

¿QUE PUEDE HACER USTED?

atletas y científicos. Sus padres tampoco sabían sobre éstas cosas. ¡Pero aún así sus cerebros funcionan muy bien!

Cuando usted juegue con su bebé, observe como aprende sobre las cosas que están a su alrededor. Ofrezcale a su bebé el mejor hogar que le pueda dar, ya que las ventanas del aprendizaje al principio de la vida son muy importantes. Haga que su hogar sea seguro. Protéjalo de las cosas que lo puedan asustar. Hable mucho con su bebé, aún antes de que él le pueda contestar. Canten y bailen juntos. Demuéstrele que él puede confiar en usted. Recuerde, ¡Los primeros años de vida duran mucho tiempo!



AUTOR: DR. DON BOWER
ESPECIALISTA EN EL DESARROLLO HUMANO
(HUMAN DEVELOPMENT SPECIALIST)
DEPARTAMENTO PARA EL DESARROLLO DE LOS NIÑOS Y LAS FAMILIAS
(DEPARTMENT OF CHILD AND FAMILY DEVELOPMENT)

NÚMERO DE PUBLICACIÓN: FACS 03-3
FECHA DE IMPRESIÓN: ENERO 1999
WEB SITE: <http://www.fcs.uga.edu/outreach>

TITLE: PRIME TIMES FOR LEARNING



Esta traducción es ofrecida por Children's Healthcare of Atlanta
Translation provided by Children's Healthcare of Atlanta



Patrocinado por la Universidad de Georgia
Facultad de Ciencias de la Familia y del Consumidor
Iniciativa del programa "Fortaleciendo las comunidades y las familias de Georgia"

La Universidad de Georgia forma parte del Sistema Universitario de Georgia. La Universidad de Georgia es una institución que practica la igualdad de oportunidades y se opone a la discriminación. La Universidad no discrimina a las personas que emplea o admite a razón de su raza, religión, lugar de nacimiento, sexo, incapacidad o situación como veterano. Si usted está incapacitado y necesita ayuda al obtener ésta hoja de información en un formato alternativo, por favor llame a la Facultad de Ciencias de la Familia y del Consumidor al (706) 542-7568.



Desarrollando el cerebro de su bebé

Universidad de Georgia, Facultad de Ciencias de la Familia y del Consumidor
(The University of Georgia College of Family and Consumer Sciences)

Los mejores momentos para aprender

Nuestros cuerpos necesitan diferentes cosas en diferentes momentos de nuestra vidas. No hay nada como tomar un vaso de agua fresca cuando tiene mucha sed. O dormir toda una noche cuando usted está muy cansado.

También sabemos que algunas cosas se aprenden más fácil cuando se aprenden durante ciertas edades. Los niños aprenden a patinar muy bien después de haber tratado por sólo unos pocos minutos, pero los abuelos toman mucho más tiempo. ¡Algunos adultos nunca aprenden a programar la máquina de videos!

LOS EJERCICIOS PARA DESARROLLAR EL CEREBRO

Varias partes del cerebro controlan la forma en que nos comportamos y la forma en que nos sentimos. Su cerebro controla la forma en que usted tira la pelota y toca el piano. Su cerebro también ayuda a calmar su ansiedad y a resolver problemas de matemáticas. Usted puede ayudarle a su cerebro a "ejercitarse."

Piense en sus músculos. Su cerebro, así como sus músculos, se fortalece cuando usted hace ejercicio. Si usted corre, los músculos en sus piernas se hacen más fuertes. Usted ejercita su cerebro cuando piensa. Si usted sólo ve la televisión y no habla con nadie, ¡la parte de su cerebro que se encarga del habla se puede encoger! Es muy bueno para su cerebro el escuchar música.



LOS MEJORES MOMENTOS PARA EL CRECIMIENTO DEL CEREBRO



Nosotros aprendemos ciertas cosas con más facilidad durante ciertos momentos en nuestras vidas. Estos momentos se conocen como “ventanas de oportunidad.” Estos momentos ocurren cuando el cerebro está más preparado para aprender algo nuevo. Es como si una ventana en el cerebro se abre por un momento, y después se cierra. Cuando la ventana está abierta, es más fácil aprender. Cuando está cerrada, usted aún puede aprender, pero es más difícil. La mayoría de las ventanas del cerebro

se abren y se cierran durante los primeros años de vida.

Estas ventanas son “los mejores momentos” para el aprendizaje. Cada parte de su cerebro se amplía y se vuelve más activa dependiendo en lo que usted ve, en lo que oye, en lo que prueba, lo que siente, y lo que huele. Estos son algunos momentos importantes cuando el cerebro de su bebé está creciendo:

Viendo las cosas: Desde el nacimiento hasta los 4 años. Durante éste tiempo, los bebés necesitan mirar muchas cosas de varios colores y de varias formas. Ellos necesitan ver las cosas que están cerca y lejos y las cosas que se mueven. ¡El cerebro debe aprender a controlar los ojos! Por eso, si su bebé tiene algún problema en los ojos, éste se debe resolver lo más pronto posible.

Hablando y leyendo: Desde el nacimiento hasta los 10 años. Los bebés nacen preparados para aprender cualquier lenguaje. Ellos entienden y balbucean palabras del lenguaje que escuchan más a menudo. El bebé entenderá y usará más palabras mientras más se le hable, se le cante, y se le lea. De ésta forma los bebés también aprenden a crear oraciones que tienen sentido. Esta es la mejor oportunidad para que los bebés aprendan un segundo idioma.

Los sentimientos: Desde el nacimiento hasta los 18 meses. La parte del cerebro que se encarga de los sentimientos aprende muy temprano en nuestras vidas. Los sentimientos como la felicidad, la esperanza, y la tristeza empiezan aquí. La forma en que usted trata a su bebé ayuda a desarrollar ésta parte del cerebro. La parte del cerebro que se encarga de los sentimientos continúa creciendo durante la adolescencia. Lo que ocurre temprano en la vida del niño es lo más importante para el desarrollo de los sentimientos en el cerebro.

Las habilidades para la música y para la matemática: Niños de 1 año a los 5 años. La parte del cerebro que escucha la música es la misma parte que resuelve problemas de matemática. Lo mejor para su bebé es escuchar música que es rica y compleja. Este tipo de música le ayuda al bebé a aprender las técnicas que se necesitan para resolver la matemática. Mientras más pequeño sea el niño cuando comience a estudiar un instrumento de música (como el piano), más secciones de su cerebro serán usadas para éste objetivo. Entonces, si usted quiere que su niño sea bueno para las matemáticas, ¡déle también lecciones de música!

La habilidad del movimiento: Desde el nacimiento hasta los 2 años. ¡Cada madre sabe que los bebés pueden patear aún antes de haber nacido! Durante los primeros meses después del nacimiento, el cerebro de su bebé aprende a controlar sus músculos. Estos músculos le ayudan a sostener su cabeza hacia arriba, a voltearse y a gatear. Los juegos activos y un poco de ejercicio pueden ayudar a que su cerebro aprenda éstas habilidades. Muy pronto su bebé aprenderá a usar sus pequeños músculos para hacer ciertas cosas como tomar los juguetes en la mano y alimentarse a sí mismo. ¡Tenga paciencia y anímelo a que siga tratando!

¿QUE PUEDE HACER USTED?

Lo más importante que debe recordar es que no se debe sentir mal si usted no sabía éstas cosas cuando su niño era más pequeño. Todos nosotros continuamos aprendiendo por el resto de nuestras vidas. Piense en todos los músicos.

