

## GUÍA DE TRABAJO N° 6: LAS FUNCIONES EJECUTIVAS Y EL PODER DEL JUEGO

Estimados apoderados:

En esta sexta guía nos centraremos en un conjunto de habilidades cerebrales fundamentales para el éxito escolar de sus hijos: las funciones ejecutivas. Estas funcionan como la "torre de control" del cerebro e incluyen la atención, la memoria de trabajo, la autorregulación, el razonamiento y la resolución de problemas.

Estas destrezas de pensamiento y planificación se desarrollan a lo largo de la infancia y permiten a los niños organizar, priorizar y alcanzar metas. La ciencia nos demuestra que los entornos estables, consistentes y desafiantes fomentan profundamente el desarrollo de estas funciones ejecutivas.

Una de las herramientas más poderosas y naturales para potenciar este desarrollo neurológico no es sentarlos a memorizar, sino brindarles espacios de juego. El juego promueve un aprendizaje entretenido que estimula directamente la autorregulación y las competencias lingüísticas, cognitivas y sociales.

Para ayudarlos a entrenar esta "torre de control" cerebral desde casa, les proponemos las siguientes dos actividades prácticas:

### ACTIVIDAD 1: EL JUEGO SIMBÓLICO Y LA PLANIFICACIÓN

**Objetivo:** Desarrollar la memoria de trabajo, el lenguaje y la capacidad de planificar secuencias lógicas.

**Cómo hacerlo:**

1. Fomenten el "juego simbólico" (jugar al doctor, al supermercado, a la escuela o a los bomberos). En este tipo de juegos, el niño utiliza la imitación para reproducir escenas de la vida real, modificándolas de acuerdo con sus propias necesidades y sentimientos.
2. Antes de empezar, invítenlos a planificar en voz alta: "*¿Qué materiales necesitamos para jugar al supermercado? ¿Qué haremos primero y qué haremos después?*".
3. Participen siguiendo la iniciativa del niño. Ustedes pueden presentar pequeños problemas dentro del juego (por ejemplo, "*señor vendedor, no tengo dinero para pagar, ¿qué podemos hacer?*") para estimular su pensamiento y ampliar su aprendizaje, pero permitiendo que ellos dirijan la actividad y busquen soluciones.
4. Explicar y señalar cómo se logran los objetivos durante el juego ayuda físicamente al lóbulo frontal de su cerebro a comprender los patrones y los procesos del pensamiento lógico.



## **ACTIVIDAD 2: RUTINAS CON "ANDAMIAJE" (LA AYUDA JUSTA)**

**Objetivo:** Fomentar la resolución de problemas, el pensamiento secuencial y la autonomía frente a los desafíos cotidianos. **Cómo hacerlo:**

1. Elijan una actividad de la vida diaria que requiera seguir pasos estructurados, como preparar una receta sencilla (ej. una ensalada de frutas), ordenar su mochila para el día siguiente o establecer la secuencia para irse a dormir.
2. Ayuden a su hijo a organizar la tarea, repasando qué sucede primero, qué viene después y qué pasa al final. Ofrecer esta estructura hace que el cerebro del niño practique la anticipación.
3. Apliquen la técnica neuroeducativa del "andamiaje", que consiste en ofrecerles únicamente la ayuda mínima y temporal que necesitan para no frustrarse, pero dejándolos hacer el esfuerzo principal.
4. Permitan el aprendizaje por ensayo y error. Si se equivocan o algo no resulta a la primera, no lo resuelvan por ellos de inmediato. Superar pequeños fracasos con su apoyo entusiasta les ayuda a progresar hacia un pensamiento más maduro y a fortalecer sus funciones ejecutivas.

Al darles la oportunidad de practicar tareas paso a paso, no solo los desafían intelectualmente de forma divertida, sino que fomentan conexiones vitales en el lóbulo frontal de su cerebro, preparándolos para ser estudiantes organizados, reflexivos y autónomos.

# **¡HASTA LA PRÓXIMA!**