



Naturaleza en familia

Por Raquel Garrido, *Directora Académica del Preescolar Primi Passi.*

A propósito del mes de la Familia, no hay nada más enriquecedor que acompañar a nuestros hijos en sus aventuras en la naturaleza. Compartir sus descubrimientos, escuchar sus historias y celebrar sus logros, de seguro generará recuerdos para toda la vida. Pasar tiempo libre en entornos naturales es esencial para que sean competentes, confiados, saludables, fuertes y felices. Es nuestra responsabilidad como padres brindarles esa oportunidad, que además les permitirá crear lazos afectivos con la naturaleza. Serán esos lazos que sentarán las bases para desarrollar en ellos la conciencia ecológica, pues 'cuidamos lo que amamos y amamos lo que conocemos'.

Ahora bien, ¿a dónde vamos?, ¿qué hacemos?, ¿cómo motivamos ese contacto con la naturaleza? En un mundo cada vez más estructurado y complejo, las respuestas a estas preguntas son más sencillas de lo que pensamos. Al decir de la Dra. Claire Warden¹, lo que los niños necesitan es "vivir la naturaleza sin adrenalina". Se trata de salir 'a hacer nada'. Lo que se requiere es de tiempo libre en un espacio exterior (patio, parque, campo, playa) donde podamos contemplar, descubrir y sentir. Disfrutar con nuestros hijos el vuelo de un ave, los colores de una puesta del sol, el olor de la grama mojada, el crujir de las hojas y ramas secas, una mariposa que revolotea, el placer de mancharse las manos y de mojarse los pies.

Resistamos la necesidad de romper el silencio con continuas explicaciones y preguntas. Démosles tiempo a nuestros hijos para sentir y descubrir por ellos mismos. Vivida con sencillez, la naturaleza ofrecerá abundantes oportunidades de interacción y creación. Cuando los niños nos hacen preguntas, Heike Freire, en su libro 'Educar en Verde'² sugiere: "Basta con ofrecerles respuestas sencillas y, si es el caso, confesarles que no sabemos, pero estamos dispuestos a aprender, a investigar con ellos, utilizando todos los recursos que estén a nuestro alcance".

Freire, referente internacional en transformación educativa y desarrollo humano humano en contacto con la naturaleza, también ofrece consejos para ayudar a nuestros hijos a desarrollar una relación positiva con la naturaleza:

- No temas que se manchen, se mojen o se hagan daño. El aire puro fortalece las defensas inmunitarias, y pueden cambiarse tranquilamente después del juego. Confía en sus capacidades y recursos.
- Anímalos a hacer preguntas sobre lo que ven y a jugar con lo que encuentran.
- Déjales subirse a los árboles, revolcarse por la hierba, tocar las plantas y la tierra, observar los insectos... Son maneras sencillas y divertidas de entrar en contacto con la naturaleza.
- Enséñales con tu ejemplo a amar y respetar a todos los seres como sus iguales, cultivando su capacidad natural de empatía. Permíteles que aprecien, en toda su belleza, el continuo movimiento que es la vida
- Trata de transmitirles seguridad y confianza en la tierra, los fenómenos atmosféricos, los animales y las plantas.
- Aprende a apreciar y comparte con ellos la magia de los momentos de ensimismamiento. Respeta su silencio.

“En este mes de la familia, te invitamos a poner en práctica estas sugerencias y a experimentar la magia de la naturaleza.”

¿Quieres tener más información?
Escríbenos a:
info@fundacionpropagas.do



¹ Warden, C., & McNair, L. (2012). Nature Kindergartens and Forest Schools. Mindstretchers Ltd.
² Freire, H. (2021). Educar en verde: ideas para acercar a niños y niñas a la naturaleza - 2011 Edition. Editorial Grao