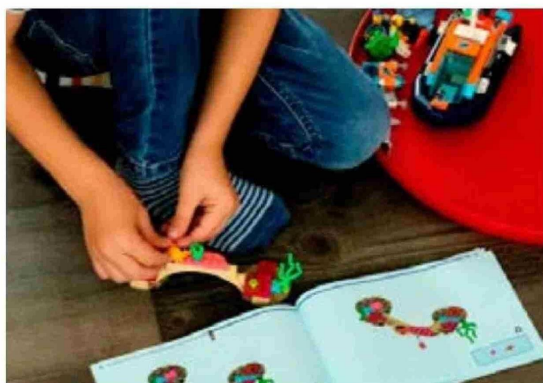


Ideas para entretener a los niños en casa durante vacaciones de invierno

En muchas ocasiones las lluvias y bajas temperaturas impiden que se puedan realizar muchas actividades al aire libre. Académico de la Universidad de Talca entrega recomendaciones para mantener entretenidos a los más pequeños y a la vez estimular su creatividad.



Durante la época más fría del año mantener a los niños entretenidos en casa puede resultar todo un desafío para madres, padres y cuidadores. Para estar mejor preparados en estas vacaciones de invierno, el académico de la Escuela de Terapia Ocupacional de la Universidad de Talca, Pablo López Alegría, recomendó una serie de actividades divertidas y que a la vez estimulan la creatividad y habilidades en los

más pequeños.

De acuerdo con el académico, lo primero y más importante es establecer un espacio específico para el juego, puede ser un rincón del hogar, una parte del dormitorio o cualquier lugar donde los más pequeños se puedan mover y explorar.

“Un lugar donde ellos sepan que pueden ir y participar de diversas iniciativas que sean acordes a sus inte-

reses, que tenga diversidad de materiales y que permita al niño la exploración del juego libre e imaginativo”, aconsejó el terapeuta ocupacional.

López recalcó que se pueden utilizar materiales que ya se encuentran en la casa para las dinámicas de exploración. “Es importante proporcionar oportunidades sensoriales, a través del uso de diversos elementos como cajas con porotos, lentejas o arroz, y estos mismos recursos se pueden adaptar incorporándole colorantes vegetales para poder hacerlos más atractivos para los niños”, ejemplificó.

Actividades sensoriales que también pueden realizarse con agua, arena, plastilina o un balón. “Instancias que involucren el tocar, explorar con las manos y con el cuerpo diferentes tipos de

texturas. La estimulación táctil contribuye al desarrollo de la motricidad fina y el desarrollo socioemocional”, explicó.

Para fomentar la creatividad, el especialista subrayó que el juego imaginativo resulta fundamental, donde se pueden utilizar cajas de cartón, rollos de papel higiénico o telas que pueden simular castillos o pequeñas casas.

“La idea es que puedan servir para imaginar historias, personajes, y también para fomentar la interacción entre los niños, los cuidadores y el desarrollo de la imaginación y la creatividad”, explicó López.

Actividades en familia

El terapeuta ocupacional de la UTalca indicó que es fundamental proporcionar una variedad de materiales para mantener el interés y la curiosidad, así como

también involucrar a toda la familia, lo que ayudará a que el juego sea aún más enriquecedor.

“En algunas ocasiones puede ser un juego guiado por los cuidadores y por otra parte también es importante fomentar el juego libre, autónomo, donde el adulto actúa como un facilitador, prepara el ambiente con materiales o juguetes y permite que los niños puedan explorar de forma libre cada uno de los elementos que le son más interesantes y que sirven para su desarrollo”, aconsejó.

Finalmente, el experto recomendó organizar tardes de cine, sesiones de lectura en voz alta o proyectos de arte, ya que no sólo fortalece los lazos entre los integrantes del hogar, también muestra a niños y niñas que el juego y el tiempo son momentos valiosos.