

Y con el buen tiempo, ¡SALIMOS AL PARQUE!

Un parque es mucho más que un puñado de columpios en un recinto con arena en el que padres y niños se dan cita para pasar la tarde cuando llega el buen tiempo. Un parque es un espacio de aprendizaje y desarrollo en el que los niños adquieren buena parte de las capacidades que les serán fundamentales para desenvolverse en sociedad. Detrás de una tarde de juegos hay mucho aprendizaje, sobre todo, en valores.



El parque puede ser una alternativa muy interesante para el ocio de nuestros niños y, además, aportar un aprendizaje en aspectos fundamentales de su desarrollo integral. Siempre se ha recomendado, desde un punto de vista educativo, que los niños puedan tener momentos de entretenimiento, esparcimiento y desahogo al aire libre. Es una de las ventajas de los parques frente a otras actividades llevadas a cabo en interior. Por ello, en sí misma, es una actividad ya positiva pero además, el niño se enfrenta a un reto psicomotor cada vez que trata de superar los obstáculos de cada uno de los elementos del parque.

En las aulas, los educadores prestamos especial atención a desarrollar circuitos de psicomotricidad para que el pequeño desarrolle cada uno de los patrones que forman esta área. Los parques son circuitos muy completos en este sentido y preparados para cualquier edad. El niño se adapta a cada una de las partes del circuito en función de sus capacidades y posibilidades. Por medio de ellos se trabaja el equilibrio, gateo, capacidad de superar obstáculos, levantarse, sentarse, mantenerse sobre una pierna, etc. Todas estas actividades proporcionan un desarrollo cognitivo necesario para otros aprendizajes posteriores.

Además, tienen la posibilidad de interactuar con otros niños de edades y entornos diferentes que favorecerán un enriquecimiento de su desarrollo social siempre y cuando los padres seamos capaces de ayudarles a aprender a comportarse de manera adecuada. No debemos interponernos demasiado en las relaciones sociales, sobre todo porque, a veces, incluso resolvemos por ellos los conflictos, sustituyéndoles hasta el punto que nunca llegan a aprender el modo en que tienen que comportarse. Es por ello que nuestro papel tiene que ser de un agente indirecto: apoyarles, guiarles, pero dejarles actuar. Es muy común que surjan conflictos porque quieren el mismo juego que otros niños o porque se hayan sentido desplazados, empujados, etc. Todo esto forma parte de un tipo de conductas propias del juego y de las edades en las que nos movemos. Lo importante es que sepan responder a estas situaciones con conductas socialmente aceptadas. En la mayoría de los casos, la tendencia ante estas situaciones es acudir a los



Los parques son circuitos muy completos para trabajar la psicomotricidad y preparados para cualquier edad. El niño se adapta a cada una de las partes del circuito en función de sus capacidades y posibilidades. Por medio de ellos se trabaja el equilibrio, gateo, capacidad de superar obstáculos, levantarse, sentarse, mantenerse sobre una pierna, etc. Todas estas actividades proporcionan un desarrollo cognitivo necesario para otros aprendizajes posteriores.

LAS NORMAS BÁSICAS

Dentro de las normas de comportamiento social que hay que aprender en el parque podemos destacar algunas a las que hay que prestar especial atención y que como padres tenemos que intentar conseguir:

Respetar su turno: Los niños suelen ser muy impulsivos y quieren de forma inmediata aquello que desean. Por medio del juego tienen que saber que puede haber otras personas que estén antes que ellos.

La paciencia: Esperar a que quede libre el juego que queremos o ser capaces de respetar el ritmo de otros en el juego aunque sean más lentos. Con ello podemos enseñarles que la vida es así y que tienen que saber esperar.

Compartir: Los niños suelen tener fijación por un juego y no se cansan de jugar de manera reiterativa a lo mismo. Hay que enseñarles que no es de ellos exclusivamente y que tienen que dejarlo al resto.

Ayudar a los demás: A pesar de que el egoísmo en estas edades está muy extendido en los comportamientos de los niños, tenemos que enseñarles a ayudar a aquellos niños a los que pueda costarles subir al tobogán, saltar un obstáculo, etc.



adultos para contarnos lo sucedido y tratar de que se lo resolvamos. Buscan la protección porque, de este modo, se sienten más seguros.

Puede ser habitual que nos dé pena o nos parezca injusto el modo en que nuestro hijo ha sido tratado y, de forma impulsiva, frente a esa situación que emocionalmente nos está haciendo daño, busquemos la manera directa e implicada solucionar el problema. Pero ahí tenemos que tratar de ser fuertes y, a pesar de nuestros estados emocionales, ayudarles y guiarles para que ellos mismos solucionen sus dificultades. Si logramos actuar de esta manera veremos cómo cada vez nuestros hijos tendrán más recursos para resolver conflictos sociales y cada vez se darán menos situaciones de este tipo porque aprenderán a desenvolverse a nivel social. Irán adquiriendo una serie de normas que les facilitarán no solo el juego, sino también las relaciones sociales.

Todos estos aprendizajes que pueden adquirir por medio de la actuación social están íntimamente relacionados con el desarrollo emocional más com-

pleto, puesto que van a comenzar a tener respuestas emocionales a esas conductas sociales que debemos ayudarles a que sean gestionadas correctamente. Adquirirán mucha seguridad en el plano emocional conforme vayan aprendiendo las normas de comportamiento, ya que les van a proporcionar una reducción de conflictos, y por tanto, una mayor estabilidad.

Finalmente, no solamente el juego en el parque reporta beneficios en todos los ámbitos del desarrollo del niño, sino que también puede ser positivo para los padres puesto que tienen la posibilidad de compartir experiencias con otros padres de edades similares. Estas conversaciones pueden ayudar a entender a nuestros hijos y a entendernos, darnos cuenta que lo que nos sucede puede ser común y propio de las edades de nuestros hijos y esto nos puede relajar. Nos ayudará a aprender de los demás en el modo de actuar con sus hijos o incluso observar conductas que queremos evitar.

María CAMPO. Directora NCLic-Kimba. www.nclic.com

SANOS Y AL AIRE LIBRE

Cuando los niños empiezan a pasar más tiempo al aire libre con la llegada de la primavera, es bueno tener en cuenta unos consejos básicos a la hora de mantener las medidas de higiene necesarias y vigilar su salud.

La luz del sol no solo es buena, es imprescindible para tener vitamina D.

Siempre, crema solar con factor de protección. La piel recuerda la exposición al sol desde la infancia.

Vigilar la hidratación porque el niño olvidará que tiene sed entretenido con el juego.

La arena no es tan mala porque los parques suelen estar protegidos de animales, pero al volver a casa, lo primero es lavarse las manos.

Si hay estornudos constantes, lagrimeo y rinitis, es importante consultar a un facultativo si se puede tratar de una alergia al polen. Tratar los síntomas es muy sencillo.

Alicia GADEA

