

Guía de Juegos en Familia: ¡Pequeños científicos y exploradores de la naturaleza!

Queridas familias:

¿Sabían que el cerebro de sus niños y niñas se construye a lo largo del tiempo, desde la base, igual que los cimientos de una casa?. Durante estos primeros años de vida, se forman más de un millón de conexiones neuronales cada segundo. Para que esta increíble arquitectura cerebral crezca fuerte, el ingrediente clave es lo que los científicos llaman **"servir y devolver"**.

Cuando sus hijos e hijas salen al patio o al parque, encuentran una piedra, se la muestran (el "servicio") y ustedes les responden con entusiasmo haciendo una pregunta sobre esa piedra (la "devolución"), el cerebro de sus pequeños literalmente hace chispas creando nuevas conexiones. Además, aprender no solo ocurre en la mente; las capacidades cognitivas, emocionales y sociales están profundamente entrelazadas. Explorar el mundo natural junto a un adulto cariñoso les brinda seguridad, lo cual es fundamental, ya que un niño o niña que se siente seguro y apoyado desarrolla sistemas biológicos que promueven una buena salud física y mental para toda la vida.

A continuación, les presentamos tres metas de exploración científica que estamos trabajando en el colegio, junto a juegos muy simples para disfrutar en casa:

Meta 1: Despertar la curiosidad y el asombro por la naturaleza

En el colegio buscamos que los niños y niñas observen con asombro los cambios que ocurren en las plantas, los animales, el clima o el cielo, y que quieran saber más sobre ellos.

👉 Juego en casa: "Cazadores de tesoros al aire libre"

- **¿Cómo jugar?** Entréguele a su hijo o hija una bolsita de tela o una caja pequeña y salgan a caminar a la plaza, al patio o incluso a observar por la ventana. Pídanles que recolecten o busquen cosas específicas: *"¿Podemos encontrar tres hojas de distinto color? ¿Y una piedra que sea muy suave? ¿O una nube que tenga forma de animal?"*.
- **El poder del "servir y devolver":** Cuando el niño o niña encuentre una hoja seca, no se limiten a decir "qué linda". Estiren la conversación diciendo: *"¡Guau! Esta hoja es café y suena cuando la apretamos. ¿De qué árbol crees que cayó? ¿Por qué crees que cambió de color?"*. Al responder a sus balbuceos, palabras o gestos de manera apropiada, la arquitectura de su cerebro se forma maravillosamente.

Meta 2: Hacerse preguntas y "adivinar" qué pasará (hacer predicciones)

En el colegio buscamos que no solo observen, sino que también logren imaginar y tratar de adivinar (formular conjeturas) por qué ocurren ciertos fenómenos naturales o qué pasará si hacen algo.

👉 Juego en casa: "El laboratorio del agua"

- **¿Cómo jugar?** Llenen un recipiente grande o un balde con agua. Busquen juntos distintos objetos de la casa o el patio: una moneda, una pluma, una tapa de plástico, una hoja, una piedra. Antes de



poner cada objeto en el agua, pregúntenle: *“¿Qué crees que va a pasar con esta piedra? ¿Se irá al fondo (se hunde) o se quedará arriba (flota)?”*.

- **Para ir más allá:** Una vez que el niño o niña haga su predicción, ¡hagan la prueba! Luego conversen sobre el resultado: *“Tenías razón, la piedra se hundió. ¿Por qué crees que la hoja sí flotó y la piedra no?”*. Estos pequeños desafíos ayudan a que las partes del cerebro que asumen funciones más complejas comiencen a especializarse.

Meta 3: Cuidar nuestro planeta con acciones diarias

En el colegio buscamos que los niños y niñas practiquen acciones cotidianas que ayuden a cuidar el medio ambiente, comprendiendo que el agua, el sol y la limpieza son vitales para las personas, animales y plantas.

👉 Juego en casa: "Los superhéroes del planeta"

- **¿Cómo jugar?** Invítenlos a asumir una misión muy importante en casa, usando si quieren una capa imaginaria. Su misión puede ser convertirse en los "Guardianes del Agua" (encargados de cerrar la llave mientras se lavan los dientes) o los "Capitanes del Reciclaje" (ayudando a separar los cartones de los plásticos). También pueden plantar juntos una semilla o un poroto en un vaso con algodón húmedo.
- **El poder de la conexión:** Mientras hacen estas actividades, explíquenles por qué lo hacen: *“Las plantitas necesitan agua para crecer, igual que tú y yo”*. Las relaciones receptivas y las experiencias de aprendizaje positivas que se brindan en el hogar son la base para que adquieran estas destrezas para toda la vida.

Un recordatorio final: Los niños y niñas que crecen en un entorno de relaciones seguras, evitando el estrés continuo y recibiendo estímulos cariñosos, tienen menos riesgo de padecer enfermedades físicas y problemas de salud mental en el futuro. Por lo tanto, cada vez que ustedes se agachan a la altura de sus hijos para observar maravillados un caracol o una flor, ¡están protegiendo su salud y construyendo su inteligencia!

¡HASTA LA PRÓXIMA!