

**Los Instintos
Guía y Los
Períodos
Sensitivos
en las
Personas**

Por:

**Fernando
Corominas**

Las leyes genéticas que rigen el comportamiento de los animales son comunes a los seres irracionales y racionales. Los animales transmiten a sus hijos, a través de los genes, la información necesaria para que se desenvuelvan en la vida sin que reciban una enseñanza directa de sus padres. Si aislamos de sus progenitores, a diferentes clases de animales, desde el estado de huevos o larvas, de forma que nunca tengan contacto con sus padres, y los observamos durante su desarrollo, podemos comprobar que: Las hormigas se organizarán en complicados hormigueros, las abejas construirán perfectos panales para depositar su miel, las arañas geométricas redes para cazar a sus víctima, y los gusanos, perfectos capullos. Aún más, los pájaros migratorios recorrerán la tierra por los mismos caminos que sus padres, sin que ellos los hayan visto nunca, y los peces seguirán las mismas rutas por los océanos, sin que nadie les haya enseñado previamente el camino. Todos estos conocimientos son transmitidos genéticamente de padres a hijos sin necesidad de mediar trato entre ellos. Este tipo de conocimientos innatos son conocidos con el nombre de «Instintos guía». Los seres humanos, en nuestra calidad de animales racionales, disponemos también de instintos guía. Son los conocimientos primarios que permiten el desarrollo de los conocimientos adquiridos, y ambos constituyen la base del saber humano. Se llaman sensitivos porque predisponen a una acción y son independientes de la voluntad, períodos porque ocurre en lapsos de tiempo. Los «Instintos Guía» ordenan las acciones primarias de todos los seres vivos. En los seres humanos, esta información, de carácter innato, interviene en el desarrollo de las personas en sus tres facetas. Así tenemos que:

La tendencia natural de la parte material de la persona, el cuerpo, es la satisfacción de los sentidos.

Cuerpo >>> Adiestrar

La tendencia natural de la inteligencia es buscar la verdad.

Inteligencia >>> Instruir

La tendencia natural de la voluntad es hacer el bien.

Voluntad >>> Educar

Los Períodos Sensitivos en las Personas

En todos los seres vivos existen Períodos Sensitivos, no voluntarios, en los que el organismo tiende intuitivamente a realizar una determinada acción. Los Períodos sensitivos de procreación son repetitivos durante el tiempo de fertilidad del ser vivo, mientras que los de formación suceden una sola vez, y desaparecen al llegar la edad adulta. Estos últimos son los que constituyen un motivo de estudio e investigación en los últimos años y son los que realmente interesan cuando hablamos de la formación de los hijos. Las personas, como animales racionales que somos, también tenemos los períodos sensitivos de desarrollo, igualmente irrepetibles; pero, en nosotros, se dan unos fenómenos diferenciales específicos que nos liberan de todo tipo de determinismo. Las personas somos seres trascendentales y tenemos voluntad. Esto significa que somos seres libres y responsables, capaces de entender y razonar y esto nos hace totalmente diferentes del resto de los animales. Gracias a nuestra voluntad somos capaces de dominar, si así lo queremos, nuestros Períodos Sensitivos. Negándonos a llevar a cabo la acción prevista y realizarlo una vez transcurrido el período sensitivo. Poder se puede, pero llevar a cabo la actividad fuera de su tiempo natural propicio obliga a desarrollar una fuerza de voluntad muy superior, nos cuesta más trabajo, y además es muy difícil alcanzar la misma perfección en los resultados. Un niño entre uno y cuatro años es capaz de aprender la lengua materna o más sin esfuerzo y con la mayor naturalidad, pues esta dentro del período sensitivo de hablar y todos sus sentidos están predispuestos a llevar a cabo esa función, lo aprenderá sin querer y con la perfección de un nativo. Todas las acciones integradas en la formación de las personas, tienen sus momentos oportunos de desarrollo. Así podemos hablar de Períodos Sensitivos relacionados con adiestrar, instruir o educar. El conocimiento de estos períodos permite a los padres permite actuar a los padres de forma anticipada en la formación integral de los hijos, pudiendo potenciar las capacidades de estudio, habilidades deportivas, buenos hábitos, desarrollando virtudes

como el orden, responsabilidad, etc. En definitiva los padres y educadores pueden formularse las preguntas:

¿Cómo me gustaría que fuesen mis hijos?

En líneas generales, a la mayoría de los padres gustaría que sus hijos:

- ◆ Tengan buen carácter
- ◆ Sean responsables
- ◆ Se sientan queridos por los demás
- ◆ Les guste el estudio y el deporte
- ◆ Tengan buenos amigos... etc...

¿Cómo lo puedo intentar?

Yendo por delante y prevenir, formarse, conocer las nuevas pedagogías, haciendo de la educación una labor de equipo, poniendo cariño, respeto, comprensión, autoridad, ayuda, consejo, especialmente esfuerzo, ejemplo, porque no se puede dar lo que no se tiene. Educar no es fácil y no termina nunca, exige poner voluntad.

Educación Temprana

Estimular positivamente a un niño también es educar con buenas raíces. La educación temprana consiste en potenciar los periodos sensitivos, que son los momentos oportunos en los que el niño asimila con más facilidad determinados aprendizajes. De ahí la importancia de la educación temprana, que se basa en conocer dónde centrar los esfuerzos educativos según las edades de los hijos y estimularlos adecuadamente. La educación temprana puede aplicarse a desarrollar:

... aptitudes físicas:

Aprendiendo a caminar.

- ◆ Expresión corporal.

- ◆ Juegos de coordinación en grupo.
- ◆ Niños bien coordinados: Juegos con el balón y la pelota.
- ◆ Desarrollar la capacidad de observación.
- ◆ Masajes y caricias: Otro camino para conocer el mundo.
- ◆ Actividades musicales estimulantes.
- ◆ Desarrollo cognitivo.
- ◆ Movimiento y ejercicio físico: Actividades gimnásticas.

... aptitudes para el estudio:

- ◆ Estimular el lenguaje.
- ◆ Aprender a escuchar.
- ◆ Hemisferio derecho: visión analógica.
- ◆ Desarrollar la lógica a través de los sentidos.
- ◆ Comunicación con el lenguaje.
- ◆ Desarrollar la psicomotricidad.
- ◆ Precisión en las manos.
- ◆ Las mil posibilidades del lenguaje.
- ◆ El ajedrez, un juego-deporte.
- ◆ Estimulación auditiva del bebé.
- ◆ Estimulación de la vista.
- ◆ Juegos de coordinación en grupo.

Orientación espacial.

- ◆ La lateralidad cerebral: Antes de aprender a leer.
- ◆ Una memoria prodigiosa.
- ◆ Niños bien coordinados: Juegos con el balón y la pelota.
- ◆ Desarrollar la capacidad de observación.
- ◆ Estimulación visual: Un mundo por los ojos.
- ◆ Aprender a escribir.
- ◆ Enseñar matemáticas al bebé.
- ◆ Comprensión del lenguaje.
- ◆ Actividades musicales estimulantes.
- ◆ Desarrollo cognitivo.
- ◆ Estimulación sensorial: El mundo por los sentidos.
- ◆ Bebés guapos e inteligentes.

... a potenciar virtudes humanas:

- ◆ Todos a jugar.
- ◆ Juegos de reglas.
- ◆ Habilidad manual.
- ◆ Expresión corporal.
- ◆ Juegos de coordinación en grupo.
- ◆ Pensamiento creativo.

- ◆ Desarrollar la capacidad de observación.
- ◆ Actividades musicales estimulantes.
- ◆ Desarrollar la sociabilidad.
- ◆ Descubrimiento de las ciencias.

Sin duda medios irremplazables en la formación integral de la persona.

Aprendiendo a caminar (Óptimo 0-1 años)

Durante el primer año de vida, el área motora de nuestro hijo evolucionará hasta permitir que pueda andar. Pasará desde un estado de postración total a una postura erecta. Cada uno de estos movimientos conlleva una gran complejidad. Aprender a andar es el resultado de un largo proceso que da comienzo en el mismo momento de nacer y que recorre unas etapas fundamentales que podemos estimular. Todas ellas llevan a conseguir el dominio de dos aspectos básicos: La maduración neurológica. Supone un grado importante del desarrollo del cerebro. La técnica del ensayo-error. Para aprender a andar hay que caerse muchas veces. Etapas por las que pasa el desarrollo del área motora:

- ◆ Control de la columna vertebral.
- ◆ Refuerzo de los reflejos de apoyo, marcha y, sobre todo gateo.
- ◆ Control del tobillo y afianzamiento de sus propios movimientos.

Expresión corporal: gestos y pantomimas (Óptima de 6-8 años)

El niño cuenta con su propio cuerpo como punto de referencia para su orientación en el espacio y para situarse en el mundo. Con el paso de los años, el niño va dominando progresivamente su esquema corporal, lo que facilita una buena expresión con y a través del cuerpo. La motricidad influye de forma notable en el desarrollo de las personas, hasta el punto de que el proceso intelectual depende de la madurez del

sistema nervioso. Siempre es posible orientar los movimientos del cuerpo en el sentido de una expresión. Podemos imaginar múltiples juegos de expresión, de modo que los niños se familiaricen con la enorme riqueza de comunicación que posee su cuerpo y su rostro.

Juegos de coordinación en grupo (Óptima de 4-8 años)

El papel del juego es básico en el desarrollo del niño, sin darse cuenta y divirtiéndose estimula una serie de aspectos como la coordinación, el conocimiento de su cuerpo, psicomotricidad, capacidad de atención, lateralización, etc. El juego es siempre formador para el niño. Los juegos de siempre pueden aprovecharse como ocasiones para desarrollar la coordinación y el sentido espacial. Los juegos de movimiento y de coordinación en grupo se dirigen sobre todo a la actividad física y a la adquisición de diversas destrezas generales, además le ayudan a relacionarse con otros niños. A partir de los cuatro años, el niño ya ha adquirido un buen conocimiento de su yo. Le gusta moverse en el espacio y en el tiempo (saltar, jugar, columpiarse...).

Niños bien coordinados: Juegos con el balón y la pelota

Nuestro hijo necesita ir adquiriendo una coordinación adecuada de todas las partes de su cuerpo. Para que el niño se mueva sin dificultades y logre así una buena coordinación hace falta que adquiera un conocimiento y un dominio de su propio cuerpo, que aprenda a moverse en un espacio determinado, y que aprenda a realizar una serie de movimientos sucesivos. Cuando el niño consigue habilidades en el movimiento, favorece su equilibrio emocional y también tiene repercusiones para concentrarse y relacionarse con los demás. Existen muchos ejercicios para estimular y desarrollar la coordinación de nuestros hijos, por ejemplo, algunos ejercicios con el balón desarrollan los dos tipos de coordinación que se dan en el hombre: la coordinación motriz (o dinámica) y la visual (o visomotora). La coordinación motriz (o dinámica): Ejecuta acciones poniendo en funcionamiento una serie de órganos y de músculos. la coordinación visual (o visomotora): Permite ciertos movimientos ajustados por el control de la visión. Tiene gran importancia en

el aprendizaje de la escritura.

Desarrollar la capacidad de observación

La capacidad de observación es una percepción lo más precisa y detallada posible de nuestro entorno. Consiste en aprender a captar, percibir y reconocer todos los mensajes recibidos por nuestros sentidos. Debemos ayudar a nuestro hijo a fijarse en los detalles de cualquier entorno. Es algo que surge con naturalidad y que amplía la relación entre padre e hijo, creando una relación de complicidad entre ambos. Cualquier situación es buena para mejorar la capacidad de concentración y debemos aprovechar las situaciones para jugar con el niño a observar.

En esta etapa distinguimos dos grupos de edades:

- ◆ De 2 a 5 años: Los chicos aprenden a diferenciar de una manera general.
- ◆ De 5 a 8 años: Es una etapa decisiva para adquirir el hábito de observar con detalle el entorno.

Masajes y caricias: Otro camino para conocer el mundo

Las caricias y los masajes pueden estimular al bebé (ya que activamos unas de las principales vías de entrada de estímulos) y colaborar en su desarrollo afectivo, cognitivo y motriz. Comenzar a practicar los masajes al bebé desde que nace es una ayuda valiosísima para favorecer sus primeras conexiones neuronales. Los masajes deben ser un juego para el adulto y el niño, además de un medio de comunicarse y estimular el desarrollo. También debemos evitar abrumarle con juegos, ejercicios y objetos. Es mucho más positivo mantener un ritmo sosegado y sereno.. Con el roce de nuestras manos se produce un primer paso para la comunicación paterno-filial. Por tanto su desarrollo físico debe ir parejo con el emocional y afectivo, para ello, debemos realizar los ejercicios hablando continuamente con él.

Actividades musicales estimulantes (Óptima de 2-5 años)

La música se localiza en el hemisferio derecho, el menos utilizado

generalmente; si equilibráramos la fuerza de ambos hemisferios, nos situaríamos más cerca de nuestra capacidad potencial máxima. Por eso es importante realizar actividades musicales que complementen la estimulación de nuestro hijo. La gran mayoría de la gente desarrolla como hemisferio dominante el izquierdo, por lo que resulta muy interesante realizar actividades musicales que estimulen también la zona analógica de nuestro cerebro. La música también sirve de gran ayuda para el aprendizaje de idiomas en el futuro, por la gran variedad de registros que permite.

Desarrollo cognitivo: Conocer el mundo en su primer año. (Óptimo de 0-1 años)

El bebé desde que nace, no cesa de descubrir y conocer el mundo que le rodea. Despertar los sentidos del bebé, para que pueda percibir y relacionar estímulos entre sí, es ya un acto cognitivo y perceptivo que estimula sus capacidades intelectivas. A partir del tercer mes, el bebé muestra gran interés por investigar y explorar; sus habilidades motrices le permiten manejar mejor su entorno y clasificar sus percepciones. Al final del primer año, sus posibilidades motrices le abren nuevos campos de exploración. Es capaz de observar y atender con detenimiento lo que le interesa empleando bastante tiempo en ello. Es un buen momento para enseñarle las cosas, ya que demuestra buena disposición para el aprendizaje.

Movimientos y ejercicio físico: Actividades gimnásticas (Óptima de 2-4 años)

En edades inferiores, el movimiento tiene numerosas repercusiones para el normal desarrollo y la personalidad del niño, por este motivo hay que procurar a los niños ocasiones de movimiento, de juegos que les hagan saltar, correr, etc. A estas edades hay que ir asentando su esquema corporal y sus posibilidades motrices, pues la actividad mental procede genéticamente de la motricidad. El movimiento participa en el desarrollo de todas las funciones mentales: inteligencia, lenguaje, afectividad, conciencia...

Con ejercicios básicos gimnásticos el niño enriquece su motricidad. El niño consigue:

- ◆ Tener cada vez más confianza.
- ◆ Descubrir sus posibilidades motrices y sensoriales.
- ◆ Divertirse con las actividades.
- ◆ Unir varias acciones entre sí...
- ◆ De esta forma los niños irán mejorando su conducta motriz.

Estimular el lenguaje (Óptimo de 0-2 años)

En algún momento, cercano a los doce meses de vida del bebé comenzará a utilizar el lenguaje como instrumento comunicativo, pero ya desde que nace experimenta con la posibilidad de emitir sonidos. Son los primeros pasos en el dominio de una de las capacidades más importantes del ser humano. Cada niño tiene un ritmo de aprendizaje lingüístico, que tiene mucho que ver con entorno y es importante que desde el principio pueda establecer un diálogo con el mundo que le rodea. Cuando el niño habla debemos darle tiempo para expresar lo que debe decir. No hemos de adelantarnos a terminar la frase por él, ya que ello podría mermar el interés del niño para comunicarse. Hay que dejarle que se tome el tiempo que necesite. Las tradicionales y entrañables tonadillas suponen para el niño una importante ayuda en el aprendizaje del idioma y consiguen del niño una rápida respuesta en su proceso de aprendizaje psicomotriz.

Aprender a escuchar

Puede ocurrir que, en el futuro, nuestros hijos pierdan un gran número de oportunidades en casa o en el colegio, sólo por el hecho de no estar escuchando. Es decir por no tener la capacidad suficiente de poner atención y de concentrarse en lo que se dice. Es importante estimular su sentido del oído y su capacidad de atención y concentración porque en el colegio gran parte de su aprendizaje se realizará a través de

la enseñanza oral, y el resto por la lectura. La música, además de los cuentos y otros sonidos diversos, son un estímulo muy adecuado para desarrollar el sentido del oído y la capacidad de atención. Escuchar cuentos resulta ideal para reforzar la memoria auditiva y desarrollar la imaginación.

Hemisferio derecho: visión analógica (Óptima de 2-5 años)

Nuestro cerebro y nuestro cuerpo pueden funcionar con una coordinación tal, sin que ello represente esfuerzo consciente por nuestra parte. Es asombroso pensar que los mensajes que estimulan el lado derecho de mi cuerpo se originan en el hemisferio izquierdo de mi cerebro. Cada hemisferio tiene asociado una serie de habilidades distintas y cada persona tiene un hemisferio como dominante. El hemisferio derecho es analógico, tiene visión de conjunto mientras que el izquierdo es un hemisferio lógico, crítico, contable y matemático. Mientras que las personas de hemisferio izquierdo dominante aprenden por medio de símbolos, las de hemisferio derecho dominante precisan manipular, tocar y moverse. Durante los primeros años de vida el bebé no tiene definido el hemisferio dominante, por tanto puede y debe recibir estímulos por ambos lados. Si pudiéramos aprender a equilibrar la fuerza de ambos hemisferios, nos situaríamos más cerca de nuestra capacidad potencial máxima.

Desarrollar la lógica a través de los sentidos (Óptima de 1-3 años)

La estimulación de la lógica consiste, sobre todo en asentar unas bases previas y básicas al razonamiento. Los niños entre uno y tres años debe ir asimilando lo que tienen más cercano: su propio cuerpo y los objetos que le rodean. Tiene que ir comprobando sus semejanzas y experimentando la graduación entre los distintos objetos. Los conocimientos que se adquieren no se quedan aislados, sino que se relacionan unos con otros, por ello, cuando el niño aprende algo nuevo tenemos que incidir en la relación que tiene con lo que sabía anteriormente. Así, poco a poco, deberá relacionar los conceptos entre sí y con otros cono-

cimientos. Antes de utilizar un material con un fin didáctico concreto, se dejará al niño que tenga un primer contacto a través del juego libre, mediante la manipulación, experimentación ... De este modo adquiere un conocimiento sensorial del mismo y así puede concentrarse mejor en la actividad que se le pida.

Comunicación con el lenguaje

La capacidad de comunicarse con otros es una habilidad necesaria durante toda la vida, pero es especialmente importante en la etapa escolar. Poder relacionarse con los demás, intercambiar información, saber escuchar, saber expresar lo que se quiere, son distintas facetas de la comunicación que tienen mucho que ver con el lenguaje. La relación entre la capacidad de leer, escribir y utilizar el lenguaje con el desarrollo del cerebro ha sido demostrada por numerosos científicos. Escuchar también es una parte muy importante de la comunicación y la comprensión

Desarrollar la psicomotricidad

Los primeros años son cruciales para conseguir el desarrollo motor. Cuantas más oportunidades damos a un niño para que se mueva, más favorecemos el desarrollo global de su inteligencia y más bases sólidas ponemos para futuros aprendizajes. Una falta de desarrollo psicomotor o perceptivo-motor puede dar lugar a fracasos escolares.

Precisión en las manos (Óptima de 1-3 años)

Aprender a manipular los objetos y a tener un control preciso de los músculos pequeños de las manos y de los brazos es un proceso largo para el niño. A menudo se siente frustrado porque sus manos y dedos no hacen lo que él quiere que hagan: sus dedos son inestables, las manos no son muy fuertes ... La cabeza de nuestros hijos va por delante de sus posibilidades físicas, ya que necesita desarrollar adecuadamente sus músculos. A estas edades los niños son muy activos y tienden a moverse continuamente desarrollando los músculos grandes, es importante, por tanto, ayudarles a un desarrollo completo y equilibrado mediante ejercicios que incidan en la motricidad fina y movimientos preci-

Los músculos pequeños del niño todavía son inmaduros, pero las habilidades motoras de los músculos finos y la coordinación de las manos y ojos mejoran con el ejercicio. Existe una relación cercana entre un desarrollo de habilidades motoras y el posterior éxito en aprendizajes más completos como la lectura y escritura.

Las mil posibilidades del lenguaje (Óptima de 6-8 años)

Para que nuestros hijos tengan un vocabulario amplio y preciso, una facilidad de expresión y comunicación y una buena construcción de frases cuando crezcan hay que empezar desde que son pequeños. Uno de los objetivos perseguidos con los ejercicios y juegos se centra en la adquisición de un vocabulario amplio y preciso. Otros van encaminados a lograr una mejor expresión. Así, en el futuro se sentirán totalmente seguros al mantener una conversación con los demás. El niño hasta los ocho años tiene una gran capacidad de aprendizaje y está más abierto a procesos de razonamientos lógicos, lo que le ayudará a estudiar mejor en el futuro.

El ajedrez, un juego deporte (Óptimo de 3-8 años)

El juego de ajedrez es una auténtica gimnasia mental que desarrolla la creatividad y las capacidades de concentración, análisis y síntesis. A edades tempranas, el ajedrez ayuda a desarrollar una serie de mecanismos de aprendizaje básicos para su futura etapa como escolar. Las principales capacidades que se desarrollan con el ajedrez son: la capacidad de concentración, la de análisis y la de síntesis. Una de las principales características de este juego es su lógica, potenciando así su capacidad de cálculo.

Estimulación auditiva del bebé (Óptima de 0-6 meses)

Un recién nacido se encuentra perfectamente preparado y dispuesto para recibir estímulos. Hacer preguntas al niño tiene la ventaja de intensificar la participación, incluso en los muy pequeños. Dos reglas básicas son: una pronunciación exagerada y la creación de un diálogo a base de preguntas repetitivas. Durante el primer mes de vida, es aconsejable dirigirse al bebé siempre de frente. Cuando nos dirijamos al bebé he-

mos de recordar que su oído derecho es ligeramente más sensible que el izquierdo en los tres primeros meses de vida. Los niños con madres habladoras muestran mayor facilidad de palabra y un rendimiento mental superior.

Estimulación de la vista: Un mundo de colores (Óptima de 4-8 años)

El color es el protagonista fundamental de la percepción visual. La vista, como todos los sentidos, es una de las vías de entrada al cerebro, a través de ella llegan distintos estímulos al cerebro. Si realmente son estimulantes crearán nuevas conexiones neuronales y si no recorrerán tan sólo las ya existentes. En la estimulación de la vista, los colores nos son muy útiles porque además de la simple sensación, llevan ciertas connotaciones simbólicas asociadas. La manera de estimular al cerebro se realiza a través de la novedad y el contraste.

Orientación espacial: (Óptima de 6-8 años)

La orientación espacial, las nociones de izquierda-derecha y la experiencia del propio esquema corporal son aspectos muy importantes para una inteligencia imaginativa y creadora. Esta capacidad puede estimularse en niños muy pequeños, pero siempre con ejercicios adecuados a su edad y su desarrollo. Algunos de los ejercicios que se proponen para estimular la orientación espacial son:

- ◆ Esquema corporal
- ◆ Orientación espacial de objetos
- ◆ Giro mental de figuras
- ◆ Razonamiento serial
- ◆ Comparación de forma, tamaño y distancia
- ◆ Coordinación óculo-manual
- ◆ Memoria visual

La lateralidad cerebral: Antes de aprender a leer

Existe una relación entre la capacidad de leer y escribir y el desarrollo del cerebro. Muchos de los problemas de lectura y escritura de los chicos a partir de los 6 años se deben a que no han conseguido que uno de los lados de su cuerpo sea el dominante. Alrededor de los 5 o 6 años, uno de los hemisferios (izquierdo o derecho), se define como dominante, de no ser así, el resultado es, generalmente, un problema de lectura. El hemisferio cerebral dominante asume las funciones del lenguaje y el no dominante las del no-lenguaje. Es importante una adecuada lateralización como paso previo para el aprendizaje de la lecto-escritura y la completa madurez del lenguaje. Las consecuencias que suelen producirse por una deficiente lateralidad son:

- ◆ problemas con la lectura
- ◆ problemas con la escritura
- ◆ problemas con la orientación espacial
- ◆ tartamudez
- ◆ dislexia

Sin embargo, en esta etapa no debe forzarse a los niños hacia un lado u otro, se les debe permitir ser zurdos o diestros dándoles toda clase de facilidades.

Una memoria prodigiosa (Óptimo de 3-6 años)

La memoria es una de las capacidades más prodigiosas del ser humano. En los niños, la capacidad de recordar tiene que ver mucho con el desarrollo de la atención y la observación, especialmente a través del sentido de la vista y del oído. La mayoría de los ejercicios de estimulación de la memoria en esta etapa buscan que el niño tome conciencia de lo que ve y oye para luego poder utilizar ese conocimiento cuando desee.

Estimulación visual: Un mundo por los ojos (Óptimo de 0-1 años)

A través de los ojos entran al cerebro del bebé numerosos estímulos y experiencias. La capacidad visual de un niño aumenta con mucha rapidez. El niño no sólo distingue objetos desde su nacimiento, sino que puede fijarse en uno determinado durante un período muy corto. Mediante la estimulación y la visión repetida de objetos adecuados se obtiene la base para su capacidad de concentración y atención. A partir de los dos meses, el niño aprende a situar un objeto en el espacio y desarrollar una coordinación óculo-manual. También se puede ampliar el campo de estimulación con objetos móviles y contrastes de colores, favoreciendo el desarrollo de sus músculos, su capacidad de sujeción y su coordinación. Para mantener vivo el interés de los bebés hay que ir aumentando, gradualmente, la complejidad de los estímulos.

Aprender a escribir (Óptimo de 4-6 años)

La capacidad de escribir está íntimamente relacionado con la de leer en los niños, y ambas van a resultar imprescindibles para su futuro aprendizaje. En principio, no hay que preocuparse demasiado por la limpieza y el niño debe aprender a sujetar el lápiz de forma cómoda. Los métodos que se utilizan son unos ejercicios previos de preescritura para estimular la motricidad fina y a continuación el aprendizaje de las letras. Una vez adquirida cierta habilidad motriz, nuestro hijo podrá aprender a escribir con letras de imprenta porque son más fáciles de aprender. La enseñanza más efectiva de la escritura es la demostración y aplicación verbal de la formación de las letras por parte de los padres.

Bebés matemáticos (Óptimo de 0-2 años)

Con las matemáticas tienen que ver el cálculo, la lógica, la medida, las relaciones espaciales... por lo que además de estimular su inteligencia asentamos la base de su futura etapa escolar. Hay que aprovechar las propias potencialidades naturales de nuestros hijos, ya que entre los 0 y 2 años se establecen los cimientos de lo que posteriormente será el desarrollo del pensamiento lógico-matemático. Un método para realizar

con los niños en casa consiste en la enseñanza del concepto de cantidad de un modo "real", es decir, el niño aprende y deduce por sí solo las reglas que rigen las matemáticas, si nosotros le proveemos de "hechos".

Comprensión del lenguaje (Óptimo de 6-8 años)

El lenguaje es el principal medio de pensamiento para la especie humana, y en especial, de la creación y la imaginación. A través del lenguaje y de las palabras, podemos usar las cosas, manejarlas, sistematizarlas y organizarlas sin tenerlas presentes y sin manipularlas físicamente. Los niños entre los 6 y 8 años, se encuentran en una etapa decisiva para desarrollar la poderosa herramienta intelectual que supone el lenguaje. Con algunos ejercicios se afianza al niño en la comprensión del lenguaje insistiendo fundamentalmente en aspectos semánticos e ideativos. El lenguaje y el pensamiento progresan en correlación, el pensamiento conduce a una expresión más fina y el lenguaje permite al pensamiento hacerse más preciso.

Estimulación sensorial: El mundo por los sentidos (Óptima de 0-6 años)

Desde un bebé recién nacido hasta una persona madura, todo lo que conocemos del mundo que nos rodea proviene de la interpretación de los mensajes recibidos por los sentidos. Cuanto mayor haya sido nuestra actividad sensorial, mayor será la reserva mental de la que dispondremos en el futuro. Hay dos formas de recoger y transmitir la información del mundo exterior:

- ◆ Desde la pasividad e inactividad, esperando ser estimulado.
- ◆ De una forma activa, llevando a cabo un programa de estimulación.

El desarrollo cerebral del niño depende, en gran medida de la cantidad y calidad de los estímulos que recibe, del ambiente que les rodea y de la dedicación de las personas que le cuidan, por tanto, la riqueza de estímulos en intensidad, frecuencia y duración adecuada producirá un buen desarrollo del cerebro. Por eso, una buena educación y estimula-

ción de los sentidos ha de ayudar de una manera armónica a los hijos, de modo que se desarrollen todas sus facetas con la misma intensidad y profundidad.

Principales sentidos

El tacto:

El tacto no es la única de las sensaciones que llegan a través de la piel. Diferentes receptores repartidos por toda la superficie nos proporcionan la regulación de la temperatura y la sensación del frío y calor, etc... Estas sensaciones se recogen en terminaciones nerviosas específicas para cada una de ellas

La visión:

Los ojos y el sistema visual constituyen la vía que capta más información del entorno y el sentido con más alcance respecto a la distancia. La visión es una fuente importante de experiencias y conocimientos del entorno y de uno mismo. A partir de ella se abren las puertas al desarrollo de la mayor parte de las capacidades motrices básicas.

El oído:

Transforma las vibraciones sonoras en impulsos nerviosos. Este órgano sensitivo adquiere una gran importancia en las primeras edades.

La propiocepción:

Puede definirse como la percepción total que tenemos en nuestro cuerpo estático o en movimiento. Una serie de receptores colocados en la piel, los tendones y las articulaciones, permiten localizar la posición de las diferentes partes del cuerpo y tener consciencia de su desplazamiento.

El olfato y el gusto:

Son los sentidos menos importantes con relación a los anteriores. Sin embargo también son vías de entrada al cerebro y contribuyen al desarrollo cerebral.

Bebés guapos e... inteligentes (Óptimo de 0 - 2 años)

La inteligencia infantil es una caja de sorpresas, un mundo por descubrir. Durante el primer año de vida, el cerebro del bebé crece más rápidamente que nunca. Para despertar la inteligencia desde los primeros momentos del nacimiento hay que tener en cuenta que los bebés aprenden más y mejor manipulando que observando pasivamente. Cualquier estímulo es más impactante y eficaz si el niño presta atención y el estímulo es adecuado.

¿Cómo estimular a los bebés?

Utilizar los sentidos: Hay que proporcionarle estímulos variados y precisos de este tipo. Cosquillas y caricias:

Todos a jugar (Óptimo de 2-5 años)

Los niños viven en un mundo de fantasía en el que es posible todo: desde alimentar a una muñeca "para que engorde" hasta convertir un simple palo en un caballo de batalla. Pero el juego no es sólo una forma de entretenimiento para los hijos. Para un niño jugar es vital, es fundamental para su buen desarrollo. El desarrollo intelectual al que llegan los hijos no sólo depende de la genética, también depende del grado de estimulación que han recibido durante sus primeros años, en estos años tienen una capacidad enorme de aprender pero no se trata de forzar el ritmo natural de la maduración, sino de estimularlo y reforzarlo. Para los niños su actividad natural es jugar, a través del juego ponen en práctica todas esas habilidades que favorecen su maduración. Para ellos, el juego más divertido es aprender.

Juegos de reglas (Óptima de 4-6 años)

Jugar es la actividad natural de los niños, y para ellos, es la cosa más seria del mundo. Un niño que no juegue hoy, mañana será un adulto que no podrá pensar, ni actuar. El juego es el gran aprendizaje de la vida, es el trabajo del niño. Los juegos de reglas tienen muchas ventajas estimulantes para los niños, comienzan a desarrollar nociones llamadas "prenuméricas" como clasificación, ordenación ... Estos juegos

son un primer paso en el proceso de socialización del niño. En el terreno de la expresión y de la comunicación, al poder explicar una regla y comentar el juego tendrá que forzarse para expresarse y comunicarse con los demás.

Habilidad manual

En los primeros años del niño, el enriquecimiento del cerebro es consecuencia directa de las conexiones que se efectúan entre las neuronas. Los cinco sentidos sirven de canal o de vía de entrada para que los estímulos externos lleguen a las neuronas y las obliguen a conectarse entre sí. El descubrimiento de las manos y de sus posibilidades puede convertirse en uno de los mejores estímulos del desarrollo cerebral de nuestro hijo. No sólo conseguimos una habilidad manual o una mayor precisión de movimientos. A través del sentido del tacto el niño ejercita su inteligencia y la prepara para aprendizajes posteriores. Es muy importante que nuestro hijo disfrute con distintas tareas manuales: aumenta su capacidad de concentración, satisfacción por hacer algo con las propias manos, desarrolla su actividad y sensibilidad artística, etc. Exigen un espíritu creativo y una cierta investigación e inventiva.

Pensamiento creativo (Óptimo de 6-8 años)

La creatividad hace referencia a esa capacidad innovadora del hombre que no surge de una deducción matemática o lógica. En los niños de 6 a 8 años se les puede educar y enseñar a tener cierta originalidad y a no conformarse con lo típico. Los ejercicios para estimular la creatividad se basan en propuestas de carácter abierto, permitiendo multiplicidad de respuestas, y los padres debemos aceptar preguntas divergentes y curiosas y admitir sus nuevas ideas. Resolviendo de muchas maneras diferentes los problemas facilita el pensamiento productivo frente al reproductivo o repetitivo.

Descubrimiento de las ciencias (Óptima de 6-8 años)

Los niños no necesitan aprender a explorar, preguntar y manipular, nacen con un fuerte deseo de hacerlo. Les produce satisfacción el ser capaces de manejar y controlar cosas y resultados que están más allá

de sus propios cuerpos y les ayudará a comprender mejor el mundo que les rodea. A estas edades pueden descubrir el apasionante campo de las ciencias. Los niños hacen diariamente preguntas sobre el mundo que les rodea, pero para poder entender conceptos y definiciones, ellos lo tienen que haber comprobado mediante exploración y manipulación.

Desarrollar la sociabilidad (Óptima de 1-3 años)

La sociabilidad es una faceta importante de la personalidad de los niños. El trato habitual con otras personas, ya sean niños o adultos, hará que nuestros hijos fortalezcan su autoestima y desarrollen valores tan fundamentales como la generosidad o la amistad, esenciales para su educación. La estimulación de la sociabilidad resulta prioritaria para un desarrollo completo de la personalidad, aunque no se trata de una capacidad plenamente intelectual. Entre su primer y tercer año de vida se producen una serie de cambios que llevan a una mayor madurez de esta capacidad, es el momento de enseñarles lo que significa el respeto a los demás, la relación con los demás, la expresión de los propios sentimientos Según va creciendo al niño le gusta colaborar más, cambiará su actitud y comenzará a aceptar la ayuda de los demás. A los tres años sabe esperar y controlar más sus impulsos.

Resumen de los periodos sensitivos

- ◆ Música: Antes nacimiento hasta los 3 años y medio.
- ◆ Andar: Entre los 10 y los 18 meses.
- ◆ Equilibrio: De 3 a 5 años.
- ◆ Lateralidad De 6 meses hasta los 8 años.
- ◆ Mio, tuyo: De 2 a 3 años y medio.
- ◆ Yo (descubrimiento): Desde los 2 años y medio hasta casi los 4.
- ◆ Deportes: De 6 a 12 años.

- ◆ Hablar: De 1 a 4 años.
- ◆ Idiomas: De 1 a 8 años.
- ◆ Memoria: De 2 a 8 años.
- ◆ Leer: De 3 a 8 años.
- ◆ Escribir: De 4 a 9 años.
- ◆ Calculo mental: De 3 a 10 años.
- ◆ Imaginación: De 5 a 11 años.
- ◆ Habilidades básicas pensamiento: De 6 a 12 años.
- ◆ Juegos simbólicos: De 4 a 12 años.
- ◆ Estrategias: De 4 a 12 años.
- ◆ Orden: De 6 meses a 5 años.
- ◆ Sinceridad: De 3 a 9 años.
- ◆ Obediencia: De 4 a 10 años.
- ◆ Generosidad y laboriosidad: De 7 a 12 años.
- ◆ Responsabilidad: De 7 a 12 años.
- ◆ Reciedumbre y justicia: De 7 a 12 años.
- ◆ Constancia: De 7 a 12 años.
- ◆ Afán de superación: De 7 a 12 años.
- ◆ Compañerismo: De 7 a 12 años.
- ◆ Desarrollo moral básico: De 7 a 12 años.

- ◆ Solidaridad y justicia social : De 14 a 20 años.
- ◆ Ayudar a los demás: De 14 a 16 años.
- ◆ Pudor: De 12 a 16 años.
- ◆ Amistad: De 12 a 16 años.
- ◆ Templanza: De 12 a 16 años.
- ◆ Amor a Dios, ejemplo padres: De 6 meses a 6 años.
- ◆ Practicas de piedad: De 1 a 8 años.
- ◆ Hacer suya la creencia en DIOS: De 6 a 12 años.
- ◆ Consolidar la fe: De 14 a 20 años.

Terminan períodos sensitivos

