

Guía para disfrutar y comprender la lectura

Nervios, cerebro y sentidos

Texto: Steve Parker

Sexto de Primaria



Nervios, cerebro y sentidos

Mediante coloridas fotografías, mapas del cuerpo, cápsulas informativas y esquemas, la obra aborda la fisonomía del ser humano; en particular del sistema nervioso y sus componentes. Además se incluye un glosario, consejos para la salud y se proponen algunos experimentos. Excelentemente documentado, con información precisa, brinda una mirada al centro de mando del cuerpo, la máquina más perfecta del planeta. Este libro cuenta con un diseño editorial muy novedoso y de fácil lectura; se encuentra en la colección Atlas del cuerpo, de Editorial Altea.

El autor

Steve Parker es autor, editor y consultor especializado en libros informativos sobre el mundo natural, biología, tecnología y ciencias en general. Tiene reconocimientos en el área de Zoología y ha trabajado en el Museo de Historia Natural de Londres y en diversas editoriales, como Haymarket y Dorling Kindersley. Ha escrito más de 200 títulos, además de muchos otros en los que ha colaborado como editor o consultor. Sus obras van desde libros breves y ligeros hasta enciclopedias y series de múltiples volúmenes. Todos sus libros son de divulgación, profusamente ilustrados, y se enfocan principalmente en biología (en especial el cuerpo humano), zoología, comportamiento animal, ecología, conservación y otros aspectos de las ciencias naturales.

Para empezar

- **La gallina clo, clo, cló.** El *marketing* no puede dejarse de lado en el fomento a la lectura. Cada poema, cuento o novela deben ser promocionados por lo menos una semana antes del día de la lectura, como hace la gallina cuando pone un huevo: cacarea tan fuerte que todos se enteran de su éxito. Esto nos hace pensar en la necesidad de promover la lectura utilizando la mercadotecnia, pues es muy importante la motivación generada en niños y niñas unos días antes de la lectura. El maestro puede seguir los patrones de la propaganda que se emplea en cine, televisión y radio, u otros medios como cápsulas, avances, etcétera, para despertar el interés y la motivación intrínseca consiguiendo generar efectos positivos en el rendimiento intelectual y el desempeño escolar.
- **Sólo tu cuerpo.** La expresión corporal puede definirse como la disciplina cuya finalidad es la conducta motriz con fines expresivos, comunicativos y estéticos; por un lado sirve como

base de aprendizajes específicos, y por otro, tiene valor en sí misma, ya que colabora en el desarrollo del bagaje experimental del niño. Los objetivos generales de la expresión corporal son el desarrollo personal, aprendizaje de códigos, exteriorización y manifestación de sentimientos, sensaciones, ideas y conceptos, desarrollo del sentido de espacio, y movimiento y proyección estética, por mencionar sólo algunos. Además, ayuda a regular la gestualidad, que representa un papel importante en la comunicación al enfatizar y recalcar palabras e intenciones; logra también una mejor relación con el cuerpo y el descubrimiento de un lenguaje propio para relacionarnos con los demás. La memoria corporal se basa en el contacto, que es comunicación con otros seres y con la Naturaleza; representa un patrimonio para nuestro comportamiento afectivo y la supervivencia en general. Como disciplina, permite el acercamiento a la danza; la posibilidad de bailar no tiene fronteras. La expresión corporal propone un quehacer que cada persona puede desarrollar a la medida de sus posibilidades y deseos. Explore con sus estudiantes, mediante dinámicas y ejercicios sencillos de desplazamiento, tensión y expansión de músculos, la ejercitación de los cinco sentidos. La respiración debe comenzar siempre con la toma de conciencia de que aumenta la capacidad energética del organismo, su movilidad y ventilación. La mayoría de las personas respiramos mal, el estrés y la ansiedad nos hacen contener la respiración y al hacerlo aumenta el miedo. Una respiración eficaz hace fluir los sentimientos, unifica al cuerpo, aumenta la satisfacción y la calidad de vida. Los ejercicios respiratorios deben comenzar por hallar una postura cómoda, buscando el relajamiento de la tensión muscular, estimulando la respiración consciente y profunda, con la boca ligeramente abierta, los brazos extendidos a lo largo del cuerpo y los pies en posición paralela, la espalda, la cabeza, cuello y los hombros relajados. Comiencen el ejercicio con tres o cuatro respiraciones profundas, luego descansen y repitan las respiraciones. La actividad puede acompañarse de una adecuada selección musical, aunque el silencio permite una mayor conexión con el yo interno. Acondicione un área cómoda, amplia, limpia y ventilada para esta actividad, o bien practíquela al aire libre. Podemos concluir que el cuerpo y sus diferentes partes hacen posible el movimiento, y por lo tanto la expresión. Puede consultar bibliografía especializada para orientar esta práctica.

Para hablar y escuchar

- **Loro, lorito.** Ayude a sus alumnos a ampliar su vocabulario mediante el empleo y la práctica de nuevas palabras. Este momento es uno de los más importantes del proceso de

lectura y debe llevarse a cabo antes de la lectura del texto, ya que al conocer más palabras será posible una mayor profundidad de lectura. En la página 30 hay un glosario de palabras especializadas con las que podemos jugar; seleccione algunas palabras o términos que los niños desconozcan, como *papilas gustativas*, *líquido cefalorraquídeo*, *encéfalo* o *cilios*. Pida que escriban estas palabras en tarjetas y que propongan varias definiciones, algunas de ellas arbitrarias más una que será la verdadera. Elaboren varios juegos de estas tarjetas para que cada niño tenga una por lo menos, luego pida que lean las definiciones en voz alta y pregunte cuál es la definición adecuada para cada término; tal vez se sorprenderán al descubrir que la definición más disparatada de todas es la correcta. Por ejemplo, “Cilios: a) Figuras de cera con diferentes formas y colores que se utilizan como adorno en los baños, contienen distintos aromas que se esparcen por la atmósfera mientras su luz tintinea. b) Islas del Mediterráneo, donde se dice aparecen formaciones rocosas muy atractivas para el turismo internacional. 3) Pequeñas proyecciones como pelos de células microscópicas presentes en muchas partes del cuerpo. En las células olfativas y gustativas reaccionan ante ciertas sustancias que portan colores y sabores”. Para hallar la definición acertada, se pueden hacer equipos y votaciones, argumentar e incluso hacer pequeñas apuestas. Posteriormente, escriban oraciones utilizando algunas de las acepciones de este término para familiarizarse con él.

- **¿Qué será, será?** Realice una lluvia de ideas con algunas preguntas del tipo: ¿Cuál es el sentido que más utilizamos? ¿Qué pasaría si perdemos el sentido de la vista?, ¿Y del gusto?, ¿Y del olfato?, etc. ¿Cuál es el más importante? ¿Si tuvieras que perder uno y tuvieras que elegir, cuál sería? El brainstorming o lluvia de ideas probablemente es la técnica grupal conocida más antigua. Los objetivos principales de esta técnica son: romper las limitaciones habituales del pensamiento y producir un conjunto de ideas entre las que se pueda escoger (nadie quiere tener una única opción cuando va a comprar un coche o un detergente, por lo tanto, ¿porqué tener sólo una opción cuando se intenta resolver un problema?). En la actualidad se sabe que el número ideal para aplicar esta técnica es de 4 a 7 participantes, pero también funciona con grupos de dos a diez miembros. También se puede practicar de manera individual. Para conocer más al respecto, visite la página web http://www.innovaforum.com/tecnica/brain_e.htm

Para escribir

- **Recordar con...** Invite a sus alumnos a realizar una actividad de relajación; con los ojos cerrados, buscarán abrir su percepción y poner la atención en el cuerpo y los sentidos. Después de unos minutos, haga preguntas con la frase: “Recuerden con...” (mencionar una parte del cuerpo, por ejemplo el ombligo). A su lado tendrán papel y pluma para anotar rápidamente la frase, imagen o vivencia que haya venido a su memoria y que después redactarán con mayor precisión. Repita la misma consigna con diferentes partes del cuerpo, ya que para algunos será más fácil conectar unas partes que otras en su memoria: ojos, mano derecha, boca, rodilla, etcétera. Después busque un espacio que les brinde seguridad para recuperar la memoria y escribirla. Recordemos que nuestra memoria está en todo el cuerpo y surge información ante estímulos voluntarios o circunstanciales, lo que en esta ocasión facilita el juego.
- **Negro y blanco.** Reúna algunas placas de radiografía que ya no se utilicen y solicite que, sobre esa superficie, escriban o dibujen con plumón blanco alguna idea, pensamiento o reflexión que les evoquen los colores blanco y negro. Invite a los niños a compartir y comentar sus ideas, de esta manera pueden surgir textos muy interesantes.

Para seguir leyendo

- **Un poco más allá.** Anime a sus alumnos a leer cuentos y novelas más allá del entretenimiento. En la época que estamos viviendo la lectura de cuentos se destina sólo a fomentar el entretenimiento de los niños; debemos aspirar a ir más lejos, es decir, considerar que un propósito más acorde con la época moderna es hacer de la lectura recreativa una oportunidad para impulsar el desarrollo de capacidades y actitudes necesarias para abarcar los nuevos escenarios que delinean la realidad nacional y mundial, como son la comprensión, la creatividad y la práctica de valores, entre otras habilidades y comportamientos de naturaleza universal y útiles en el actual entorno socioeconómico, para que nuestros niños puedan estar en condiciones de entender, transformar y valorar el mundo, que es uno de los objetivos más preciados de la educación. El proyecto de lectura Alfaguara plantea en sus opciones *a* y *b* de lectura, vincular temas y textos entre sí y con otros campos del conocimiento y las artes; en la opción *a* se hace énfasis en la parte literaria y el desarrollo de la creatividad, y en la opción *b* se promueven conceptos más académicos y susceptibles de llevarse al terreno práctico. Observe

atentamente a los niños mientras leen e interactúe con ellos durante sus lecturas, con la finalidad de apoyarlos cuando encuentren dificultades; promueva que relacionen sus lecturas con sus inquietudes personales y el mundo circundante, de tal manera que la lectura de calidad se convierta en una actividad cotidiana en su vida.

- **Pequeñas manadas.** El trabajo en equipo aumenta la posibilidad de éxito. Los cuentos pueden y deben ser leídos por los niños y niñas en forma individual o en grupos pequeños para favorecer el aprendizaje cooperativo. Recuerde que la escuela no debe descuidar al ser individual ni al ser social que hay en cada niño y niña: ambos tienen su propia dimensión y deben ser respetados como seres sociales e individuales. Invítelos a realizar lecturas dramatizadas o teatro en atril, así como otras modalidades de lectura grupal, como la lectura coral o la comentada.

Conexiones al mundo

- **Bolitas y palitos.** El Braille es un sistema de escritura táctil concebido para personas ciegas. Fue inventado por el francés Louis Braille a mediados del siglo XIX, quien se quedó ciego a causa de un accidente que tuvo en su niñez. Inventó el código cuando tenía 15 años basándose en un sistema militar para la lectura de órdenes durante los periodos nocturnos sin necesidad de encender ninguna luz. El Braille resulta interesante también por tratarse de un sistema de numeración binario que precedió a la invención de los ordenadores; también permite escribir y leer música. Los puntos se graban por la parte posterior del papel en sentido inverso, para ser leídos por la parte anterior en la dirección normal de lectura. El Brai-

le puede ser reproducido usando una plancha y un punzón, de forma que cada punto es generado desde el dorso de la página, escrito en una imagen a la inversa (como la que se obtiene al mirar por un espejo); se hace a mano o con una máquina de escribir, con una impresora Braille conectada a una computadora o mediante un dispositivo Braille. Realice un ejercicio de sensibilización y confianza muy breve, cuidando la seguridad de los participantes y todos los detalles. Divida al grupo en dos equipos, unos cerrarán los ojos y los otros los guiarán poniendo la mano derecha en sus hombros. Los que serán guiados se dejarán conducir por sus guías, quienes con gran sentido de responsabilidad facilitarán la experiencia de sus compañeros; posteriormente se invertirán los roles. Después de la experiencia, invite a los niños a entrar al mundo de los invidentes y a valorar el sentido de a vista con la película *El color del paraíso* (duración: 90 minutos), dirigida por Majid Majidi, distribuida por Videomax.

- **A qué jugamos...** Organice al grupo en parejas. Invítelos a jugar utilizando sus sentidos. Primero jueguen a describir formas, para ello pida a un niño que dibuje tres figuras en un trozo de papel (no necesariamente todos deben reconocer esas formas) y que le describa a su compañero cada uno de esos objetos o formas para que los dibuje sin haberlos visto. Ésta es una tarea realmente difícil. Otro juego consiste en colocar en varias cajas objetos diversos con formas, texturas y tamaños distintos, y envolverlos como para regalo. Pida a los niños que en pequeños grupos exploren el contenido de las cajas sin abrirlas e intenten deducir de qué objetos se trata valorando su peso, su sonidos y otras señales que puedan obtener; con todo ello estarán ejercitando sus cinco sentidos y conocerán más sobre su cuerpo al intentar percibir y nombrar al mundo.

Desarrollo: Vivianne Thirion y Ana Arenzana