

# 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:

Mientras lee *Buenas noches luna*, señale los objetos nombrados en la historia (un globo rojo, dos pequeños gatitos) y anime a su hijo a señalarlos después de usted.

#### Habilidad:

Cuando usted anima a su hijo a buscar objetos lo ayuda a aprender a **prestar atención** a los detalles de los dibujos, lo que involucra las habilidades de la *función ejecutiva*. El vaivén de sus conversaciones con su hijo sobre este libro es lo que los investigadores llaman “**servir y responder**”. Como en un juego de pelota uno de ustedes dice algo (sirve) y el otro reacciona (responde). Las investigaciones sobre el desarrollo infantil han concluido que este tipo de interacciones cotidianas son de suma importancia para el desarrollo del cerebro.

#### Actividad:

Al abrir este libro hay un pequeño ratón en todas las páginas con dibujos a color. Vea si su hijo puede encontrar y señalar el ratón. Si no, muéstrele el ratón a su hijo.

#### Habilidad:

Su hijo no solo tendrá que poner atención para encontrar al ratón, sino que tendrá que usar la habilidad de **autocontrol** para ubicar el ratón en medio de todas las cosas en el dibujo.

#### Actividad:

Una vez que su hijo haya escuchado *Buenas noches luna* varias veces, pare antes de las palabras que riman. ¿Su hijo puede recordar que después de “Buenas noches gatitos” sigue “Buenas noches mitones”. Usted puede recordarle a su hijo de la frase señalando los dibujos relevantes.

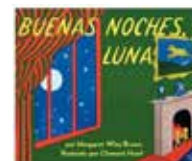
#### Habilidad:

Cuando usted juega a las rimas y a recordar, no solo ayuda a su hijo a aprender a **escuchar cuidadosamente el sonido de las palabras**, sino que promueve su memoria de trabajo, un aspecto importante del enfoque y el autocontrol.

## Buenas noches luna

Por Margaret Wise Brown

En esta clásica historia para la hora de dormir, un conejo dice buenas noches a lo que hay en su habitación, desde “Buenas noches, luna” a “Buenas noches, nadie” y finalmente “Buenas noches, ruidos de todas partes”. La cadencia hipnótica de rimas y los ingeniosos detalles en cada dibujo forman parte de un ritual calmante y alentador al final del día.



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](http://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](http://www.mindinthemaking.org).