EL MERCURIO

Fecha: 29/06/2025 Audiencia: 320.543 Sección: EDUCACION
Vpe: $9.468.637 Tirada: 126.654 Frecuencia: SEMANAL
Vpe pág: $20.570.976 Difusión: 126.654
Vpe portada: $20.570.976 Ocupación: 46,03%

Sugerencias para niños en edad preescolar y primeros años de básica:

Las vacaciones invitan a descansar de las actividades escolares, pero no del aprendizaje

■ Salir a caminar con el desafío de contar pájaros, crear un "frasco de ideas" o pasar una tarde jugando lotería son posibles juegos para seguir estimulando el conocimiento.

MARGHERITA CORDANO

Con la llegada de las vacaciones de invierno y la oportunidad de levantarse más tarde, la cama puede dejar de ser un lugar que abandonar rápido y transformarse en un espacio recreativo.

"Se pueden esconder objetos conocidos bajo las sábanas o cojines, y que el niño los identifique usando el tacto, desarrollando así su percepción sensorial", sugiere Claudia Soto, directora del Programa Aprender en Familia de Fundación CAP, a propósito de actividades para hacer con niños de prebásica y primeros años de básica durante este período alejado de las salas de clases.

Si de estimular los sentidos se trata, otra idea es crear distintos movimientos de manos y dedos al compás de la música —se estimula la memoria y la coordinación— o "explorar sonidos con objetos, como ollas y cucharas. El niño puede seguir el ritmo de una canción y luego el adulto se une", sugiere la especialista, quien recuerda que a través del juego, los menores "desarrollan habilidades claves como creatividad, imaginación, lenguaje, motricidad, resolución de problemas, atención y concentración, muchas veces sin darse cuenta. Además, al jugar con otros, fortalecen sus habilidades sociales; aprenden a compartir".

Siguiendo la idea de estar con otros, Soto propone que en familia se invente un cuento. "Cada persona agrega una frase para continuar la historia hasta crear un relato familiar. Al final, eligen un título y pueden ilustrarlo".

Otra recomendación es esconder tarjetas con nombres de los participantes y "luego dar pistas solo mencionando fortalezas y cualidades, sin características físicas ni nombres. Quien adivina de quién se habla, gana un punto. Comentarios negativos implican una penitencia divertida".

Tareas cotidianas

"Las vacaciones son para descansar de las actividades escolares, ¡pero no del aprendizaje! Jugar al aire libre, cocinar y crear no son solo pasatiempos, son el principal motor para el desarrollo de habilidades para la vida. Cuando un niño o niña resuelve cómo hacer que una torre de bloques no se caiga, está aprendiendo resolución de problemas. Cuando comparte sus lápices o espera su turno en un juego, practica habilidades sociales. Al inventar una historia, desarrolla la creatividad y el lenguaje", recuerda Llery Ponce, investigadora del Centro de Investigación Avanzada en Educación y académica del Instituto de Estudios Avanzados de la U. de Chile.

En el caso de papás que siguen trabajando durante este período, la especialista aconseja "integrar el juego en las tareas cotidianas". Si toca ordenar, se puede competir por quién termina antes, y cocinar puede volverse una oportunidad de jugar al restaurante.

"Doblar la ropa, ordenar su dormitorio, sacar la basura o clasificar los utensilios de cocina son una fuente rica de aprendizaje para ellos: ordenan, clasifican, toman decisiones, desarrollan su autonomía y sienten que están colaborando", agrega Ricardo Martínez, académico de la Escuela de Educación de la U. de los Andes.

Para instancias en que los papás pueden compartir con sus hijos, Martínez sugiere volver a los básicos: juegos tradicionales como la lotería, el dominó, los rompecabezas o los juegos de adivinanzas "fomentan habilidades cognitivas, sociales y emocionales como esperar turnos, respetar reglas y tolerar la frustración". Por su parte, preparar brochetas de fruta, galletas o pan amasado "implica seguir instrucciones, medir ingredientes, hablar sobre procesos y compartir logros".

Cocinar es una experiencia "ideal para los días fríos, ya que el calor del horno o cocina hace más agradable el ambiente familiar", indica.

Pero agrega: el invierno no es impedimento para salir de casa, siendo las caminatas "con pequeños desafíos, como buscar hojas de diferentes formas, contar pájaros o recolectar piedras" una buena idea para romper con la rutina del encierro.

Respiro para el cerebro

Llery Ponce también promueve hacer actividades al aire libre. "Salir a un parque o al cerro es un verdadero 'descanso' para el cerebro. Permite que la atención y la concentración, que en el aula son tareas de alta exigencia, se relajen. Este respiro para el cerebro es fundamental para que después puedan volver al colegio o jardín con más energía y disposición", señala.

"Cuando hablamos de juego en invierno, siempre lo hacemos junto a la idea de vestirse en capas, con botas e impermeables que permitan explorar, moverse en contacto con la naturaleza", dice Ángela Ibáñez, presidenta de Fundación Patio Vivo, quien invita a recolectar ramas, semillas y arena, para luego, en casa, "crear paisajes naturales con estos, organizándolos sobre una hoja en blanco".

En el hogar, lo importante "es ofrecer un espacio seguro, con materiales accesibles y variados, y permitir que los niños jueguen de forma autónoma. Esto favorece su imaginación, autonomía y autoestima. Una pequeña rutina o 'menú de juegos' puede ayudar a que el niño se organice solo", añade Soto.

En ese sentido, cada vez que un niño diga que está aburrido, Martínez sugiere "tener un frasco de ideas, donde se guarden papelitos con actividades sencillas, como hacer una torre con lo que encuentre, inventar una historia con tres dibujos o buscar cinco cosas redondas en la casa".

PEXELS / ANNA SHVETS

Una estrategia es entregar objetos que inviten a la exploración, indica Llery Ponce. "Una lupa para observar insectos o un celular antiguo para que tomen fotografías de lo que les llame la atención son excelentes ideas. Estas actividades funcionan pues no tienen un propósito fijo; se trata más bien de dejarse llevar por la curiosidad del momento".

Uso de pantallas

"Es natural que con más tiempo libre, el uso de pantallas pueda también aumentar y, más que juzgar, debemos hacernos cargo de ello. Una clave importante está en el equilibrio y la intencionalidad", explica la académica de la U. de Chile Llery Ponce. Para ello es importante conversar con los niños y establecer reglas sencillas, como acordar un tiempo máximo de uso (utilizando relojes de arena como aliado visual, por ejemplo) o juntos definir qué tipo de contenido es apropiado ver.

"Para las familias que busquen orientación, existen excelentes plataformas con reseñas y consejos de películas, series y videojuegos, como Common Sense Media (en su versión en español) o Empantallados".

Para reforzar la seguridad, aplicaciones como Family Link (desarrollada por Google) permiten a papás y tutores establecer límites en el uso de dispositivos móviles, fijando horarios para evitar su uso excesivo y pudiendo gestionar las cuentas de menores, definiendo qué sitios se pueden visitar y hasta monitoreando la batería del dispositivo.