



Aprendizaje



**Patricia  
Cigarán**

Experta en  
Educación

---

## Aunque tenemos que teletrabajar la oportunidad es única para pasar más tiempo con nuestros hijos e hijas

---

Estamos viviendo un momento único, a lo largo del día las noticias son cambiantes, por minutos vamos avanzando a pasos agigantados hacia el confinamiento. La opción actual, quedarnos en casa con los niños, no tiene alternativa. Por eso, lo mejor es aprovechar esta circunstancia para disfrutar de nuestras hijas e hijos.

Según la edad que tengan podéis establecer un horario familiar en el que participen y

sugieran actividades. El horario hará que haya un orden en la casa, junto a él se pueden establecer pequeñas responsabilidades, de tal manera que ayude a estar pendientes unos de los otros. Estos momentos de convivencia no los hemos tenido en otra ocasión y seguro que podemos obtener cosas muy positivas.

Realizar las obligaciones y actividades disfrutando de ellas conscientemente, dejar la rapidez e inmediatez a un lado, hará que podamos aprovechar el tiempo en cada minuto porque no nos espera lo siguiente. Somos los dueños de nuestro tiempo y podemos disfrutarlo a tope. ¿En cuántas ocasiones nos hemos encontrado hablando con nuestros hijos o hijas a la vez que estábamos respondiendo un correo, realizando una tarea en casa, saliendo por la puerta, etc?? Hoy y ahora en lo que estoy y más que nunca es en disfrutar de ellos, poner todos los sentidos, observarles, mirarles a los ojos todo lo que tantas veces echamos de menos en nuestro ?rally? de vida. Descubriremos cosas que no nos habíamos parado a pensar, confirmaremos otras y podremos establecer planes de mejora con las que nos gustaría que cambiaran.

Podremos hablar con calma, contar anécdotas, historias de nuestra infancia, ver videos familiares, álbumes o galerías de fotos. Da pie al dialogo sin hacer preguntas, en algunas ocasiones caemos en ?el tercer grado? para que nos cuenten sus cosas y no nos damos cuenta que nosotros contamos pocas de las nuestras. Es sorprendente la curiosidad que despiertan por conocer lo que hacían sus padres y madres en otras etapas de su vida y aún más contarles cosas de cuando ellos eran pequeños.

Con el diálogo, los juegos, las labores de casa y leyendo cuentos o viendo alguna película. ?El hoy y ahora con mi hijo o hija? aprovechadlo a tope, más vosotros que ellos porque lo vais a agradecer y sobre todo disfrutar.

Os dejamos a continuación algunas actividades para hacer con ellos por si se os acaban las ideas:

### **1. Test de comida**

Con una venda en los ojos probar diferentes comidas o sabores ¡adivínalos!

### **2. Hacer rosquillas**

Realiza la masa y dale forma para freírlas.

### **3. Teatro negro**

Vístete de negro entero, recorta siluetas de cartulina con colores fluorescentes y pégalas en un palo. Pon una sábana blanca de lado a lado y los que estáis de negro con los palos y la habitación oscura; otra alumbra con una linterna las siluetas y a realizar el teatro mágico.

### **4. Adivinar capitales**

Poner un mapamundi en blanco e ir escribiendo capitales en cada continente por equipos.

## **5. Trucos de magia**

Saca unas cartas, un gorro..., practica un poco y haz un espectáculo de magia para tú familia.

## **6. ¿Prueba o verdad?**

Se trata de dar a elegir; si eliges prueba te ponen una prueba, por ejemplo, ducharte con agua fría; si dices verdad, se hace una pregunta de un tema no habitual.

## **7. Cálculo mental**

Realizar operaciones de menor a mayor dificultad, de tal manera que según se va fallando uno se elimina. Y recuerda, sólo tienes 5 segundos.

## **8. Aviones de papel**

Construye aviones tan aerodinámicos como puedas y realiza un ?combate? entre dos de tal manera que uno enfrente del otro se van echando los aviones sin parar. Si le das en el cuerpo son dos puntos y si le das en la cabeza son cinco puntos.

## **9. Ahorcado**

Pensar una palabra y poner el número de letras que tiene con líneas pequeñas para poner encima la letra. Si acierta, poned la letra en los huecos que corresponda y si no se va haciendo un dibujo del ahorcado. Si no adivina la palabra antes de acabar el dibujo vuelve a pensar la nueva palabra la misma persona.

## **10. Circuito de canicas**

Monta un circuito y con el menor número de golpes posibles llega a la meta ¿Quién ganará?

## **11. Juego de las tabas**

Realizar 6 tabas con plastilina u otro material. Se tiran 5 de ellas y con la sexta la tiras al aire para que mientras baje cambies la posición de cada una de ellas antes de coger la que has tirado. El que cambien todas las posiciones establecidas en el menor número de tiros y las coja toda ella gana. Si se cae pasa al siguiente jugador.

## **12. Aprender a tocar un instrumento**

Elige un instrumento, toca 10 minutos cada día con un tutorial y a ver si puedes tocar una pieza en una semana. Disfruta con la música.

EXPERTO:  
Patricia Cigaran  
Experta en Educación

**Experta en Educación Familiar con más de 20 años de experiencia en la dirección de colegios infantiles.**