

RECARGAR LA MENTE: VACACIONES PARA EL CEREBRO

Ya se acerca el día más esperado del año para los estudiantes: las vacaciones. Los niños, niñas y adolescentes descansarán de toda una rutina escolar, de las actividades académicas, las pruebas y demás eventos propios de la institución. Sin embargo, más que un simple descanso, las vacaciones cumplen una función muy importante: el cuidado del cerebro. Este necesita pausas para recuperarse y fortalecer todo lo que ha aprendido durante el año escolar. En este tiempo, el cerebro aprovecha para organizar la información adquirida y tomar de nuevo impulso para seguir aprendiendo. Es fundamental que los niños, niñas y adolescentes renueven fuerzas y se preparen para un nuevo año y los retos que este traerá.



Tomado de <https://share.google/images/WoiHCAwZ6IdK12Gm>

Esto no significa que los niños dejarán de aprender; al contrario, aprenderán y reforzarán lo ya visto de otra manera. El aula de clase no es el único escenario de aprendizaje: el entorno en sí mismo ofrece oportunidades constantes para descubrir y conocer. A continuación, algunos aportes que pueden tener en cuenta cuando planeen sus actividades familiares:

Si hablamos de los viajes, aprenderán sobre geografía, historia, vocabulario, nombres de ríos, capitales y ciudades, así como sobre costumbres, fiestas y comidas típicas de cada lugar visitado. Si practican deportes o juegos en familia, aprenderán sobre reglas, disciplina y normas; también sobre la forma correcta de manejar la frustración ante la pérdida. Estas experiencias enseñan valores como el trabajo en equipo, la empatía y la cooperación, y, por qué no, también a aprender a ganar. Todas estas actividades ofrecen la oportunidad de descubrir cosas nuevas y afianzar lo aprendido en clase.



Tomado de <https://share.google/images/vyUPzUIex8Dh0wnib>

Otra forma sencilla de aprendizaje es leer por gusto. En familia, se puede crear una rutina de lectura en la que todos participen leyendo historietas, cómics o cuentos. Esto, además de fortalecer la comprensión lectora, ayuda a ampliar el vocabulario, mejorar la entonación y comprender los mensajes ocultos de cada texto, generando preguntas como: ¿qué?, ¿cómo?, ¿por qué?, ¿cuándo?, etc. También permite opinar sobre diversos temas y escuchar las opiniones de los demás, fortaleciendo la comunicación familiar, una habilidad esencial para la vida.

Por otro lado, si hablamos desde las ciencias naturales, una salida a un parque o a un jardín botánico permite aprender sobre insectos, pisos térmicos, clima y temperatura. Y si se visita un

zoológico, se pueden conocer distintos animales, sus nombres científicos, su forma de reproducción y su hábitat. Lo importante es que los niños mantengan el interés por aprender y que la familia pueda brindar estos espacios de entretenimiento y descubrimiento.

Las actividades artísticas, como la pintura, el modelado o tocar instrumentos, favorecen la creatividad y permiten expresar emociones de una manera libre y divertida. Lo más significativo es que la familia actúe como agente activo en el proceso, generando preguntas y compartiendo el aprendizaje. Además, con lo rápido que avanzan los medios digitales, estos pueden ser herramientas muy útiles si se usan con un propósito claro.

Después de cada actividad, como familia, sería interesante realizar una reflexión sobre lo vivido, con preguntas como:



Tomado de <https://share.google/images/qzMWddg4slfdk3Gxi>

• ¿Qué te hizo pensar en lo que viste hoy?

- ¿Por qué crees que es importante cuidar los animales, las plantas o el arte?
- ¿Qué cambiarías del lugar que visitamos si pudieras mejorarlo?
- ¿Qué relación encuentras entre lo que viste y lo que aprendes en clase?
- ¿Qué cosas te gustaría seguir investigando después de esta visita?
- ¿Qué puedes hacer tú para cuidar lo que viste (animales, naturaleza, patrimonio)?
- ¿Qué valores crees que pusiste en práctica hoy (respeto, cooperación, curiosidad...)?
- ¿Qué te gustaría que los demás aprendieran de esta experiencia?
- Si pudieras ponerle un título a tu experiencia, ¿cuál sería?
- Si tuvieras que dibujar lo que más te gustó, ¿qué representarías?

En conclusión, las vacaciones no significan dejar de aprender, sino aprender de otra forma. Cada experiencia, conversación, reto o momento vivido en familia, cada juego y cada reflexión pueden convertirse en una oportunidad para descubrir algo nuevo, aprender y seguir creciendo, alimentando la curiosidad y fortaleciendo la capacidad de los niños para expresar sus experiencias de forma clara y con sentido.

Realizado por
Katherine Sánchez Angarita
Nivel 5

