DIARIO EL LECTOR
WWW.LECTORONLINE.CL
MAULE SUR INFORMANDO

Fecha: 27/06/2025 Audiencia: 0 Sección: OPINION
Vpe: $287.857 Tirada: 0 Frecuencia: DIARIO
Vpe pág: $449.820 Difusión: 0
Vpe portada: $449.820 Ocupación: 63,99%

Vacaciones de invierno en casa

Siendo uno de los países de América Latina que tiene una sobrecarga curricular importante en el sistema educacional chileno, las vacaciones de invierno vienen a brindar un espacio que es justificado para los estudiantes. Si bien, para algunos padres este receso se puede llegar a convertir en un problema debido a situaciones como laborales y financieras, debemos ser conscientes que las vacaciones no tienen por qué convertirse en una de preocupación de aburrimiento para los más pequeños. Es más aún, las neurociencias han logrado descubrir que es en el aburrimiento cuando se generan redes cerebrales que se activan cada vez que dejamos de hacer cosas. De hecho, aburrirse puede desencadenar el desarrollo de nuevas ideas que más tarde podemos convertir en una actividad interesante.

La invitación, está en saber organizarse considerando el factor tiempo, los recursos y los cuidados especiales. Con los niños, diseñar una rutina les ayudará a sentirse mucho más seguros y potenciará la autonomía en las actividades que son necesarias para la vida diaria. Basta con tomar una cartulina, hoja de papel o pizarra y comenzar a planificar cada uno de los días en que se encontrarán en casa. Eso sí, con márgenes de flexibilidad en que puedan levantarse o acostarse un poco más tarde respetando siempre las horas de sueño que necesitan de acuerdo con la edad. Será intransable respetar las horas comidas. Algunas ideas para esta rutina son el asignarle un nombre a cada uno de los días, por ejemplo, el lunes será el día del "Cuidado por el Medio Ambiente", lo que implicará que una de las tareas del niño o la niña, será revisar que las plantas del hogar no estén con maleza, limpiar sus hojas y observar si requieren un poco de agua. Los días que siguen, "juegos de Mesa y Karoque", "Picnic en el Parque" y un largo etcétera que ayudarían a proporcionarle una temática a cada semana.

Un factor que no deja de ser importante, son los resultados de estudios recientes que indican que los niños pueden aumentar en un 50% más el uso de las pantallas durante el periodo de vacaciones. Ante esto, los padres habrán de 'negociar' su uso en el marco de la misma rutina que se ha formulado para ambas semanas. Por último, no olvidemos que también es necesario realizar actividades al aire libre: ir a un museo, visitar un parque, organizar una convivencia y juegos con los mismos vecinos.

Dr. Carlos Guajardo Castillo
Académico Facultad de Educación UCentral