Algunos posibles signos de advertencia de un problema de función ejecutiva:

- ◯ Tiene dificultades con la administración del tiempo
- ◯ Dificultad para comenzar tareas por sí mismo
- ◯ Es desorganizado
- ◯ Dificultad al usar y aplicar la información de memoria
- ◯ Olvida las reglas fácilmente
- ◯ Tiene dificultades para planificar y realizar proyectos
- ◯ Necesita seguir rutinas rígidas
- ◯ Le desagrada el cambio
- ◯ Parece impulsivo
- ◯ Control emocional inadecuado
- ◯ Tiene dificultades con las tareas de final abierto

Las habilidades de funciones ejecutivas son habilidades aprendidas. Con práctica y un poco de ayuda, todos los niños pueden mejorar sus funciones ejecutivas.
¡La práctica hace al maestro!

Si tiene cualquier inquietud sobre el desarrollo de su niño, hable con su proveedor de atención a la salud.

¡Visite www.pathways.org!

Todos los hitos del Pathways.org están apoyados por hallazgos de la Academia Estadounidense de Pediatría.

Todos los más de 300 juegos de Pathways.org los han desarrollado terapeutas pediátricos certificados.

Pathways.org entrega a los padres y profesionales de la salud herramientas y recursos GRATIS para optimizar el desarrollo motriz, sensorial y comunicacional del niño.

friends@pathways.org
www.pathways.org

Puede Copiar Libremente
NO CAMBIE EL CONTENIDO. DEBE DARSE CRÉDITO A PATHWAYS.ORG.
Necesita permiso de Pathways.org para citar o mencionar éste contenido. Los materiales son proveido a gratis; no debe de aver ningúnos cargos sin obtener, primero, el permiso en escrito de Pathways.org.
© Copyright 2020

Pathways.org es una organización sin fines de lucro 501(c)(3)

Función Ejecutiva

Herramientas GRATUITAS para maximizar el desarrollo infantil

Pathways.org es una organización sin fines de lucro 501(c)(3)

¿Cuáles son las habilidades de funciones ejecutivas?

Las habilidades de funciones ejecutivas nos ayudan a organizar la información, administrar el tiempo, actuar apropiadamente completar los pasos para alcanzar una meta.

Áreas clave de la función ejecutiva

Memoria de trabajo

- Toma nueva información y la utiliza para completar una tarea
  p. ej., sigue instrucciones sencillas de los adultos sin recordatorios
- Recuerda y organiza piezas clave de información para las actividades
  p. ej., participa en un juego de mesa usando las reglas

Autocontrol

- Piensa antes de actuar y mantiene controlados sus sentimientos
  p. ej., levanta la mano en clase en lugar de gritar
- Administra el tiempo comenzando y terminando las actividades cuando se necesita
  p. ej., comienza una rutina de la mañana como ponerse la ropa sin distraerse

Flexibilidad mental

- Se ajusta a las situaciones cambiantes, especialmente cuando las cosas no salen según lo planeado
  p. ej., pasa fácilmente del tiempo de juego a la hora de la cena
- Tiene en consideración diferentes puntos de vista
  p. ej., utiliza la resolución de problemas para corregir un error de la tarea

Nota: estas son tres áreas comúnmente reconocidas de función ejecutiva.

Actividades para desarrollar las habilidades de la función ejecutiva:

Su hijo desarrolla habilidades de función ejecutiva a través de sus interacciones sociales, tiempo de juego y actividades cotidianas. Éstos son algunos consejos y actividades que usted puede usar para ayudar a su niño a aprender y mejorar sus habilidades de funciones ejecutivas.

6-12 Meses

- ○ Juegue a Esconder el rostro a fin de practicar el recordar dónde está un objeto, aunque no se le pueda ver
- ○ Hable a menudo con el bebé para ayudar a desarrollar las habilidades de atención y concentración
- ○ Ofrezca juguetes y objetos domésticos (como cucharas o cacerolas) apropiados para cada edad a fin de que los explore el bebé
- ○ Utilice juegos de imitación; p. ej., aplaudir, para desarrollar actividades de memoria y enseñarle al bebé cómo copiarle

13-24 Meses

- ○ Juegue juegos de apuntar con el dedo; p. ej., apuntar y decir el nombre de los objetos, de modo que el niño pueda practicar el prestar atención y aprender cómo se relacionan las palabras con los objetos
- ○ Ofrezca instrucciones sencillas para mejorar las habilidades de escucha, recordar instrucciones y comenzar nuevas tareas
- ○ Pruebe pintar con los dedos con diferentes colores para estimular el pensamiento creativo
- ○ Recoja y vierta frijoles de una cubeta a otra con un vaso de plástico, lo que puede ayudar a los niños a aprender a concentrarse en una tarea concreta

2-3 Años

- ○ Canten canciones y jueguen juegos que incluyan instrucciones p. ej. "¿Puedo, mamá?" para practicar cómo hacer turnos y recordar palabras suficiente tiempo como para completar una acción
- ○ Jueguen en diferentes entornos para practicar el ajuste a nuevas experiencias
- ○ Guarden los juguetes y los juegos después de usarlos para desarrollar las habilidades de organización
- ○ Juegen Seguir al líder a fin de desarrollar habilidades de eschucha, la capacidad de seguir instrucciones y aprender a esperar su turno

4-5 Años

- ○ Fomente el juego imaginario para practicar la toma de decisiones
- ○ Tenga un tiempo de artesanías para desarollar las habilidades de pensamiento creativo
- ○ Utilice la narración de cuentos para reflexionar sobre el orden y los detalles de los acontecimientos
- ○ Hágale preguntas al niño mientras lleva a cabo rompecabezas o juegos para ayudarle a pensar sobre los pasos que da
- ○ Construyan formas o figuras juntos con bloques de construcción o arcilla, para desarrollar habilidades de planificación y llevar a cabo tareas de pasos múltiples

5+ Años

- ○ Jueguen juegos que utilicen emparejar, clasificar y recordar información, p. ej., Ve a pescar
- ○ Participen en actividades que exijan seguir instrucciones, p. ej., juegos de mesa
- ○ Jueguen juegos como "Simón dice" para practicar el recuerdo de reglas y pensar de modo flexible a fin de adaptarse a diferentes escenarios
- ○ Utilice actividades físicas estructuradas, como fútbol soccer en grupo, para desarrollar las habilidades de atención concentrada
- ○ Ofrezca oportunidades para practicar la toma de decisiones, p. ej., decidiendo una actividad y cómo completarla
- ○ Jueguen a adivinanzas como Veo para practicar recordar las anteriores conjeturas y entender el objetivo final del juego

Visite www.Pathways.org para encontrar más recursos GRATUITOS sobre el desarrollo infantil.

Pathways.org es una organización sin fines de lucro 501(c)(3