

¡¡¡PODEMOS VOLVER A LA CALLE!!!

27 DE ABRIL DE 2020

El Gobierno ha previsto que todos los niños y niñas menores de 14 años puedan volver a la calle, con precauciones y manteniendo las distancias sociales previstas, para lo cual, os aportamos las siguientes sugerencias:

- 1) Debemos mentalizar a nuestros niños y niñas y explicarles cómo va a ser la salida y los detalles que deben conocer. Es muy importante anticiparles como van a ser estas salidas, eso hará que se sientan más seguros y la experiencia sea mejor.
 - Deben entender lo excepcional de la situación y que no va a ser así para siempre. Es el principio de un camino y hay que ir pasito a pasito.
 - La salida es de una hora de duración, y conviene hacerles alguna referencia a ese espacio de tiempo para que se hagan una idea. Por ejemplo: es el tiempo que dura tu serie favorita, la actividad extraescolar a la que ibas, etc.
 - No podemos ir a cualquier sitio. Nos podemos mover alrededor de un kilómetro de casa. Se puede indicar a los niños haciendo referencia a lugares que ellos conocen. Por ejemplo: podemos ir hasta la plaza, hasta el parque, ...
 - No se puede estar en espacios comunes como parques, ni subirnos a columpios, toboganes, ni utilizar otros juegos que antes nos gustaba compartir con los amigos y amigas.
 - Pero sí nos permiten estar en espacios abiertos donde podemos movernos libremente, correr y saltar, pero no juntarnos en grupo con amigos para jugar a juegos ni hacer equipos.
 - Podemos sacar alguno de nuestros juguetes favoritos, pero tendremos que limpiarlo al llegar a casa.
 - Veremos a la gente que se protege con guantes y mascarillas, no debe extrañarnos y menos angustiarnos y así se lo explicaremos a nuestros hijos, con razonamientos asequibles a su edad.
 - Hay que salir a la calle tomando todas las precauciones que se recomiendan para prevenir el contagio como mascarillas, guantes, manga larga..., y si no es posible lo recomendado, utilizaremos gel hidroalcohólico cuando toquemos algo.
 - Cada salida puede ser una aventura y convertirnos en observadores curiosos, disfrazarnos para que nadie nos reconozca, utilizar el lenguaje de los cuentos, nuestra fantasía, saber más sobre el virus, aprender nuevos comportamientos y formas de disfrutar de la calle.
 - Al regresar a casa, nos lavaremos las manos con jabón, nos cambiaremos de ropa, zapatos y desinfectaremos los juguetes que hayamos utilizado o los dejaremos depositados en la entrada. Si es posible, no los usaremos dentro de la casa.

- 2) Puede haber niños que no quieran salir porque tienen miedo, porque en casa se sienten más seguros,.. En esos casos hay que respetar su decisión y no obligarles a salir hasta que no se encuentren preparados. Poco a poco ya se irán relajando, comprobarán que otros amigos y/o familiares han salido y no les ha pasado nada, e irán desapareciendo sus temores.
- 3) Tras la salida, sería interesante poder tener unos momentos de reflexión y charla con nuestros hijos, para saber cómo han vivido estas primeras salidas. Simplemente sería conversar con ellos, en un entorno distendido, y que cada uno explicase qué es lo que más le ha gustado, que es lo que menos le ha gustado, si ha tenido miedo, si le ha parecido poco rato, o mucho,.. Una forma de iniciar este diálogo es dando nuestra opinión como adultos, contando alguna cosa buena y alguna que no nos haya gustado tanto, para que nuestro hijo/a pueda manifestar tanto sus sentimientos positivos como los negativos.

Incluso, si le apetece, puede plasmarlo en un dibujo, en un pequeño diario, en su libreta de apuntes,...

IDEAS PARA PREPARAR LA SALIDA:

- En la red podemos encontrar muchos juegos EDUCATIVOS Y DIDÁCTICOS, clasificados por temáticas que podemos utilizar para amenizar las salidas. Os presentamos tres ejemplos de Portales educativos recomendables:
 - ABC JUEGOS PARA NIÑOS: <https://arbolabc.com/>
 - LOS OCHO JUEGOS MÁS DIVERTIDOS CUANDO VIAJAN EN COCHE: Algunos pueden aplicarse a las salidas por las calles, adaptados a esa finalidad: <https://www.abc.es/familia-padres-hijos/20130722/abci-juegos-coche-viaje-201307221246.html>
 - IDEAS VERDES: www.ideasverdes.es

También os adjuntamos el documento “**Volvemos a la calle**”, en el que podéis encontrar ideas prácticas para jugar con vuestros hijos en estas primeras salidas a la calle.

Para los más pequeños, os adjuntamos el cuento de “**El oso goloso**”, que os puede ser muy útil para trabajar con vuestros hijos el desconfinamiento.