

ideas para Padres

Maneras fáciles para crear relaciones positivas para y con su hijo

Agregando el arte al tiempo de familia

DATOS RAPIDOS

Valores
Fundamentales #17
Actividades
Creativas

Los jóvenes son más probables de crecer saludablemente cuando pasan tres o mas horas a la semana en la música, el teatro u otra forma de arte.

EL 20%

de los jóvenes encuestados por el instituto de investigación consideran este elemento como fundamental en sus vidas.

Qué significan los elementos fundamentales?

Son 40 valores, experiencias y cualidades que ayudan a los niños triunfar. "Actividades Creativas" es uno en cuatro valores constructivos para el uso del tiempo.

*Basado en las 217,277 encuestas realizadas por Seach Institute a alumnos del 6to al 12mo grado en los Estados Unidos durante el año escolar de 1999-2000.

Mencione pintura y muchas personas piensan en Picasso. Mencione música y el nombre Mozart, Erykah Badu, Selena o los Rolling Stones viene a la mente.

Rara vez pensamos en nosotros mismos o en nuestros hijos como pintores o músicos.

Sin embargo, todos nosotros somos artistas de cierta manera. Pensamos en maneras creativas para sorprender a alguien en su cumpleaños. Tarareamos a las notas que salen en la radio. Bailamos cuando estamos de buen humor.

Estas estalladas de expresiones artísticas son maneras importantes en que comunicamos nuestra unicidad. Al traer más arte y música a nuestro hogar, estamos desarrollando otro lado de personalidad, talento y habilidad de nuestros hijos.

Algunas maneras fáciles de hacerlo son:

- Conviértase en un crítico de ropa. Durante sus viajes de compras, critique los colores, diseños y modelos que se ven en la ropa.

Hablen Juntos

Preguntas para platicar con su hijo/a:

- ¿Cuál disfrutas más: la música, el arte, el teatro o el baile? ¿Por qué?
- ¿Cuáles actividades, que nunca has hecho, te gustaría hacer?
- ¿Cómo podemos incorporar el arte más en nuestras vidas?

- Juegue al arte magneto. Visiten juntos a museos y camine a la primera pintura que le llame la atención (que le atraiga como atrae un magneto). Deje que cada miembro de familia explique lo que más le gusta de la pintura que escogió.



- Incorpore la disciplina de arte. Haga que su hijo/a tome clases de música o arte. Haga que su familia se junte alrededor de un piano o guitarra una vez a la semana y canten. O saque tiempo diario para cantar, bailar, hacer un proyecto de arte o crear un sketch gracioso.

Dé bienvenida al "ruido" que su hijo/a hace cuando está practicando en un instrumento, atesore los momentos cuando pueda escuchar su creatividad.

Tiempo Juntos

Tres maneras de aumentar la música, el arte o el entrenamiento teatral en su hijo/a:

1. Tenga un espacio de arte en su hogar. Tenga papel de cartulina, pintura, pegamento, listones, tijeras y otros materiales a la mano.
2. Enseñe a su hijo arte que usted ha hecho y enséñele lo que a usted le llama la atención. Al hacerlo puede inspirar a su hijo/a.
3. Explore el arte y música de una cultura diferente a la de ustedes.

Un consejo rápido:
El arte provee maneras divertidas de conectarse con su hijo/a.

Consejos que ayudan

Consejos que facilita a sacar el artista en su hijo/a:

- Ponga música cuando su hijo/a esta presente. Expóngalo/a a diferentes sonidos como música de jazz, clásica, rock, hip hop y country.
- Enfatique la importancia de participar en el arte para tener placer y no necesariamente para hacerse un gran actor.
- Muestre el arte de su hijo/a en el hogar o en el trabajo tal vez hasta en la biblioteca local.
- Haga un escritor a su hijo/a. Empiece una historia que no tenga fin. Escriba la primera oración en un papel y póngalo en una área en su hogar donde mas familiares le pueden agregar a la historia.

Palabra Final

El poder de la música

“La música debería de considerarse como una manera invaluable de aumentar el poder cerebral del humano.” dice Frances Rauscher, Ph.D., un psicólogo de investigación. El y sus colegas de la Universidad en California, Irvine, han encontrado que los efectos de la música son positivos:

- Los niños que recibieron ocho meses de lecciones en música tenían un aumento de 46% en habilidades de razonamiento y los niños que no tomaron estas lecciones solamente tuvieron un aumento de 6%.
- Los niños que escucharon 10 minutos de Mozart antes de un examen tuvieron calificaciones más altas que los estudiantes que se sentaron en silencio o escucharon música de relajación.

El desafío

De los cuatro valores constructivos para el uso de tiempo, este es el que menos jóvenes tienen. Solamente 16% de niños y 24% de niñas tienen este valor. ¿Estaremos limitando el involucramiento de arte solo a los que tienen talento que es obvio?

Más Ayuda Para Los Padres

Growing Up Creative: Nurturing a Lifetime of Creativity (Creciendo siendo creativo: Cultivando una Vida completa en Creatividad) por Teresa M. Amabile, da consejos prácticos y serviciales en cómo desarrollar la creatividad de su hijo/a. (Publicado por Creative Education Foundation.)

**“Dentro de usted existe un artista que no conoce.”
Jalal-Uddin Rumi**

Como padre, el proteger a su hijo es una de las cosas mas importantes. Considere como puede protegerlo de los peligros y daños que causa la inhalación pasiva de humo/secondhand smoke.

Que es la inhalación pasiva de humo y porque es tan peligroso?

A lo que nos referimos con ese termino es a la combinación de dos formas de humo que vienen de productos de tabaco como pipas, cigarrillos, puros, etc., incluyendo el humo que sale del mismo cigarro como el que se exhala por la persona que esta fumando y toda la gente que esta alrededor aunque no estén fumando, están expuestos a estos humos. Estas personas absorberán la nicotina y otras sustancias al igual que el fumador.