Pág.: 10 Cm2: 746,0 VPE: \$ 9.798.913 Fecha: 27-03-2023 126.654 Tiraje: Medio: El Mercurio Lectoría: 320.543 El Mercurio - Cuerpo A Favorabilidad: Supl.: Positiva

Educación Título: Colegios y apoderados deben fomentar los espacios para que los menores jueguen

Es beneficioso en las distintas edades:

Colegios y apoderados deben fomentar los espacios para que los menores jueguen

bienestar y favorece la adquisición de habilidades académicas y sociales. Pero los momentos para la recreación de niños y adolescentes se han reducido, en parte, por la sobreescolarización, dicen los expertos.

ugar con bloques, a los pira-tas o a la pinta, entre otras ac-tividades lúdicas, es una par-

rividades fudicas, es una par-te central del desarrollo de niños y adolescentes. "El juego es la manera en que los niños, desde sus primeros meses, naturalmente aprenden y se aproximan al mundo, de coy se aproximan ai mundo, de co-nocer cómo funciona y de mani-pular distintas alternativas y conductas", explica Soledad Coo, psicóloga e investigadora del Laboratorio de Familia, Ado-lescencia e Infancia (FAIN) del Instituto de Bienestar Socioemocional de la U. del Desarrollo. "En edades tempranas, es de-

cir, en niños de prekínder, kín-der, primero y segundo básico, aprenden jugando. A través de los juegos, se favorece el desa-rrollo del vocabulario, matemá-ticas, habilidades blandas, etcé-

Es fundamental que consideremos el juego como un eje central de la salud mental de los niños".

DAYNA MOYA

tera", acota. De hecho, dice Dayna Moya, educadora de pár-vulos y profe-sora asistente de la U. Católica, sede Villa-rrica, "en nuestras bases curriculares (de educación parvularia), que fueron modifi-

cadas hace poco, se destaca la importancia del juego a lo largo de todo el documento".

"El juego puede propiciar, por ejemplo, las funciones ejecuti-vas, como el control de impulso, el respeto por el otro, por los tur-nos, y más adelante el control emocional, memoria de trabajo y planificación, entre otros aspec-tos", indica la también doctora en Neurociencia y Educación de la U. de Columbia (EE.UU.).



"Durante la primera infancia es la forma en que aprenden. Si la educación busca ser significa-tiva tiene que ser a través del juego, tanto con actividades lúdicas guiadas por adultos, como con juegos que los niños crean por ellos mismos", enfatiza.

Además, agrega, "a medida que crecemos se ha visto que la gamificación, metodologías acpara adolescentes y adultos, funciona porque con la activa-ción de los mecanismos de recompensa se produce una moti-vación por aprender". Asimismo, "en los niños más

grandes, el juego aumenta el bie-nestar emocional y la salud men-tal de ellos. Al estar menos estresados, facilita que estén en mejo-res condiciones para su educación académica", señala Coo. Como también, añade, "en la adolescencia, toda actividad que es autoges-tionada y se hace por diversión,

permite explorar y aprender".

El problema, apunta Daniel
Barría, director ejecutivo del Observatorio del Juego, es que "sin

duda hoy hay menos espacios para el juego, sea guiado por adultos o independiente, es de-cir, el que nace por parte de la

persona que juega". Este último, es necesario porque "les permite a los menores desarrollar autonomía, seguridad

desarrollar autonomía, seguridad en sí mismos y la capacidad de resolver diferencias sin la intervención de adultos", destaca Coo. Su importancia e stal que los resultados de un estudio, publicado recientemente en la revista Journal of Pediatrics, sugieren que el aumento de los trastornos mentales de menores se relaciona a la disminución durante defensión de la compania del compania de la compania del compania de la compania del compania de la compania del na a la disminución durante dé cadas de las oportunidades de los niños y adolescentes para ju-gar, deambular y participar en actividades sin el control directo de adultos

Exceso de tareas

Además de la sobreprotec-ción, el estudio identifica que uno de los factores que limitan estas acciones es el aumento del tiempo que pasan en la escuela y

en las tareas en casa. Por ejemplo, los deberes que antes eran escasos en básica aho-ra son comunes hasta en establecimientos de educación de pri-mera infancia (prekínder y kín-der). Si bien el estudio es esta-dounidense, esto también se está dando en Chile, lamenta Mova.

Los entrevistados coinciden que la sobreescolarización ha tenido un rol importante en este fenómeno. "En general, en los últimos años, los currículums se han puesto más academicistas desde niveles muy tempranos", comenta Coo.

Así también fuera del colegio, "tenemos a los niños sobreagen-dados con actividades como talleres, porque se prioriza lo aca-démico, y ahora que la mayoría de la población en el mundo oc-cidental vive en ciudades, hay cidental vive en ciudades, hay una percepción de menor segu-ridad y espacios, por ejemplo, áreas verdes, para que los meno-res puedan salir a jugar", agrega. Entonces, "tanto en nuestro sistema escolar como familiar, hemos ido restringiendo los lu-

gares de juego para los niños y adolescentes. Tenemos a menoadolescentes. Tenemos a meno-res en situaciones de mucha pre-sión académica y con pocas áre-as de escape, por lo que están es-tresados y con dificultades para disfrutar", dice Coo. Esto repercute, asegura Barría,

"no solo en la salud mental y fisi-ca, sino en el desarrollo de habili-dades de socialización y cogniti-vas, como la creatividad".

Para paliar esta realidad, por parte del sistema educativo, "hay que evaluar la cantidad de tareas que son necesarias y resguardar los espacios que ya existen de recreo y descanso dentro del cole-gio", sugiere la psicóloga. A la vez, se debe educar a los padres o cuidadores sobre esta

actividad. Coo dice que "los es-tablecimientos educativos, que conocen lo importante que es jugar, tienen la tarea de educar a jugar, tienen la tarea de educar a las familias sobre su relevancia. Así los padres podrán resguar-dar estos espacios fuera del au-la, sin sobreagendar a los niños, para promover un desarrollo equilibrado". Los especialis-tas concuerdan que todos los días debe

haber espacios

de juego para

niños y adoles-entes. "Debería ser diario, al menos un par de horas", acota Daniel Barría, director ejecutivo del Observa-torio del Juego.

