

¡SE ACABÓ LA ESCUELA!

Actividades de desarrollo cerebral para el tiempo extraescolar

Verano, vacaciones escolares, cierres prolongados de guarderías... cuando no hay escuela y los niños están en casa, ¿cómo puede hacer que sigan aprendiendo y divirtiéndose?

HAGA UN PLAN

Puede ser útil tener un plan informal para el tiempo extraescolar. Su plan podría incluir un horario diario o cuántos días a la semana le gustaría dedicar a una actividad especial. Tenga en cuenta estas actividades:

Utilice lo que sabe de su hijo para planificar sus días o semanas. ¿Necesita una interacción social regular o tiempo de descanso cada día? ¿Se levanta temprano o le gusta dormir hasta tarde? ¿Le gusta hacer encargos o pierde el interés rápidamente?

Dele prioridad a salir al aire libre tan a menudo como sea posible. El tiempo en la naturaleza puede ayudar a los niños a desarrollar la confianza, la creatividad y la habilidad para resolver problemas.

Incluya mucho tiempo para juegos no estructurados en los que los niños puedan idear su propia diversión utilizando su imaginación.

Está bien mantener la sencillez. Los mejores recuerdos a menudo tienen que ver con cosas sencillas, como saltar en los charcos, soplar burbujas con los amigos o disfrutar de bolis en la entrada de casa.

Reserve un tiempo cada día para leer libros, juntos o en solitario.



SEA FLEXIBLE

Aunque tener cierta estructura en sus días puede ser muy útil para muchos niños y adultos, la flexibilidad es importante. La flexibilidad puede consistir en decidir hacer las maletas e ir a algún lugar divertido en el último minuto, o puede significar quedarse en casa y descansar en lugar de hacer una actividad que había planeado. El tiempo extraescolar debe consistir en pasar tiempo juntos y crear un espacio para que su hijo aprenda y se divierta. Todas estas cosas pueden hacerse en casa o de un lado para otro, siempre que estén juntos.

ELABORE UNA LISTA DE IDEAS DE ACTIVIDADES

Una buena variedad de actividades puede ayudarle a llenar una semana o todo un verano. Algunas actividades pueden ser regulares, mientras que otras pueden ser sólo para ocasiones especiales.

Piense en actividades en los alrededores que le gusten a su hijo (p. ej. ir a nadar, a parques acuáticos, aparques de juegos, al zoológico, museos, a rutas de senderismo, juegos deportivos).

Visite lugares locales en los que su hijo nunca haya estado antes. Hable de cómo el lugar ayuda a la comunidad e invente preguntas para hacer a las personas que trabajan allí. Visiten fábricas locales, tiendas únicas, granjas, jardines comunitarios, la estación de bomberos, la oficina de correos, etc.

Deje que su hijo pruebe una nueva habilidad que usted u otra persona de confianza podría enseñarle, como tocar un instrumento musical, pescar, tejer o pintar con acuarelas.

Ofrézcanse como voluntarios en su comunidad u organice un día de servicio. Clasificar productos enlatados en una despensa de alimentos, hornear galletas para los vecinos o sacudir el polvo en casa de un amigo anciano.

Invente actividades para los días de lluvia, para cuando el tiempo no les permita salir al exterior. Organice un día de juegos de mesa o cartas, prepare una carrera de obstáculos bajo techo o construya un fuerte de mantas en el interior.

Powered by
vrom

PUNTO

4-5
AÑOS

Cosas para hacer hoy

Habla con tu niño sobre tus planes para el día de hoy. Quizás puedas conversar sobre lo que vas a desayunar.

- ¿A dónde va a ir él durante el día?
- ¿Qué pueden hacer juntos?
- o ¿qué les entusiasma a ambos hacer el día hoy?

La Ciencia Tras La Acción™

La práctica es la mejor forma de aprender a planificar. Cuando le das a tu niño la oportunidad de pensar con anticipación sobre el día, lo invitas a usar lo que ya sabe y a aplicarlo a una nueva situación de maneras flexibles.

Visite WeAreBrainBuilders.org para conocer más actividades para desarrollar el cerebro y aprovechar al máximo los momentos cotidianos con su hijo.