



DESARROLLO INFANTIL EN LA NATURALEZA

Los niños deberían tener la oportunidad de interactuar de manera habitual con entornos naturales para poder desarrollarse en diversos aspectos clave para el crecimiento humano.



“Si el mundo no aprende ahora a respetar la naturaleza, ¿qué futuro tendrán las nuevas generaciones” (Rigoberta Menchú).

Uno de los aspectos que más me sorprenden como psicólogo es cuando las familias dicen que no tienen tiempo para ir a entornos naturales. Si bien nosotros formamos parte de la naturaleza, a veces nos olvidamos de su importancia, y parece ser un complemento que se aleja mucho del tiempo invertido en transportarnos de un sitio a otro, o incluso del tiempo que dedican muchos de los niños a ver la televisión. La naturaleza es el contexto de donde hemos aprendido cosas importantes a lo largo de nuestro recorrido como especie, y aún debería ser un espacio fundamental de experiencias y crecimientos no solo como individuos, sino como grupo humano.

¿QUÉ OPORTUNIDADES NOS OFRECE LA NATURALEZA?

- **Nos permite enseñar en valores:** la naturaleza permite que los niños interactúen entre ellos de manera abierta y dinámica. Conceptos relacionados con la naturaleza directamente como el respeto hacia los animales, el compromiso hacia las plantas, son algunos de los valores que podemos potenciar. Pero, además, el contexto natural es un medio donde mediante el juego en grupo podemos potenciar la solidaridad, la amistad, la honestidad, la tolerancia, y muchos otros valores, lejos de los contextos cerrados más habituales en la vida de los más pequeños como son la casa o el centro educativo.
- **Modera el estrés infantil:** estudios científicos confirman que los niños que tienen la oportunidad de tener contacto con entornos naturales consiguen moderar el efecto del estrés cotidiano de manera más efectiva que los niños que no tienen dicho contacto. Esto indica la importancia que tiene la naturaleza en los centros educativos y también la necesidad de unos hábitos familiares que favorezcan el contacto continuo de los niños con la naturaleza en horario no académico.
- **Modera las situaciones de sobrepeso y obesidad infantil:** estudios científicos relacionan un menor riesgo de sobrepeso y obesidad infantil cuanto más naturaleza haya en el entorno donde desarrollan

su vida. Esto implica la predisposición de los más pequeños al movimiento para su desarrollo.

● **Fomenta la creatividad:** jugar con piedras, ramas, hojas, tierra... e inventar historias partiendo de un cuento que los más pequeños ya conozcan, o buscar nubes, árboles o piedras que se parezcan a algo o a alguien hará que los niños comiencen a potenciar el motor llamado creatividad. Esto tiene una relación directa con la capacidad del ser humano de adaptarse a situaciones y resolver problemas, por lo que todavía le da más importancia a este tipo de situaciones.

● **Potencia la atención y la concentración:** la naturaleza es una facilitadora de situaciones donde el niño ha de concentrarse: explicarle como funciona un hormiguero y seguir el rastro de las hormigas, cerrar los ojos y centrarse en un sonido en concreto, o enseñarle a realizar una tarea sencilla del huerto son algunos de los ejemplos de cómo en un entorno abierto los más pequeños desarrollarán capacidades suficientes para regular su atención. Además, varios estudios científicos respaldan la importancia que tiene la naturaleza en la reducción de síntomas de los niños con Trastorno por Déficit de Atención.

● **Mejora el aprendizaje académico:** la naturaleza ofrece la oportunidad de mejorar nuestro vocabulario y dar respuesta

PELÍCULAS PARA AMAR LA NATURALEZA

- **ICE AGE** (La edad de hielo). Dirigida por Wedge y Saldanha.
- **MI GRAN AMIGO JOE.** Dirigida por Underwood.
- **VECINOS INVASORES.** Dirigida por Johnson y Kirkpatrick.
- **EL LIBRO DE LA SELVA.** Dirigida por Reitherman.
- **EL REY LEÓN.** Dirigida por Allers y Minkoff.

“La amplitud del cielo, la arquitectura movable de las nubes, las coloraciones cambiantes del mar, el centello de los faros, son un prisma maravillosamente apropiado para distraer los ojos, sin cansarlos jamás.” (Charles Baudelaire).



ACTIVIDADES QUE OS PUEDEN SERVIR DE REFERENCIA

SI QUERÉIS POTENCIAR EL ÁREA MUSICAL:

haced una exploración del entorno natural, y recoged hojas secas, piedrecitas, frutos secos, ramitas que estén en el suelo... con todas esas cosas podéis montar una canción y que los pequeños sean los protagonistas de cómo pueden organizar los sonidos de manera diferente y ecológica.



SI QUERÉIS POTENCIAR EL ÁREA MOTORA:

podéis pensar en un proyecto para algún animal de la naturaleza; podéis realizar un agujero y guardar frutos secos para que los animales los cojan (lo podéis ir visitando semanalmente), podéis fabricar un nido y entender como cuida la madre de los polluelos a sus crías, o podéis hacer una búsqueda de posibles alimentos para dárselos a los peces de un riachuelo.



SI QUERÉIS POTENCIAR EL ÁREA VERBAL:

buscad cuáles son las plantas y los animales más habituales de la zona que vais a explorar, y haced un repaso antes de salir con apoyo de imágenes (puede ser en el móvil); después tendréis que ir paseando y recordando cómo se llama cada una de las plantas y animales que os vais encontrando, podéis ir puntuando, para que cuantos más puntos consigáis en familia más tiempo tendréis la próxima salida juntos. Si no lo recordamos lo revisamos.



SI QUIERES POTENCIAR UN VALOR:

podéis alquilar un árbol frutal en un huerto cercano a vuestra casa y visitarlo para que vuestro hijo se responsabilice de su cuidado, incluso que pueda disfrutar de la fruta que da con su cuidado, de manera que potenciemos la responsabilidad.



SI QUIERES POTENCIAR SU PERCEPCIÓN SENSORIAL:

podéis jugar a “coger al árbol”; en este juego tenéis varios árboles alrededor, pero hay que tocar el árbol según unas pistas que se dan, por ejemplo: un árbol pequeño, o un árbol pequeño con un arbusto junto a él. Se va alternando los turnos con el niño de manera que no solo potencie su percepción, sino que discrimine para dar la información al adulto en su turno.



➔ matemática desde el aprendizaje vivencial. Un método que ha resultado tener un impacto mayor en el proceso de enseñanza y aprendizaje de los niños. Aquello que tenemos más cercano y que experimentamos tiene una mayor impronta en nuestra memoria. Entender las matemáticas usando piedras, árboles o dibujos en la tierra hechos por uno mismo facilita el proceso lógico y matemático. Así como aprovechar una ruta para mostrar animales y plantas nuevas potencia mucho más la capacidad léxica.

● **Desarrolla la capacidad psicomotriz:** la naturaleza nos ofrece diferentes texturas donde nuestros hijos pueden aprender a trabajar el equilibrio sin darse cuenta. La naturaleza facilita la posibilidad de enseñar habilidades como dar volteretas, jugar a apoyarse en un pie, o escalar, que no podríamos potenciar en la calle de nuestras localidades, máxime si son ciudades grandes. Ejemplos como recorrer una línea de arena en un huerto, o apoyarse en una piedra mientras damos palmas son muy positivos para potenciar el conocimiento psicomotor del más pequeño.

● **Mejora la visión:** en la actualidad el uso de la visión se da en distancias cortas (televisión, dentro de una habitación...), pero la naturaleza permite utilizar una visión amplia y estrecha, y ser capaz de ir modificándola según las demandas que solicita el contexto. Podemos potenciar ese juego de visión corta y larga, por ejemplo, en un día con nubes dispersas, a modo de competición debemos buscar varias hojitas, algunos insectos... y una vez vistos hemos de buscar una forma parecida en alguna de las nubes del cielo. Con esto hacemos que la visión de los más pequeños se adapte a diferentes situaciones visuales facilitando la visión.

● **Permite las relaciones sociales:** el entorno natural nos permite desarrollar juegos con otros niños en un entorno más relajante, lejos del ruido y de la saturación de mensajes visuales. Esto provoca que, ante situaciones de conflicto, la regulación de los más pequeños de la casa sea más fácil, y podamos introducir aprendizajes emocionales, de colaboración... de manera más sencilla. ■