

La MENTE en formación

Las siete habilidades fundamentales que todo niño necesita

Habilidad fundamental de la función ejecutiva: Enfoque y autocontrol

Los niños necesitan esta habilidad para poder lograr sus **metas**, especialmente en un mundo lleno de distracciones y sobrecarga de información. Hacerlo involucra **prestar atención, recordar las reglas, pensar de manera flexible y practicar el autocontrol**.

Sugerencias para promover la habilidad de enfoque y autocontrol

Actividad:

Puede hablar con su hijo acerca de las maneras en las cuales el pequeño niño cuidó las semillas de zanahoria (arrancando las malezas alrededor de las semillas y rociándolas con agua, etc.) y cómo se mantuvo enfocado en su meta aunque todos los miembros de su familia dudaron que la semilla crecería.

Habilidad:

El enfoque y autocontrol incluyen **poder trabajar para lograr una meta**. Las **funciones ejecutivas** siempre son **dirigidas por las metas**.

Actividad:

Pregúntele a su hijo:

- “¿Qué hizo el niño para ayudar a la semilla crecer?”.
- “¿Cómo crees que se sintió el niño cuando nada salió?”.

Habilidad:

Un aspecto importante de las habilidades de la función ejecutiva es **recordar** información para usarla de diferentes maneras. Al preguntarle a su hijo que recuerde el cuento, usted promueve esta habilidad.

Actividad:

Puede contarle a su hijo sobre alguna ocasión en la que tuvo que **practicar el autocontrol** para alcanzar una meta que consideraba importante. Recuérdele a su hijo sobre una ocasión en la cual él también haya tenido que trabajar para lograr una meta.

Habilidad:

Es importante que los niños estén conscientes que trabajar para lograr una meta toma **tiempo, esfuerzo y creer que se puede lograr la meta**.

La semilla de zanahoria

Por Ruth Krauss

Ilustrado por Crockett Johnson

En este tierno cuento un niño siembra y cuida una semilla de zanahoria. Él está seguro que la semilla crecerá y será algo maravilloso, aun cuando las personas a su alrededor lo dudan.



First Book ofrece libros y recursos educativos de alta calidad que apoyan las habilidades fundamentales propuestas en las investigaciones de *La mente en formación* por Ellen Galinsky.



First Book
Encuentre más libros y materiales para apoyar las habilidades fundamentales de *La mente en formación* en el mercado de First Book, un recurso disponible exclusivamente para educadores y programas para niños necesitados. www.fbmarketplace.org.

Se dará cuenta de que estas actividades promueven dos principios del desarrollo infantil: Servir y responder y las habilidades de la función ejecutiva.

Servir y responder describe un vaivén de interacciones parecido a un juego de pelota entre usted y su hijo. En este tipo de conversación usted escucha a su hijo, luego desarrolla y amplía lo que él dice o hace para promover su aprendizaje.

Las habilidades de la **función ejecutiva** se utilizan para controlar la atención, las emociones, el intelecto y el comportamiento para lograr las metas.

Incluyen poder prestar atención, recordar información, pensar con flexibilidad y practicar el autocontrol.

Encuentre más información sobre *La mente en formación* de Families and Work Institute en www.mindinthemaking.org.