



8 RECURSOS DE ENTRETENIMIENTO EN CASA

(para tiempos de confinamiento forzado)

La crisis global nos ha encerrado, en casa, a una inimaginable cantidad de personas en todo el mundo. Lo inédito del momento nos impulsa a saber qué hacer con nuestros pequeños y pequeñas, dentro de casa, durante muchos días. Partamos de dos bases: es tiempo para aprender de manera profunda y crítica sobre esta pandemia, y también para aprender y reaprender a estar en familia, a dialogar con nuestros hijos, a descubrir y gozar la cercanía con los cercanos.

Y para agregar calidad a este tiempo, propongo 7 recursos de entretenimiento que pueden utilizarse para que niños, niñas y adolescentes puedan llevar mejor estos días de encierro. Antes deberá establecerse una especie de horario o calendario básico. Por ejemplo, al despertar y luego de desayunar, realizar tal o cual actividad. Luego la siguiente, y así, de manera muy general. Se trata de organizar el día desde la diversidad, el entretenimiento y lo que sea formativo. Recordemos que la vida tiene que seguir después. Es importante que se trate de cumplir, sin caer en irracionales inflexibilidades que solo pueden agravar las condiciones de vida en estos días difíciles. Flexibilidad + implicación + control + actitud de adultos son la clave. Los recursos propuestos son:



1. Uso de tecnología

El uso de la tecnología incluye videojuegos, observación de vídeos, intercambio e información. La tentación es muy grande para que estos días se llene con tecnología el tiempo. Propongo el uso de la llamada “dieta digital”: poner tiempo y horario, en la mañana y en la tarde, para el uso de dispositivos. Así, no solo podremos ocupar tiempo, sino que tampoco perderemos el control de este. Por ejemplo, una hora en la mañana y otra por la tarde, para videojugar, para Youtube u otros usos sanos, tanto en computadora como en teléfono celular. Pero cuidado, ¡que no pasen los días completos ante pantallas!, ¡no nos liberemos de nuestra responsabilidad educadora como adultos! Pensemos en el ejemplo de cómo nosotros estamos usando el tiempo, el modelaje es importante, no podemos pedir lo que no damos.

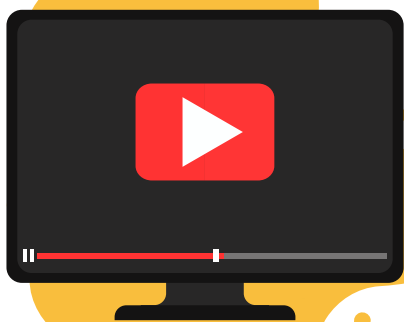
2. Lectura y relectura.

Como a todos nos tomó esta crisis sin grandes preparativos (y como tampoco la economía puede ser de gran ayuda para adquisición de libros), puede que no tengamos grandes cantidades de libros que sean del interés de nuestros niños, niñas y adolescentes. Lo que tengamos sin leer, o lo que ya se leyó para poder releer, también debe ser un recurso que podemos potenciar en estos días. También podemos leer por internet (si contamos con ello). Usar, por ejemplo, el aporte de la UNESCO es una enorme posibilidad. Sé que esto es difícil por la falta de hábitos, pero pueden ser pocos minutos (unos 10 o 15, al menos) para que también la lectura contribuya al uso educativo del tiempo libre. Esos 10 minutos “quitados” a la tecnología, a la desesperación y al aburrimiento, serán muy útiles dentro y después de la crisis. Por supuesto, si es más (con gozo y placer), ¡mucho mejor!



3. La televisión.

Ya sea en televisión nacional, cable o plataformas (como Netflix y otras), el tiempo compartido para ver películas y series puede ser un recurso maravilloso que no necesariamente llena la totalidad del tiempo, pero sí lo complementa. Al igual que el uso de la tecnología, este no debiera ser el recurso dominante, pero sí es momento para compartirlo de manera familiar. Y si cuenta con aparato de videoreproducción (o computadora), el uso de viejas películas también es un útil recurso.



4. Juegos de salón

Espero que algún juego guardado por ahí pueda aprovecharse y complementar a los otros recursos. Este es, sin embargo, un potenciador muy fuerte de la convivencia, el intercambio y el “paso del tiempo” más integrador. La risa, el diálogo, la sana discusión, la cercanía entre los miembros de la familia, permite llevar el confinamiento de una manera más armónica. Si no tiene juegos de salón (o de mesa, como también se les llama), se pueden crear tableros, fichas y jugar con las reglas que los adultos conocen. Si tiene acceso a internet, ahí puede encontrar reglas, posibilidades o aprendizajes para todo tipo de juegos. Aprender a jugar ajedrez o damas, o damas chinas, todo eso es posible y muy gratificante cuando se realiza en familia.



5. Actividades de elaboración, arreglo, reparación, redecoración, limpieza, cocinar.

Tareas compartidas, actividades colectivas de ayuda colectiva, tareas repartidas de limpieza y mantenimiento, etcétera, constituyen este recurso. Esto también puede representar un aprendizaje permanente que, además de llevar mejor este tiempo de estar en casa, puede representar aprendizajes y obtención de hábitos para el tiempo poscrisis. Cocinar juntos puede ser algo novedoso y de aprendizaje compartido.



6. Actividad física.

Caminar por la casa, con clara conciencia de “estar haciendo ejercicio” puede ser una básica manera de mantener el movimiento. Existen muchas propuestas de ejercitación en redes sociales que pueden valorarse y aprovecharse. La clave es que la familia esté muy clara de la necesidad de que el cuerpo se mueva, que se sienta sano, que no nos dejemos vencer por la tentación de estar solo en la cama, frente a la televisión o el celular, en pleno abandono de nuestro cuerpo. Tomemos en cuenta que puede existir un cambio o desequilibrio en nuestra alimentación de estos días que puede afectar nuestra condición. O para quienes venían con la “pena alargada” de la alimentación de fin de año, sin recuperar la condición física, ¡este es un buen momento para rutinas de ejercicios! Y dar el ejemplo a los menores.



7. Tareas escolares.

Mediante las distintas estrategias que los establecimientos públicos y privados ofrecen para seguir el proceso de aprendizaje escolar, se puede mantener, en cierto nivel, el ritmo de aprendizaje formal. Para aprovechar mejor estos recursos, es útil establecer un horario fijo, para cada día, en el cual se harán las tareas. Sugerimos que padres y madres pueden dialogar sobre ellas y que solo sean enviadas después de este diálogo. Pero miles y miles de escolares, principalmente de escuelas oficiales, no cuentan con plataformas específicas, sin computadoras personales o sin servicio de internet. Aquí el drama escolar nos recuerda las desigualdades. Quizá mediante correos o llamadas telefónicas, docentes y directores(as) pueden enviar algunas tareas básicas a quienes puedan y estos a los demás. Nunca será lo mismo, ni se cumplirá bien el proceso de aprendizaje, pero ante una crisis que afecta la vida y la salud, ¡eso es secundario! ¡Sugiero que no caigamos en la ansiedad por los aprendizajes escolares cuando de lo que se trata es aprender a cuidarse, a cuidar de otros, a estar en familia, a sobrevivir bien! ¿No son estos aprendizajes relevantes y significativos mucho más valiosos que el mismo currículo oficial?



8. Actividades artísticas

El arte es parte fundamental de la vida humana, crear o escuchar música, la práctica de algún instrumento, crear una obra o coreografía familiar, hacer pintura, manualidades de reciclaje, etcétera.

En medio de todo, quisiera compartir que, al nomás saberse la noticia del toque de queda en nuestro país, la primera reacción de mi hijo de 14 años fue la de preguntar: ¿Y qué van a hacer con las personas que viven en la calle? Una manera, desde un adolescente, de recordarnos que, en la crisis, los más pobres y abandonados sufren mucho más que el resto. No olvidar a los olvidados de siempre, empieza por preguntarnos qué hacer en la distancia, sin falsos heroísmos ni imprudencias o comportamientos que estorban más de lo que ayudan. Algo podremos ir pensando si no dejamos de sentirlo.

