



## LAS ESPERADAS VACACIONES DE VERANO

Aprovechar las vacaciones para realizar actividades con los niños es muy beneficioso. El que ellos tengan más tiempo libre y estén llenos de energía puede inquietarnos como padres, sobre todo si están en casa. Por lo tanto, lo mejor es estar preparados.

Una de las ventajas del horario escolar es que organiza la vida tanto de los niños como el de la familia en general. Establece roles, deberes, actividades y horarios que, cuando ya no están, como en la época de vacaciones escolares, pueden generar espacios de desorganización o uso inadecuado del tiempo libre, que pueden llegar a volverse caóticos en algunos casos.

Por otro lado, las vacaciones de verano son la temporada más esperada por los niños y adolescentes, pues anhelan despejarse de las tareas y actividades escolares que han tenido a lo largo del año. Así mismo, poder hacer uso del tiempo libre en actividades de juego u ocio, con menor control del que hay en época escolar.

Sin embargo, por parte de los padres aparece la preocupación por saber qué van a sus hijos durante este periodo y qué es lo mejor para su desarrollo, de tal manera que puedan sus hijos disfrutar del tiempo libre al mismo tiempo de no perder ciertas rutinas y hábitos así como potenciar ciertas habilidades y destrezas como el deporte. A su vez, los padres desean tener claro qué van hacer sus hijos en todas esas horas en las cuales ellos no están y que antes lo ocupaban en el colegio.

Si bien en verano la oferta de talleres y cursos de verano es extensa, debemos tener en cuenta ciertos aspectos a considerar para los momentos en que los niños estén en casa. A continuación se presentarán algunas recomendaciones para actividades en casa como fuera de ella.

### Organización en casa

- Hábitos y horarios  
Generalmente, al ser las vacaciones una etapa del año donde se busca que los niños se relajen, los permisos tienden a flexibilizarse como es en el caso de la hora de dormir y comer. Sin embargo, si bien no se espera que estos sean tan rigurosos como durante la etapa escolar, es importante que se respeten, pues de este modo ayudamos a que los hábitos diarios se mantengan e interioricen.
- Ponerse en el lugar del niño  
A menudo se suele matricular a los niños en programas de vacaciones útiles buscando aprovechar su tiempo libre, pero es importante ponerse en su lugar y, saber que lo que ellos esperan de las vacaciones es tener momentos de descanso y recreación. Solo en el caso de que el niño lo necesite se recomienda seguir

programas de recuperación de corte académico.

- **Recreación y diversión**

Las vacaciones deben ser un tiempo para que los niños experimenten opciones nuevas y diferentes a la del año escolar, como por ejemplo actividades creativas relacionadas con el arte, ya sea plástico o corporal, dependiendo de las preferencias de cada uno. De esta forma se favorecerá su desarrollo integral, estimulando su creatividad y reconociendo diferentes modos de expresarse.

### **Actividades con padres**

Es importante que los tiempos libres que coinciden padres e hijos en casa sean aprovechados con actividades que pueden disfrutar juntos y afianzar su relación, como por ejemplo:

- Organizar una agenda para las vacaciones, donde establezcan días para ir a la playa en familia, ir al cine, hacer manualidades, visitar a algún familiar o cocinar.
- Dividir las tareas de casa entre todos los integrantes de la familia durante la semana. De este modo estaremos fomentando el desarrollo de la organización, los hábitos y la responsabilidad.
- Reservar los fines de semana para realizar actividades familiares deportivas como salir en bicicleta o jugar un partido de fútbol.

### **Proceso de socialización**

Durante el verano hay más oportunidades para que los niños se relacionen con familiares y amigos que no ven muy seguido. Esto no solo

favorece su proceso de socialización, sino que también les ayuda a consolidar el concepto de grupo familiar más allá de la familia nuclear. De este modo el niño aprenderá a relacionarse con tíos, abuelos o primos en diferentes ambientes y empezará a reconocer su rol dentro del grupo, sintiéndose miembro activo.

### **La actividad física**

La actividad física es otra alternativa interesante para que los niños realicen durante sus vacaciones. La práctica de deportes, no solo les permite divertirse y recrearse, sino que además favorece el desarrollo físico y mental, la integración social y la adquisición de valores fundamentales para la vida.

Los deportes tienden a introducir al niño a la sociedad mediante la enseñanza de la existencia de reglas, las cuales hay que seguir. Además, le ayuda al niño a vencer la timidez, fomentando la necesidad de colaborar con un grupo y ser parte de él; así como también potencia la creación y regulación de hábitos, que posteriormente le ayudarán a identificar sus responsabilidades y cumplirlas.

Finalmente, es importante reconsiderar la visión que a menudo se tiene de las vacaciones de verano, pues estas son beneficiosas tanto para el desarrollo de los niños como para afianzar las relaciones entre padres e hijos.

#### **Bibliografía**

Asociación Mundial de Educadores Infantiles (2016). *El verano y las vacaciones*. Recuperado el 5 de diciembre, 2016 de <http://www.guiainfantil.com/1200/el-verano-y-las-vacaciones---tv-para-padres.html>

Cosas de la infancia (2016). *¿Qué hacer con los niños en vacaciones?*. Recuperado el 5 de diciembre, 2016 de: <http://www.cosasdelainfancia.com/biblioteca-familia09.htm>