mundo alrededor de ellos.

El tacto es lo más importante y necesario para que el niño se sienta amado, apoyado y capaz. Un abrazo puede significar mucho cuando un niño se siente perturbado o bien acerca de sí mismo. Cuando su bebe llora o cuando un niño nos estira sus brazos, ellos realmente están diciendo: "Cárgame, yo necesito un abrazo." Los niños en edad escolar necesitan también abrazos, ellos solo pueden tener mas dificultades para pedirlos. En efecto, todos los niños - adolescentes y "niños grandes" como nosotros - necesitamos ser tocados por aquellos que nos aman y en quien confiamos para seguir sintiéndonos fuertes y seguros de nosotros mismos. Esta confianza anima al niño a sentirse suficientemente relajado para participar en las experiencias de la vida y explorar su mundo por completo.

Los niños aprenden a través de sus sentidos. Tacto, gusto, olor, vista y oído, todos contribuyen a nuestras experiencias de aprendizaje. Al dar al niño oportunidades para usar todos sus sentidos, nosotros estamos ayudándoles a comenzar un aprendizaje exitoso. La próxima vez que coma una manzana con su niño, porque no tratá...

- ◆ Pedirle que describa los colores: Que otra cosa tiene el color de la manzana? Háblele acerca de la forma en que huele la manzana - antes de usted morderla o después de que ha sido mordida y cuando se deja el centro de la manzana?
- ◆ Háblele acerca de cómo se siente al tocar la manzana - Que cosa se siente como una manzana?
- ◆ ¿Cuál es el sabor de una manzana? - tienen las bananas diferente sabor y cuál?

Los niños aprenden a hacer muchas cosas diferentes... haciendo lo mismo una vez tras otra. Cuando su bebe se apoya sobre un lado de la silla y cae un objeto, el se maravilla de cómo cae y donde cae. Si usted le devuelve el objeto al bebe, él hará que caiga una y otra vez. Esto no lo hace para sacarle la rabia o para impacientarlo - es la forma como aprenden los niños. El descubrimiento de la gravedad es una cosa asombrosa para ser contemplada! Cuando su niño construye una torre de bloques y ellos caen al piso, él aprenderá que puede recogerlos y construir la torre otra vez. Si son ayudados en este proceso con gestos y palabras positivas, los niños comenzaran a sentirse capaces y exitosos. Esto los animará a ellos a intentar mas cosas, y expandir el entendimiento de su mundo. Usualmente es mejor permitir que su niño encuentre soluciones por el mismo, en lugar de hacerlo por él. La excepción debería ser por razones de seguridad o cuando su niño este enfermo.

Los niños aprenden cometiendo errores. Dejar que el niño cometa errores es una de las cosas mas duras pero más importantes que usted como padre puede hacer. Cuando un niño comete " errores " - no coge el balón que es lanzado, derrama la leche cuando la esta vaciando del cartón, olvidan la tarea escolar - a ellos realmente se les esta dando la oportunidad de aprender. De estos errores, los

niños aprenden como tratar las cosas de manera diferente como usar las dos manos para agarrar, vaciar la leche en un vaso largo sobre el lavaplatos, o hacer las tareas a tiempo. Cuando los padres y cuidadores dejan a los niños cometer errores y experimentar las consecuencias, ellos están ayudando a los niños a desarrollar la importante habilidad de resolver los problemas. Resolver los problemas es crítico para el aprendizaje exitoso, y puede salvar a los padres de estar gastando el tiempo en regaños innecesarios. Entonces, la próxima vez que su niño colorea las paredes o la mesa de la cocina, en vez de gritarle, déjeles saber que ellos cometieron un error y calmadamente dirigirlos a colorear en el papel. PS. - Usted podrá necesitar proveer hojas de papel extra largo para aquellos con manos pequeñas o con extra creatividad!

Los niños aprenden como "llegar a ser expertos" a través de los modelos que los rodean a ellos. Porque los niños ven todo lo que hacen los adultos, y porque ellos quieren ser como sus padres y cuidadores amorosos (al menos hasta que ellos son adolescentes!) nosotros debemos actuar de la manera que nosotros queramos que nuestros niños actúen. Los niños están siempre mirando como nosotros nos manejamos - durante los buenos y malos momentos. Cuando nosotros somos firmes y consistentes con nuestras acciones, manteniendo la calma y la tranquilidad, los niños aprenden que ellos también pueden estar en control de sus vidas. Los niños continuarán chequeando sus acciones comparándolas con los comportamientos de los padres, creencias y valores a través de sus vidas. Asegúrese que sus expectativas son realmente claras de lo que usted quiere que ellos sean en el futuro.

- ◆ Si usted quiere que su niño se interese en los libros, gaste su tiempo en una leyendo en silencio.
- ◆ Si usted espera que su niño explore el mundo de la música, póngale música en la casa.

Los niños aprenden a través de una variedad de experiencias. Los niños menores no pueden concentrar la atención por largos periodos y pueden comenzar fácilmente a frustrarse. Nosotros debemos ser cuidadosos de no sobre estimularlos o pedirles mucho al mismo tiempo. De otra manera, si nosotros los estimulamos poco, ellos no experimentarán los retos necesarios para un aprendizaje exitoso.

Muchas de las mejores oportunidades para el aprendizaje son gratis. Al caminar juntos por el vecindario, muchas cosas atraerán la atención de su niño. Usted puede identificar los colores y el olor de la estación. Usted puede notar que hay diferencias en cada casa - algunas personas plantan flores alrededor de sus árboles y otros las plantan en un caja de flores; algunos tienen un césped verde perfecto y otros dejan los diente de león amarillos crecer. De estas simples experiencias, los niños pueden estar animados a expresar sus sentimientos y creencias acerca de su presente y su futuro.

" Lo que mas me gusta es el olor del otoño"

" Me gusta jugar en la nieve, pero es muy frío"

"Cuando yo crezca, yo quiero vivir en una casa con árboles altos y flores rojas brillantes"

Los niños aprenden teniendo un tiempo silencioso para reflexionar. Los niños necesitan tener un tiempo solos para pensar, reflexionar, planear y soñar. Esther Buchholz, Directora de Psicología del Programa de Paternidad de la Universidad de New York, en el Llamado para la soledad: Tiempo solo en un mundo de ataduras, dice, " La cultura no soporta la noción de estar por uno mismo en una soledad positiva; en cambio está asociado a actos antisociales, miedo, aislamiento y muerte -solamente la necesidad de la atadura no significa lo mismo que querer aislarse, así la necesidad del tiempo solo no significa que el bebe va ha ser un solitario".

Mientras todos los niños necesitan tiempo solos sin los padres y otros en su mundo, los niños que son callados por naturaleza, pueden necesitar atención adicional de los adultos para ayudarlos a expresarse e involucrarse en actividades que estimulen su crecimiento.

Los niños aprenden a través del regalo del tiempo de aquellos que los aman. Recuerde que los niños necesitan más que el muñeco o juego de moda. Ellos necesitan su amor y apoyo diariamente! Lo que más necesitan los niños de sus padres es su PRESENCIA!

Los niños necesitan ser escuchados para - aun si ellos se toman un largo tiempo para encontrar las palabras, o si ellos hablan sin parar. Si un niño esta enojado o alterado, ellos necesitan ser escuchados así como cuando ellos están felices o contentos. Nosotros no siempre necesitamos arreglar sus problemas, pero es necesario estar ahí para ellos como una persona de confianza que los apoye - escuchar, ofrecer un abrazo y reconocer sus sentimientos.

Los niños aprenden al respetárseles su individualidad. Ellos tienen diferentes temperamentos (rasgos de nacimiento o características) ellos además tienen diferentes estilos de aprendizaje. Algunos niños aprenden mejor escuchando direcciones y hechos (aprendices auditivos). Algunos aprenden mejor leyendo o mirando a otros demostrando nuevas habilidades (aprendices visuales). Algunos aprenden mejor haciendo - escuchando o mirando a otros, y luego haciéndolo por ellos mismos (aprendices experimentales). Trate de reconocer y trabajar con el estilo de aprendizaje de su niño. Esto les ayudará a obtener mas enseñanzas y limitar sus frustraciones cuando aprendan nuevas ideas y habilidades. Recuerde, el estilo de aprendizaje de un niño puede ser completamente diferente del suyo, o del de sus otros niños. No hay una forma correcta de aprender, pero algunos estilos pueden requerir acercamientos más creativos.

Como adultos, nosotros necesitamos mirar y escuchar a nuestros niños para ayudarlos a aprender acerca de ellos mismos, de otras personas a su alrededor y de su mundo. Para animarlos en su fortaleza individual e intereses, nosotros podemos ayudarlos a volverse el adulto joven que ellos necesitan ser. Todos los niños son diferentes, así como todas las personas lo somos. Es importante aceptar y respetar estas diferencias en su niño. **En lugar de tratar de que su niño se conforme con su idea de cómo ellos son, dele a ellos la oportunidad de aprender quienes quieren ellos ser.** Vigilándolos a ellos cercanamente y animándolos en oportunidades de aprendizaje que tenga que ver con sus

intereses, usted ayudara a que ellos se sientan excitados por aprender y sentirse bien con ellos mismos como individuos. Es nuestro trabajo darle a los niños una estabilidad de un traje seguro, pero las alas para volar por ellos mismos.

Crecimiento de los Niños en un Medio Ambiente que Soporte el Aprendizaje

By creating an environment that supports learning, you give your child the message that education is valued in your home. As a culture, we have lost the art of creativity and free-play, and have all too often replaced it with endless work and passive play. If a child's early learning experiences are filled with joy and wonder, they will want to continue. Creando un medio ambiente que soporte el aprendizaje, usted le da a su niño el mensaje que la educación es un valor en su casa. Como una cultura, nosotros tenemos perdido el arte de la creatividad y el juego libre, y lo hemos reemplazado a menudo con trabajo sin fin y juego pasivo. Si las experiencias de aprendizaje tempranas de su niño están llenas de alegría y admiración, ellos querrán continuar aprendiendo. Si un niño ve el aprendizaje como un quehacer, ellos pueden querer dejarlo.

El proceso de aprendizaje es a menudo mucho mas importante que el producto del aprendizaje. Cuando un niño comienza a usar crayones, ellos aprenden como sostener el crayón, como se siente el crayón cuando se mueve sobre el papel, y como se ven los colores - solos, o garabateado uno encima del otro. Todo esto es mucho más importante en la activa creación de los aprendices entusiastas que el dibujo o producto por sí mismo.

Los hogares que están llenos con música, libros, materiales de arte y apoyos simples para juegos imaginativos y creativos satisfacen bien las necesidades de aprendizaje de los niños. La televisión, video juegos y aun las computadoras, limitan el potencial creativo de los niños, y promueven pasividad en vez de exploración.

Los niños en edad escolar necesitan un área silenciosa para trabajar. Esto puede ser un escritorio en su cuarto o un espacio libre en la mesa de la cocina. Ayudar a los niños a escoger un tiempo cada día para la tarea escolar, lectura silenciosa, música o exploración de arte puede ser de ayuda. Animarlo a un descanso entre la escuela y el tiempo de la tarea escolar - una comida saludable, algún aire fresco, una corta siesta - puede además ayudar a su niño a desenvolverse y obtener la energía necesaria para actividades de aprendizaje adicionales.



Que más necesitan los niños?

Cuando pensamos acerca de las necesidades de los niños lo hacemos acerca de las necesidades básicas de la vida, es decir refugio, vestido, comida, etc. Pero para que los niños crezcan emocional y socialmente saludables así como buenos en el aprendizaje, necesitan lo siguiente de sus padres:

- ◆ **AFECTO:** Los niños buscan y necesitan signos físicos de afecto. De a sus hijos abrazos y besos en cantidad cada día.
- ◆ **AMOR:** Cada ser humano necesita ser amado. Los niños merecen amor incondicional a pesar de sus acciones o comportamientos.
- ◆ **SENTIRSE SEGURO:** Los niños necesitan saber que nada les va a pasar. Asegúrese que en su casa no haya peligros removiendo los objetos cortantes y artículos de limpieza fuera del alcance de los niños. Haga una casa a prueba de niños.
- ◆ **SEGURIDAD:** De a sus niños límites / fronteras. Determine reglas y consecuencias. Hágalas cumplir.
- ◆ **DIVERSIÓN:** Tome tiempo para reír y jugar. Intercambie las maravillas de la vida en conjunto.
- ◆ **ACEPTACIÓN:** Aprecie al niño como un individuo. Acepte sus (de ella, de ella) fortalezas y debilidades.
- ◆ **HONESTIDAD:** Intercambie sus verdaderos sentimientos con su hijo y viceversa. Desarrolle una relación de confianza y honestidad.

- ◆ **PREMIACION:** Dígale a su hijo (a) que esta haciendo un buen trabajo. Sea específico en la manera de estimular (Ejemplo: "Hiciste un gran trabajo arreglando tu cuarto" O " Me gusto la manera como enseñaste a tu hermano a usar las tijeras"
- ◆ **RESPETO:** Trate a su hijo como una persona importante y valiosa. Celebre sus diferencias.
- ◆ **ANIMACIÓN:** Anime a su hijo (a) a dar lo mejor de sí. Dígale " tu puedes hacerlo" O " haz lo mejor que puedas". Crea en su hijo.
- ◆ **PERDON:** Recuerde a su hijo que nadie es perfecto. Olvide - no guarde rencores.
- ◆ **PACIENCIA:** Sea comprensivo cuando su hijo intenta algo nuevo o comete un error.
- ◆ **TIEMPO:** De a su hijo el " regalo" del tiempo. Gaste tiempo con su hijo hablando, escuchando, leyendo y jugando. Los niños también necesitan "tiempo libre" (tiempo sin estructura. No sobrecargue su vida con muchas lecciones o actividades.
- ◆ **APOYO:** Apoye a su hijo cuando el o ella se inicie en un nuevo deporte o habilidad. Déjeles saber que usted va a estar allí para ellos siempre - en las buenas y en las malas.
- ◆ **RUTINA:** Los niños necesitan y quieren rutinas, aun si ellos no preguntan por ellas (mismas horas de comida, sueño, etc.) en sus vidas. Esto también le ayudara a su hijo a entender el manejo del tiempo en el futuro.

Para mas información acerca de esto, por favor llame a Cornell Cooperative Extension al 344-1234.



Septiembre es el Mes de la Seguridad de los Bebés

Como cada padre, usted quiere hacer al mundo seguro para su hijo, pero hay mucho que hacer y en muy poco tiempo. El mes de la seguridad de los bebés lo hace un poco más fácil. Solo tome unos pocos minutos cada día y haga una actividad segura. Al final del mes, usted tendrá un mejor hogar para su niño pequeño!

Para Hacer una lista de los actos seguros que diariamente puede hacer (o que usted puede compartir con un nuevo padre, niñera o jardín infantil durante septiembre) visite www.skippervigil.com/calendar.htm

Algunos buenos sitios de seguridad para bebés son

Instalando y usando sillas de carro
www.aap.org/family/carseatguide.htm

Agua segura para infantes
www.caringforkids.cps.ca/keepingkidssafe/Swimming.htm

www.aap.org/policy/s020122.html

Haga su hogar a prueba de bebés
www.nsc.org/library/facts/babyprf.htm

Reduciendo el riesgo de SIDS: www.nichd.nih.gov/sids/reduce_infant_risk.htm

Reduciendo el riesgo del síndrome del bebé sacudido: www.skippervigil.com

Conservando los niños seguros de caídas: www.nsc.org/library/facts/kidfalls.htm

Consejos para cunas seguras: www.nsc.org/library/facts/cribtrips.htm

Calor, niños y carros
www.safekids.org/tier3_cd.cfm?content_item_id=10430&folder_id=300

Seguridad en la carretera www.childcare.net/library/driveways.shtml

Exposición al plomo: www.nsc.org/library/facts/lead.htm

VIP Value In Parenting

For more information on parenting education and/or the Orange County Parenting Coalition Action Team, contact Cornell Cooperative Extension at 845 - 344 - 1234.

www.cce.cornell.edu/orange

Cornell Cooperative Extension provides equal program and employment opportunities.



Editorial Staff: Denyse Variano: Cornell Cooperative Extension, Orange County; Stephanie Sosnowski, Maternal Infant Services Network.

Graphics: Nancy Karp, Cornell Cooperative Extension, O.C.

Funding / Distribution: Maternal Infant Services Network, Inc.; Orange County Partners for Children, a component of Healthy Orange, Inc.