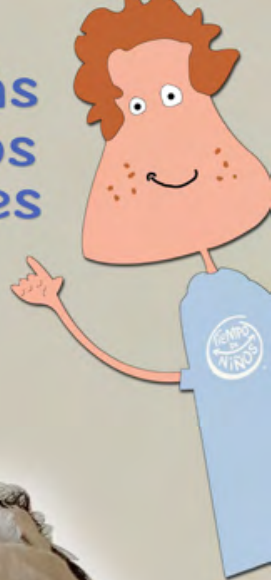




para papás
con Niños
Increíbles



El
Disfraz
y sus
Ventajas

¿Por qué
tiene
MIEDO?

noviembre 2023



• Alergias • Golpes • Mareos

Los Aceites Esenciales
tienen beneficios
contra los malestares
comunes en los niños




Oxigenan el
sistema
respiratorio

Duermen sin
molestias

Sensación
de **alivio**

Consultor
especializado

 9991 157669

¿Por qué les encanta **Disfrazarse?**



Esta es una de las mejores épocas del año para que los niños se conviertan en sus personajes favoritos, una época en donde las fantasías tienen total libertad en los juegos de roles, y sólo necesitan **ponerse un disfraz**.

Y no se requiere mucha inversión, porque la mente de nuestro hijos ve la realidad de una manera diferente a nosotros, los adultos. Para ellos, el disfraz puede constar sólo de una máscara o un casco y un par de guantes, claro que si se puede aumentar el guardarropa, mucho mejor.

Así que abre la puerta de todas las posibilidades, ya sea de bombero, chef, mago, princesa, zombi, monstruo, calavera, bruja, hasta de mamá y papá, porque a la hora del disfraz, los niños se visten solos.

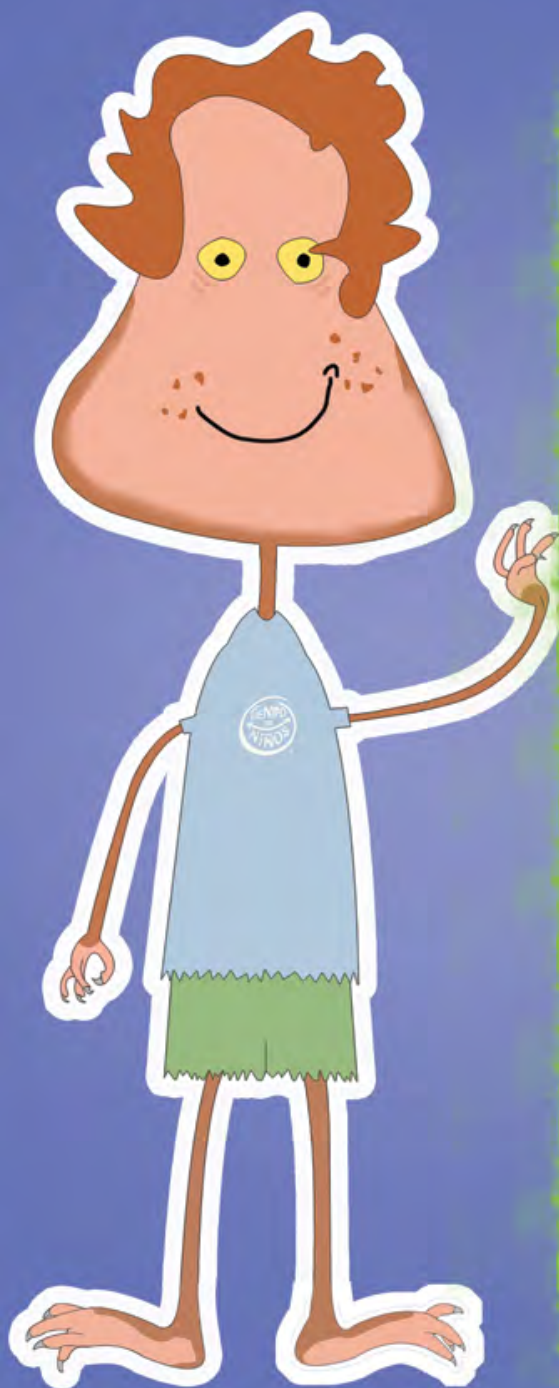
¿Por qué se Disfrazan?



Disfrazarse, es convertirse en otro, asumir una personalidad nueva, con otras actitudes y hasta con una voz diferente. Y cuando se ven en el espejo o en una fotografía, comprueban que por unos instantes lograron ser otra persona.

Es el momento en que pueden ser lo que quieran ser sin límites, y lo disfrutan, incluso hasta van a la calle con sus propios disfraces inventados, porque lo mejor del disfraz, es que no tiene que ser de marca registrada o tener las puntadas de una modista. Muchos niños y papás han creado disfraces súper creativos, con sólo cajas, telas y colores.

Gladys Barrera, psicóloga infantil y diferentes organismos internacionales, confirman que entre los principales beneficios que tiene disfrazarse, están el desarrollo de la creatividad y la imaginación, eso si, debe ser una actividad libre, no obligada.



“Son momentos de mucha libertad porque no se sienten juzgados y para los niños resulta divertido, además, no hay exigencias y les ayuda a fortalecer y construir su personalidad”, resalta la psicóloga.

“En esta actividad se encuentran tantos beneficios que no debemos limitarnos a realizarla sólo una o dos veces al año. Te sugerimos que para liberar el lado creativo de tus hijos, los armes de un baúl, caja o cesto especial en donde puedan guardar las diferentes prendas, cartones, utilería, etc., que les ayude a crear o inventar sus propios personajes”.

La **psicóloga infantil**, también recomendó utilizar el disfraz como una forma de reforzar la hora del cuento antes de dormir, utilizando como papá, mamá, abuelos o hijo, un sombrero o una tela, porque se hace más vivencial la fantasía, con lo que además de aumentar el interés por la historia que se lee, motiva la lectura y los acerca a la actuación.

los 5 Beneficios del Disfraz



★ Motiva la
imaginación

★ Seguridad
en sí mismos

★ Autonomía
y autoestima

★ Acercamiento
a las artes

★ Impulsa su
creatividad

Con el disfraz pueden expresar su creatividad, diseñando su propia versión o personaje con ropa que ya no utilizan, además, los niños son más autónomos porque logran vestirse solos, desarrollado así mayor confianza en sí mismos, lo que los anima a moverse con más soltura y hablar más fuerte, inventando diálogos y voces, como si fueran actores que interpretan un papel.

Y ustedes, ¿de qué se van a disfrazar?

pequeñas
GRANDES
IDEAS



**El bazar donde tus
hijos podrán mostrar
todo lo que **CREAN****



porque los niños son increíbles

PRETEXTOS PARA DISFRAZARSE

Te damos más pretextos para que las brujas, hombre vampiros, monstruos, pero también bomberos, astronautas y diferentes super héroes salten, brinquen y corran por la sala de tu casa y hasta se suban al carro para dar una épica vuelta por la ciudad. Hablamos de los **disfraces**, que en estos meses abren la puerta a la imaginación y además, mucho ayudan a estimular distintas áreas del desarrollo infantil.

Claro que, de acuerdo con la edad, la noche se convierte en el escenario donde las sombras, son el escondite ideal de **temores y miedos** para los niños, una etapa llena de emociones, en la que si los papás y mamás los acompañamos en el proceso, les será más agradable atravesarla.

Y para que ver la pantalla sea más divertido y hasta provechoso, te recomendamos una serie animada que pone a las matemáticas en un nivel amigable y divertido: **Pea + Cat**.

FELIZ NOVIEMBRE ☺

Soy **Eduardo Álvarez**
papá y periodista



Número 10, Año 3

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

Diseño y Composición Colmillo Creativo

Contenido Tiempo de Niños

Contenido
tdnmerida@gmail.com – 999 236 8398

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

Fotos e ilustraciones
Tiempo de Niños, Pexels.

"TENGO MIEDO"

Recuerdas cuando eras niña o niño, ¿cuánto miedo te daba estar solo, la oscuridad o ir a la cama?



"**Tengo Miedo**" es una frase recurrente en nuestros hijos, sobre todo para los pequeños de 3 a 7 años que no quieren dormir solos, porque la oscuridad se convierte en el aliado perfecto de brujas y monstruos ocultos bajo la cama o dentro del ropero. Claro, para los adultos son sólo fantasías, pero para los niños, **no**.

La psicóloga infantil, **Elba Melgoza**, nos dijo que "el miedo es una emoción que forma parte del desarrollo", y madurará conforme los niños crezcan, pero nunca desaparecerá, sino que se transformará en otros personajes o situaciones, si a los 3 años los animales grandes causan temor, a los 7 lo hará la oscuridad.

Para muchos niños es una etapa difícil de enfrentar que inicia a los 3 años y termina alrededor de los 11, pero que se puede controlar con diferentes estrategias para anticiparse a la hora de dormir, como:

3 Oración nocturna

2 Leer un cuento

1 Un baño antes de acostarse

4 Un masaje con aceites

5 Respiraciones de relajación

6 Un recuento de lo más hermoso del día



BUENAS NOCHES


Una técnica útil para la hora de dormir, y ayudar a que tu hijo pueda conciliar el sueño solo y fomentar su independencia, es avisarle al pequeño que regresarán a verlo más noche, por ejemplo, pueden empezar con sólo 5 minutos, y conforme se note un progreso en la confianza, van alargando los tiempos.

Tus hijos tendrán más confianza en sí mismos, si logran tranquilizarse antes de la despedida y conciliar el sueño solos.



Otra estrategia, que tiene que ver con el modelo de crianza en donde se respetan los tiempos de madurez de los pequeños, es acompañarlos si los miedos siguen siendo frecuentes, pero haciéndoles notar la diferencia entre realidad y fantasía.

Elba Melgoza, recomienda que como padres le mostremos a los niños que el miedo es una emoción normal, creando un ambiente de seguridad y tranquilidad, educando sin gritos, castigos o discusiones, y algo muy importante, nunca educar utilizando el miedo como herramienta o amenaza: "duérmete, porque viene el coco y te comerá".

A photograph of a man with a beard and glasses, wearing a white t-shirt, lying on his back on a bed. He is holding a young child with curly hair, wearing a yellow long-sleeved shirt and a light-colored skirt, up in the air with both hands. The child is looking down towards the man. The background is a bright, slightly blurred indoor setting, possibly a bedroom. A pinkish-purple gradient box is overlaid on the right side of the image, containing text.

Es importante considerar que para los niños, la tranquilidad sólo llega sintiendo a sus padres cerca, porque así, se sienten seguros, protegidos y respaldados.



MIEDO

SEGÚN LA EDAD

LOS MENORES DE 3 AÑOS

suelen sentir miedo a los animales grandes, médicos, la oscuridad y a separarse de sus papás

A PARTIR DE LOS 4 AÑOS

es cuando traslapan la fantasía con seres irreales como monstruos, brujas, le temen a la oscuridad y al daño físico.

DE LOS 6 A LOS 7 AÑOS

los temores son a la oscuridad, ladrones y a veces a la escuela, por separarse de sus padres.

SI TIENEN DE 8 A 10 AÑOS

tienen temor a la muerte, daño físico y a cometer errores frente a sus compañeros en la escuela



Peg + Gato

Ya sea con números o figuras geométricas, su objetivo es muy claro, hacer divertidas las matemáticas y a la par, mostrar a los niños de **3 A 5 AÑOS** cómo se utilizan en la vida cotidiana?

Desde el inicio, podemos ver a **PEG + GATO** cantando una canción precisamente de números y sumas, y en el fondo de la ilustración, observar algunos elementos matemáticos.

Sumas, restas, agrupación de elementos, figuras geométricas, comparativos de volumen y más conceptos son transmitidos a los niños como parte de la cotidianidad.

13

Una serie con mucha música, efectos de sonido y argumentos originales que son atractivos y fáciles de entender para los niños de **3 A 5 AÑOS**, pero que pueden atraer hasta a los de 8 años.

Y además de ser una excelente herramienta para mostrar el lado divertido y amable de las matemáticas, sus personajes con buenos ejemplos de: trabajo en equipo, amabilidad, amistad y hasta una técnica de autocontrol en donde **PEG** realiza un conteo de números hacia atrás para calmar los nervios.



imágenes
con fines
didácticos

Soy **Eduardo Álvarez**
papá y periodista