

CUPRINS

MULȚUMIRI	13
INTRODUCERE: CE POT ÎNVĂȚA CU UȘURINȚĂ ÎNGRIJITORII DESPRE DEZVOLTAREA CREIERULUI ...	15
PARTEA I: 101 ELEMENTE ALE CREIERULUI.....	23
Cum se dezvoltă creierul.....	24
Ordinea dezvoltării regiunilor creierului	26
Componentele creierului	28
Timpul și influența	30
Structura și funcțiile creierului	31
Caracteristici pe care le au toți creierii	34
PARTEA A II-A: CONECTEAZĂ	
CEEA CE ÎNVEȚI CU CEEA CE FACI	39
Dezvoltarea legată de sincronizare și de activități	39
Învăță, conectează, gândește și aplică.....	40

PARTEA A III-A: MESAJE GENERALE

BAZATE PE ȘTIINȚĂ	45
1. Folosește-l sau îl pierzi!	45
2. Acordă atenție ordinii și timpului în care are loc dezvoltarea creierului.....	47
3. Nu te aștepta să vezi modificări ale structurilor creierului, dar să știi că acestea apar mereu.....	53
4. Realizează că niveluri diferite de stres cauzează reacții diferite la nivelul creierului.	55
5. Conectează ideile noi care dorești să fie învățate de copii, de lucruri pe care ei le cunosc deja.....	59
6. Fii conștient de cât de multe abilități depind de recunoașterea tiparelor.....	61
7. Află de ce pediatrii recomandă ca bebelușul să stea pe burtică.....	66
8. Încurajează activități care implică zona mediană a corpului.....	68
9. Rămâi încrezător că fiecare copil poate beneficia din traiul dintr-un mediu pozitiv.	70
10. Rezistă tentației naturale de a căuta o soluție rapidă.....	72
11. Să fii capabil să explici investiția în copilăria timpurie.....	74
12. Creierul trebuie privit ca un organ care caută noutăți.....	77
13. Înțelege cum jocul este legat în mod direct de învățare.....	80

PARTEA A IV-A: MESAJE DE ATENȚIONARE	83
14. Folosește emoția pentru a capta mai ușor atenția copiilor.....	83
15. Joacă exerciții distractive de urmărire cu bebelușii.....	85
16. Elimină din când în când măsurile de siguranță.	88
17. Oferă-le copiilor oportunitatea de a face previziuni.	92
18. Trebuie să înțelegi de ce privitul la televizor nu reprezintă un lucru bun pentru sugari și pentru copii mici.....	94
19. Înțelege importanța timpului petrecut față în față cu cel mic.....	98
20. Crește în mod conștient perioada de timp în care cel mic acordă atenție.	100
21. Mediul de îngrijire trebuie să fie odihnitor din punct de vedere vizual.....	102
22. Încurajează-i pe copii să-și controleze impulsurile.	105
23. Oferă medii stabile și provocatoare, care încurajează dezvoltarea funcțiilor executive ale creierului.....	109
 PARTEA A V-A: MESAJE DE LEGĂTURĂ	 115
24. Realizează importanța de a avea în mod constant cel puțin o persoană care să te iubească.	115
25. Răspunde rapid la nevoile copiilor.....	118
26. Mângâie copilul pentru a-l calma; mângâie-l pentru o sănătate mai bună.	121

27. Ține copilul în brațe, ca el să se simtă în siguranță.....	125
28. Zilnic, exprimă-ți dragostea și respectul pentru cei pe care îi îngrijești.	127
29. Bucură-te când le citești copiilor.....	129
30. Încurajează atingerea, prin explorarea ghidată a experiențelor comune.....	131
31. Arată-i unui copil fotografii cu persoane-cheie, pentru a construi un sentiment de securitate.....	133
32. Învăță-l mai întâi limba maternă, apoi încurajează-l cu învățarea altei limbi.	135
33. Folosește muzica, pentru a crea o legătură cu copiii.	140
34. Încurajează, mai degrabă, efortul depus de copil decât inteligența acestuia.....	144
35. Ia în considerare utilizarea tehnologiei.	147
36. Să știi că situația din familie nu stabilește destinul copilului.....	152
37. Învăță și practică mindfulness.....	155
PARTEA A VI-a: MESAJE DE COMUNICARE	163
38. Realizează puterea unei fețe cunoscute.....	163
39. Vorbește, vorbește, vorbește!	166
40. Comportă-te firesc, atunci când vorbești cu un bebeluș.	169
41. Pronunță corect sunetele ,deoarece capacitatea unui copil de a auzi poate influența succesul lui de a învăța să vorbească.	171

42. Încearcă să folosești limbajul semnelor cu copiii preverbali.	174
43. Află că pentru dezvoltarea sănătoasă a creierului copilului, a cânta la un instrument muzical este mai de folos decât simpla ascultare a muzicii.	179
44. Folosește culori îndrăznețe cu copiii, dar cu măsură.	182
45. Urmărește-i mișcările, pentru a ști ce trebuie să faci.	184
46. Află de ce copiii iubesc jucăriile.	187
47. Repetă același procedeu; e indicat.	190
48. Asigură-te că arăți spre obiecte atunci când predai cuvinte noi.	192
49. Citește cărți și cântă cântece cu rimă, cu ritm și cu repetare.	195
50. Citește cărțile cu voce tare, pentru a ajuta copilul să dezvolte concepte.	197
51. Încearcă abordări proactive în lectura timpurie.	199
52. Folosește un indiciu vizual, atunci când introduci pentru prima dată o idee nouă.	201

MULȚUMIRI

Sunt mai multe persoane cărora vreau să le mulțumesc, pentru că m-au ajutat în procesul scrierii acestei cărți. Am lucrat cu un grup de la Arizona's Children Association și, în special, cu profesorii și cu personalul adjunct de la New Directions Institute for Infant Brain Development, care m-au ajutat să transpun ideile, adesea complexe, primite de la neurologi și cercetători, în mesaje simple, concrete. M-au provocat să-mi fac ideile mai scurte, dar foarte clare. Pentru că aproape toți cei din SUA primesc multe date, care îi bombardează mai mult ca oricând în istorie, este important să încercăm să comunicăm eficient, în forme pe care oamenii ocupați le pot înțelege. Vă mulțumesc!

De asemenea, vreau să-i mulțumesc fiicei mele, Kristin Stamm McNealy. Această fată încântătoare a crescut pentru a deveni neurolog. Este pur și simplu minunat să am propriul neurolog, la care pot apela

pentru a discuta probleme importante; asta pentru că, în calitate de pedagog, am avut nevoie de ajutor să înțeleg unele lucruri. Nu numai că timpul în care învățăm una de la cealaltă este valoros, dar ea este și redactorul cărții de față, a celei anterioare, *Bright from the Start*, a *Brain Boxes*® Education Systems și a altor proiecte la care am lucrat. Fii binecuvântată, Kristin!

Îi rămân recunoscătoare și celeilalte fiice, Jenny, pentru că mi-a arătat în fiecare zi, chiar și în perioade dificile, împotriva tuturor nenorocirilor, că fiecare persoană poate face diferența în această lume. Jenny a fost și va rămâne profesorul meu suprem.

INTRODUCERE

CE POT ÎNVĂȚA CU UȘURINȚĂ ÎNGRIJITORII DESPRE DEZVOLTAREA CREIERULUI

În dorința de a ne ajuta copiii să dezvolte minți puternice și sănătoase, dar și caractere frumoase, bazate pe grijă, putem începe prin a ne gândi cum va răspunde fiecare dintre noi la o întrebare simplă: „De ce este copilăria atât de importantă?”.

Mă confrunt des cu această întrebare. Mi se cere să definesc „ce anume s-a descoperit că necesită o schimbare a felului de îngrijire la copiii mici”. Unele din noile informații provin de la neurologi, care detaliază cum să protejăm dezvoltarea creierului; altele au fost raportate de economiști, care calculează economiile rezultate din îmbunătățirea îngrijirii timpurii și din educația oferită copiilor mici; alte informații rezultă din studii pe termen lung care leagă calitatea experiențelor din copilărie de starea de sănătate de mai târziu din viață.

Scopul acestei cărți este acela de a veni în ajutorul îngrijitorilor, cumulând informații din surse diferite și

variate. Oricine are grijă de un copil mic își pune întrebări despre activitățile fiecărei zile. Aceste întrebări merită răspunsuri simple, dar clare. Cartea oferă îngrijitorilor - inclusiv personalul din centre, îngrijitorii la domiciliu ai copiilor, bone, elevi din sistemul de educație timpurie, părinți și alți membri ai familiei - mesaje ușor de înțeles, ce traduc informațiile complexe ale științei, care studiază dezvoltarea creierului în acțiuni simple care pot fi întreprinse cu ușurință pentru a încuraja o dezvoltare sănătoasă la sugari, copii mici și preșcolari. Acum, când neuroștiința a dezvăluit astfel de informații critice despre cum se dezvoltă creierul, educatorii și îngrijitorii pot folosi idei-cheie pentru a implementa o varietate de strategii și perspective noi în sălile de clasă și în locurile de îngrijire a copiilor.

Această carte oferă scurte expuneri, numite „Ține minte!”, ce informează îngrijitorii despre cele mai recente date despre dezvoltarea timpurie a creierului. Acestea sunt grupate în categoriile de știință generală, atenție, legătură și comunicare. Pentru început, ai putea decide să sari peste câteva informații introductive și să mergi direct la prima rubrică de „Ține minte!”. Este în regulă. Poți să începi și poți să te oprești acolo unde dorești. Pentru că în carte vei găsi explicate 52 de idei principale, poți aborda cu ușurință conținutul și poți să alocați pentru fiecare săptămână a anului câte o idee. Vreau să subliniez noțiunea de a te gândi la o idee principală. Fiecare persoană care are grijă de copii mici are o poveste diferită, un motiv pentru care vrea să-i