



Cuerdas para trepar, puentes y hasta una pirámide truncada tiene el nuevo patio de colegio Almendral, parte de la Fundación Educacional Nosedal. "Hay muchas más cosas que hacer" dice Josefina Toledo de 4° básico

Es una herramienta pedagógica más:

## En época de estrés, un buen patio escolar puede ser un importante aliado para bajar tensiones

■ Un espacio que entrega la oportunidad de interactuar y moverse entre distintos ambientes ayuda a los niños a desarrollar competencias, como la empatía, la colaboración y la autorregulación. La presencia de la naturaleza también permite disminuir la ansiedad.

MARGHERITA CORDANO

Además de conocer a sus nuevos profesores y ponerse al día con sus amigos, la vuelta a clases de los estudiantes del colegio Almendral de La Pintana tuvo una sorpresa extra. En vez del patio plano y de cemento al que estaban acostumbrados, las escolares encontraron que lomas y árboles le entregan una nueva panorámica al lugar.

Distintas texturas —ladrillos, maicillo y mulch, un conjunto de ramas trituradas que ayudan a cubrir el suelo— ahora son parte del paisaje y las cuerdas para escalar suponen un desafío entretenido de abordar. A eso se le suman túneles, rampas e incluso una pirámide truncada.

"Vimos que era una inversión de alto impacto, porque, entre otras cosas, cambiar la fisonomía del patio tuvo el objetivo de mejorar la convivencia escolar. Como antiguamente era un patio liso, había muchos accidentes porque las niñas chocaban; el movimiento no era intencionado y ellas solo corrían por el patio", comenta la directora, Loreto de Vidts.

El cambio, "además, les va a ayudar a mejorar su autoestima, porque el juego se vuelve más desafiante", dice sobre el nuevo rostro del establecimiento, que en su mayoría educa a niñas de la población El Castillo. En muchos casos, se trata de estudiantes que en sus casas no tienen patios o cuentan con pequeños espacios techados y de cemento.

"Tradicionalmente, se ha entendido la sala de clases como el lugar donde se aprende, mientras que el patio se ha visto como un lugar de distensión y ocio. Sin embargo, en el patio, durante el recreo, son los estudiantes los que deciden qué hacer y cómo hacer-

### Fuera del aula

Loreto de Vidts, directora del colegio Almendral de La Pintana, destaca que una de las ventajas de planificar un patio escolar es que este se puede usar no solo en los recreos, sino que también para hacer clases al aire libre de vez en cuando.

Una investigación de la U. de Illinois en Urbana-Champaign concluyó que, tras una lección fuera de la sala de clases, los alumnos se mostraban mucho más comprometidos con su aprendizaje e interrumpían menos a sus profesores. En su investigación, el número de veces que los docentes pedían a los niños que se sentaran o se pusieran a trabajar se redujo a la mitad después de una clase fuera del aula.

Hemos identificado que esa libertad de acción es una excelente oportunidad para que puedan desarrollar competencias como la empatía y la colaboración, la autorregulación o la resolución de conflictos a través del juego", comenta Ángela Ibáñez, directora ejecutiva de Patio Vivo, fundación que se dedica a transformar patios escolares con el fin de convertirlos en lugares que promuevan el aprendizaje, la buena convivencia y el estímulo.

La fundación —que en cinco años ya ha intervenido más de 60 patios, entre ellos el del colegio Almendral— confía en que trabajar de forma consciente con estos espacios es una forma de luchar contra las pantallas, grandes enemigas del juego libre. "Cuando los niños en el recreo se quedan ensimismados en el celular no desarrollan su cuerpo, ni su imaginación, ni se rela-



La Fundación Patio Vivo ha intervenido 63 patios escolares en sus cinco años de existencia. En estas fotos, parte de su trabajo en el Jardín Infantil Volcán Ojos del Salado de Renca y los columpios y hamacas que instalaron en el Liceo Francisco Napolitano del Valle de Luta, en Arica.

cionan con sus pares", asegura Ibáñez. La fórmula para combatir este problema no necesariamente pasa por invertir en estructuras sofisticadas, coinciden los especialistas.

Un estudio de la Universidad de Washington vio que la presencia de columpios ayuda a los niños a cooperar unos con otros, por ejemplo.

Según publica el Journal of Experi-

mental Child Psychology, la sincronía que permiten los columpios "mejora la cooperación, porque la atención se dirige a relacionarse con otra persona al unísono".

Tanto así que, después de columpiarse al lado de otros, niños de cuatro años (relacionados con la investigación) mostraron mejores resultados en pruebas de colaboración.

Estudios de la U. de Missouri advierten que separar el patio por zonas ayuda a involucrar a más niños en actividades recreativas, mientras que la U. de Colorado Boulder promueve la presencia de la naturaleza, asegurando que esta ayuda a disminuir los niveles de estrés.

### De calidad

Bajar los niveles de ansiedad y angustia no es un tema menor para Chile, que en el último tiempo se ha visto envuelto en manifestaciones sociales y que hoy mira atento el avance del covid-19. Ambas cosas no son ajenas los estudiantes.

"Los datos de un estudio reciente que aún no hemos publicado muestran que la calidad del recreo está relacionada con el autocontrol emocional, la resiliencia y el comportamiento en el aula; todas habilidades importantes para el éxito académico", indica a "El Mercurio" William Massey, investigador de la Universidad Estatal de Oregón.

Massey también es uno de los autores detrás de un estudio que en 2018 analizó qué se entiende por un recreo de calidad. Una conclusión es que la cantidad de juegos que los niños tienen disponibles es clave.

El compromiso que muestran los adultos que supervisan el patio también se plantea como esencial.

Sobre este último punto, la investigación concluye que importa que los docentes promuevan la interacción entre los escolares y que sepan fomentar que los niños resuelvan conflictos entre ellos. En el caso de los más chicos, importa que los profesores de vez en cuando se hagan partícipes de los juegos que estos inventan.