



para papás
con Niños
Increíbles



las
Pantallas
también
Educación



¿Cuál es el
Deporte
Ideal?

Estimulación temprana

Clínica de gafeo


Clínica de estimulación de lenguaje



Asesorías de crianza

Storytime, cuentos sensoriales.

Valoración del desarrollo

 Tel: 55180214141

 @_little_mates

¡Contáctanos!



¿Dónde Estamos?



 @_little_mates

 (55)1802 4141

Calle 14 no. 236, entre
calle 5 y Vista Alegre Norte.
(Cerca de lavaderos de autos
VW Altabrisa)

Cuando la Pantalla también Educa



Aquí no podemos culpar a las pantallas, porque ellas sólo transmiten lo que se les pide o lo que esté programado, el problema es que muchos padres no tienen el tiempo o interés para investigar un poquitín sobre el contenido de los programas, películas, series, canciones y youtubers a los que se expondrán sus criaturas.

Además, hay una creencia generalizada en dar por sentado que si no llora, no grita o no se tira al piso, convulsionando con espuma en la boca, entonces no se espanta ni se incomoda al ver que un tiranosaurio muerde y parte en dos a una persona, salpicando tanta sangre que se forma un charco bajo sus garras.

Aquí te damos algunas consecuencias de lo que pueden generar aquellas escenas que funcionan precisamente para captar y atrapar la atención de los pequeños, medianos y grandes, que pueden ser tediosas y aburridas para unos, pero impactantes y muy "educativas" para otros.



la
Violencia es
Atractiva

Una de las razones que nos arrastra al cine es la acción y la violencia con la que los héroes salvan el día, pero:

las investigaciones demuestran que la exposición CONSTANTE a la violencia refuerza la idea de que es una opción adecuada y justa para resolver problemas cuando

1 es ejecutada en un entorno divertido y emocionante,

2 por un personaje atractivo, exitoso y

3 quien siempre termina sin consecuencias ni heridas.

Además, la mayoría de las proyecciones hacen a un lado la tolerancia racial, porque presentan a los villanos como originarios de una raza extranjera.



el Miedo no es para todas las Edades

5 años y menos

Monstruos, imágenes visuales aterradoras y transformaciones físicas, pueden asustar a los chicos, quienes saldrán corriendo tras las espaldas de sus padres, porque para ellos, lo que ven, es tan cierto como los muebles que tiene en casa.

5 a 8 años

Como ya tienen más conciencia de la vida y la muerte, pueden sentirse incómodos y asustados al ver la muerte de papá, mamá, un niño abandonado o separado de sus padres, desastres naturales y animales agredidos.

8 a 12 años

Ya son niños de primaria alta y algunos comienzan su vida en secundaria, pero eso no significa que tengan nervios de acero frente a las escenas de amenazas y peligros en extremo realistas, como las fatales mordidas de un T-Rex que salpica las pantallas de sangre al desmembrar cuerpos humanos, y también las historias en que los niños son amenazados.



ser **Sexy** desde chiquitos

Muchos padres todavía creen que la inocencia es algo que nunca se pierde, aunque los chicos y chicas vean escenas de programas, películas o escuchen canciones con referencias sexuales para edades más maduras.

Lo que de verdad ocurre, es que tras la exposición continua a esta clase de mensajes se normalizan los estereotipos sobre las mujeres como objeto sexual, o bien, fomenta que los niños adopten, por imitación, un comportamiento sexual muy temprano.



Y lo podemos observar en las cientos de fotografías que muchas niñas, vestidas y maquilladas para aparentar mayor edad, suben a sus redes sociales en posturas y situaciones que les generan problemas de acoso por parte de personas mayores.

¿Dónde aprendió esa palabra?

Un día tus hijos aprenden a decir ¡mamá! y al otro te sorprenden con palabras que, exactamente, no te hacen sentir muy orgullosa, y tú te preguntas, ¿dónde aprendió esa palabra?

La respuesta está a un click de distancia, porque a partir de las caricaturas producidas para niños de 4 años, se incluyen palabras como TONTO, que cuando las dicen los héroes de la historia en contextos divertidos, las normalizan al grado de generar la repetición en niños que todavía no comprenden la diferencia entre realidad y ficción.

Y si hablamos de los diálogos para niños mayores, encontramos palabras que van de idiota a imbécil, repetidas hasta cinco veces en tres minutos.

¿Cómo controlar las pantallas?

Es imposible construir un muro alrededor de nuestros hijos, pero sí podemos ser ojos y oídos con los contenidos musicales y de video que consumen, y evaluarlos con la moral que existe en casa, preguntándonos a nosotros mismos ¿esto es bueno para mis hijos? - ¿por qué? 😊



¿Cuál es el mejor deporte?

Si tus hijos hacen deporte o ya están a punto de iniciar en alguna práctica deportiva, tenemos información que te será muy útil, con la que podrás evaluar cuál es el mejor deporte de acuerdo con su **EDAD**.

Pero, si los gustos están enfocados en películas, series y videos, aquí encontrarás mucha información sobre ¿por qué no TODOS los contenidos son adecuados para TODOS los niños? Aunque suene a broma, pero las pantallas enseñan, y a veces enseñan de más.

Y si decides encender la pantalla, te recomendamos una caricatura perfecta para los mayores de **3** años: Meka Builders, que además de la energía y diversión que caracteriza a los personajes de Plaza Sésamo, utilizan el método de enseñanza **STEM** en los historias en donde comparten información básica de la ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas. Vale la pena verla 😊

Soy **Eduardo Álvarez**
papá y periodista



Número 8, Año 4

Tiempo de Niños es una publicación digital mensual de distribución gratuita. Los editores no somos responsables del contenido de los anuncios publicitarios. Todos los derechos reservados.



tiempodenios.com



tdnmerida@gmail.com



9992 36 8398



@tdnmerida



facebook.com/tdnmid



tdnmerida

Editor General Eduardo Álvarez
Co-Editor Verónica Martínez

Contacto
tdnmerida@gmail.com – 999 236 8398

Diseño y Composición Colmillo Creativo

Dirección de contacto
Calle 71 #604, col. Herradura 3, Mérida

Contenido Tiempo de Niños

Fotos e ilustraciones
Tiempo de Niños, Pexels. Vecteezy, Unsplash

las Narices **Felices** respiran mejor

Los Aceites Esenciales
alivian los síntomas
causados por las alergias
en los niños



Oxigenan el
sistema
respiratorio

Duermen sin
molestias

Respiran
Mejor

Consultor
especializado



9991 157669

el deporte Ideal

¿Cuál deporte o actividad física practica tu hija o tu hijo? ¿Les apasiona? O te apasiona más a ti, tanto, que ya hasta planeaste cómo podría ser su futuro en las ligas mayores, o quizá sólo le exiges que sea el jugador más valioso de su equipo, o clase, o escuela.

3 a 5 años

Habilidades motoras

Correr, saltar, lanzar, hacer equilibrio.
Habilidades básicas.

Aprendizaje

Tiempo de atención muy corto. Aprenden mejor por imitación.

Habilidades en Desarrollo

El deporte es una forma de juego. Probar diferentes actividades es más importante que competir.

Madurez

Su visión está en proceso de desarrollo. Dificultad para seguir instrucciones y alcanzar objetos en movimiento.



Actividades Sugeridas

Correr, volteretas, lanzar y atrapar pelotas y manejar triciclo.



Sin duda, hacer deporte es una de las actividades que más beneficios brinda a la salud de nuestros niños en diferentes áreas, tanto físicas, mentales y sociales.

Además, los aleja de los juegos de video, internet, televisión y el sedentarismo, ese sí, de la vida moderna, en donde por diversos motivos se ha suprimido el juego en la calle con los amigos de la cuadra.

Sin embargo, la práctica deportiva a corta edad, puede generar resultados diferentes a los deseados, como: esguinces, fracturas y lesiones que en conjunto debilitan la fortaleza del cuerpo para la edad adulta y/o generan el abandono temprano del deporte en general.

6 a 9 años

Habilidades motoras

Desarrollan habilidades más difíciles, como lanzar a mayor distancia.

Aprendizaje

Tiempo de atención corto. Se les dificulta recordar detalles y hacer decisiones rápidas.

Habilidades en Desarrollo

practica habilidades básicas y desarrolla otras más difíciles.

Madurez

Mayor capacidad para atrapar objetos veloces, pero aún no visualiza hacia dónde se mueven.

Actividades Sugeridas

Soccer, basquetbol, natación, atletismo, gimnasia, patinaje, baile, danza, tenis, bicicleta, artes marciales sin contacto.



¿Cuál es el Deporte Ideal?

De acuerdo con los expertos, encontramos que existen 5 factores y beneficios a considerar para la práctica deportiva de los niños: 1. Edad, 2. Lesiones comunes, 3. Actividad física, 4. Actividad Psico-social, 5. Interés personal.

Todos estos puntos son importantes, ya que si antes de entrar al campo de soccer llora y te pide regresar a casa para ver TV, es muy claro que no le interesa meter ningún gol, y obligarlos, te dará un marcador negativo en la relación familiar.

10 a 12 años

Habilidades motoras

Dominan habilidades más complicadas, como golpear una pelota de beisbol.

Madurez

Su desarrollo casi llega al nivel de un adulto.

Aprendizaje

Mejora su atención y capacidad para recordar.

Habilidades en Desarrollo

Comprende y aprende mejor tácticas y estrategias de juego.

Actividades Sugeridas

Futbol Americano, basketbol, voleibol y hockey sobre hielo o pasto, más las anteriores.



Acerca de las lesiones tempranas, todo entrenador certificado y profesional podrá decirte cuáles son las lesiones más comunes que se presentan, y así, evaluar, por ejemplo, si es conveniente la práctica de basketball para un niño que también toca el piano o la guitarra.

O bien, si dentro de los intereses está la convivencia con otros niños, considera que la natación o tenis, son deportes que los aíslan y no permiten la plática y juego libre que suele darse en otras disciplinas fuera del agua o sin una red de por medio.

Por eso, te compartimos estos **CUADROS**, elaborado con datos de la **Sociedad Pediátrica Canadiense**, en el que encontrarás cuál es el deporte que más beneficia a los niños de acuerdo con su edad.

13 a 15 años

Habilidades motoras

Se reduce la flexibilidad. Mayor crecimiento, en diferentes áreas, por etapas.

Madurez

Alcanzará el desarrollo completo de su cuerpo.

Aprendizaje

Aumenta el tiempo de atención. Recuerda jugadas y estrategias.

Habilidades en Desarrollo

Mayor resistencia y empeño deportivo de manera individual.

Actividades Sugeridas

Atletismo, voleibol, basquetbol, hockey en hielo y pasto, gimnasia y patinaje.



Si tus hijos son menores de seis años, es importante considerar algunos puntos adicionales para su práctica deportiva, como:

- Tiempo reducido de entrenamiento.
- Equipo adecuado a su tamaño.
- Rotar constantemente las posiciones en el equipo.
- Evitar la presión por ganar. Es innecesaria.
- Tomar un receso uno o dos periodos al año, para acercarlo a clases de música o arte.

Nos vemos en la meta 😊

16 a 18 años

Habilidades motoras

Cercanas al nivel de los adultos

Aprendizaje

Mejora el tiempo de atención.
Buena memoria en jugadas y estrategias.

Habilidades en Desarrollo

Mayor resistencia y desempeño deportivo de manera individual.

Madurez

Desarrollo completo de su cuerpo.



Actividades Sugeridas

Cualquier deporte, de acuerdo con su interés.



MEKA review

BUILDERS

Los personajes más famosos de Plaza Sésamo (Elmo, Abby y el Come Galletas), se transforman en héroes que salvan el día.

POSITIVO mantienen los rasgos de su personalidad que atraen a los niños, pero ahora, se visten con unos **super trajes mecánicos** tal como Iron Man, sólo que ellos no combaten, sino que solucionan problemas y situaciones que pueden venir desde el espacio exterior.

Una serie con un alto grado educativo que tiene elementos de **STEM**, un sistema educativo científico que agrupa cuatro campos de estudio: ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas, con énfasis en la innovación, resolución de problemas y el pensamiento crítico.

En los episodios, los personajes aprenden información básica sobre meteoritos, rocas, telescopios, arena, etc., y que los problemas se pueden resolver en equipo. A partir de los **3** años, los niños la disfrutarán bastante.



imágenes
con fines
didácticos

Soy Eduardo Alvarez,
papá y periodista