

Doce recomendaciones de rutinas para sacarle partido a las vacaciones

La Subsecretaría de Educación Parvularia emitió una guía para que las familias aprovechen estas dos semanas de descanso escolar y organicen actividades sencillas que ayuden al desarrollo de los niños.

L. R. C.

Los escolares del país se encuentran de vacaciones de invierno, lo que si bien puede conllevar dificultades para muchas familias que deben congeniar sus quehaceres con el cuidado de los niños durante todo el día, también puede ser una oportunidad para ayudar en su desarrollo y bienestar. Para favorecerlo la Subsecretaría de Educación Parvularia entregó una guía con 12 recomendaciones para impulsar en el hogar. Estas son:

1.- Aprovechar el tiempo en casa. Las vacaciones son una buena oportunidad para compartir experiencias simples como jugar, bailar, pintar, leer o construir con materiales como cajas, cilindros de papel higiénico, entre otros.

2.- Valorar lo simple. Las experiencias más valiosas no implican gastar dinero. Explorar juntos, contar historias, inventar juegos o reciclar materiales pueden ser experiencias enriquecedoras y significativas en familia.



LA INICIATIVA PUNTA A PROPICIAR INSTANCIAS LÚDICAS QUE SE ORGANICEN ENTRE TODOS LOS MIEMBROS DE LA FAMILIA.

3.- Flexibilizar rutinas manteniendo hábitos importantes. Está bien despertar o acostarse más tarde, pero es importante mantener rutinas esenciales como alimentación saludable, hidratación, lavado de dientes y descansar.

4.- Evitar abrigo excesivos. Aunque sea una temporada de baja tempe-

raturas, es importante no sobre abrigo a los niños ni exponerlos a cambios bruscos de temperatura. Salir a pasear bien protegidos, pero cómodos.

5.- Usar materiales reciclados para jugar. Botellas, cajas, cilindros o tapas pueden ser herramientas de juego, pues estimulan la imaginación y el disfrute.

6.- Conectar con la naturaleza. Si el clima lo permite, es importante salir a parques o áreas verdes para observar plantas, tocar la tierra, jugar con las hojas y disfrutar al aire libre.

7.- Organizar un picnic familiar. Armar una lista y revisar lo necesario permite desarrollar habilidades como la organización, la anti-

cipación y el trabajo en equipo, mientras se comparte un momento especial.

8.- Descubrir juntos el entorno. Caminar por la ciudad o el barrio y observar señaléticas, letreros o imágenes en los espacios públicos es una buena oportunidad para conversar sobre su significado y enseñar a respetarlos.

9.- Fomentar la convivencia con otros niños. Promueve el respeto, la empatía, la solidaridad y el buen trato.

10.- Actividades cotidianas. Jugar a adivinar sabores, decorar la comida o cuidar el patio son momentos valiosos para compartir y aprender.

11.- Evitar la exposición a pantallas. En los niveles de educación parvularia es fundamental eliminar el uso de pantallas, priorizando experiencias de juego, movimiento y exploración directa con el entorno. Las interacciones reales, el vínculo con otros y el contacto con materiales concretos son esenciales para el desarrollo integral de guaguas y niños. El uso de dispositivos digitales debe ser excepcional y cuidadosamente justificado, sin reemplazar el valor del juego libre y espontáneo.

12.- Jugar todos los días. El juego potencia el lenguaje, pensamiento, movimiento y la convivencia. La subsecretaría cuenta con recursos en <https://parvularia.mineduc.cl/juguemos-todos-los-dias/>