

Un verano para crecer: experiencias que enseñan.

Tiempo para disfrutar, crecer y desconectar

Cuando finaliza el curso escolar, muchas familias comienzan a preguntarse cómo organizar los largos días de verano de sus hijos. Sin embargo, quizá no sea necesario preocuparse tanto por mantenerlos constantemente ocupados. Después de meses marcados por horarios, deberes, exámenes y actividades programadas, los niños necesitan descansar, bajar el ritmo y recuperar espacios de ocio, libertad y espontaneidad. El verano representa un tiempo diferente, pensado para disfrutar, compartir experiencias, fortalecer vínculos y vivir situaciones que durante el curso resultan más difíciles de encontrar. **Lejos de ser un periodo vacío o improductivo, las vacaciones ofrecen valiosas oportunidades para crecer de forma natural mientras los niños juegan, exploran, se relacionan y, sencillamente, disfrutan de ser niños.**



Los beneficios de un verano sin prisas

- **El aburrimiento no es un problema;** es una oportunidad para que surjan la creatividad y la iniciativa. Disponer de tiempo sin una agenda cerrada favorece que descubran intereses propios, desarrollen proyectos personales y aprendan a organizar su tiempo.
- **Tiempo para estar al aire libre.** Pasear, montar en bicicleta, jugar en un parque, ir a la playa o rutaa por la naturaleza aporta bienestar físico y emocional.
- **Menos pantallas, más experiencias**. Reducir el tiempo frente a dispositivos permite a los niños moverse más, relacionarse y descubrir nuevas formas de entretenimiento.
- **El deporte enseña mucho más que deporte.** A través de la actividad física aprenden esfuerzo, constancia, trabajo en equipo, respeto a las normas y tolerancia a la frustración.
- **Los amigos también ayudan a crecer.** Compartir tiempo con otros niños favorece habilidades tan importantes como escuchar, cooperar, negociar y resolver conflictos.



- **Espacio para la autonomía**. Organizar una actividad, preparar una mochila, decidir cómo ocupar una tarde o asumir pequeñas responsabilidades contribuye a desarrollar independencia y confianza en uno mismo.
- **Experiencias que dejan huella**. Un excursión, inventar historias, organizar un partido improvisado o vivir una aventura familiar son recuerdos que, además de felices, ayudan a crecer.

En vacaciones, descansamos todos...

Las vacaciones no solo son una oportunidad para que niños y adolescentes descansen y disfruten de su tiempo libre. También pueden ser el momento perfecto para fomentar su autonomía y ayudarles a asumir responsabilidades acordes a su edad. **El ritmo más tranquilo del verano permite que los más pequeños comiencen a aprender algunas tareas y que los mayores ganen independencia y confianza en sus capacidades**. Además, es una buena ocasión para recordar que la vida familiar funciona mejor cuando todos colaboran. ¿Qué tareas podemos proponerles?

- **Hacer la cama.** No tiene por qué quedar perfecta; lo importante es que cada uno asuma esta responsabilidad según su edad y posibilidades.
- **Mantener ordenada su habitación**. Desde guardar los juguetes hasta organizar su propio espacio, cada edad tiene su manera de aprender a cuidar lo que es suyo.
- **Preparar una comida o una merienda para la familia.** Un reto divertido que, especialmente en los adolescentes, fomenta la autonomía y la confianza en sus capacidades.
- **Colaborar en las tareas domésticas.** Poner la mesa, recoger, doblar ropa o ayudar en pequeñas tareas les enseña que el hogar es un proyecto compartido.
- **Preparar su mochila o maleta** para una excursión o viaje. Aprender a prever lo que necesitan es una valiosa lección de organización y responsabilidad.
- **Gestionar una pequeña cantidad de dinero**. Ahorrar para algo que desean o decidir en qué gastarlo les ayuda a comprender el valor de las cosas.
- **Encargarse del cuidado de un hermano o primo pequeño**. Una forma sencilla de desarrollar constancia y compromiso.

Entre juegos, amigos... y buenas lecturas

Entre los juegos, las salidas, los encuentros con amigos y los días de playa o piscina, también puede haber espacio para los libros. El verano es una magnífica oportunidad para descubrir la lectura por placer, sin prisas ni obligaciones. A veces, una buena historia puede convertirse en una de las mejores aventuras de las vacaciones.



- Permite que elijan libros acordes a sus intereses, siempre con la orientación de sus familias.
- Déjales descubrir historias de aventuras, humor, misterio, ciencia, deporte o temas que despierten su curiosidad.
- Dá valor a cómics, novelas gráficas, revistas divulgativas o audiolibros, ya que todos ellos pueden ser una puerta de entrada al hábito lector.
- Compartid momentos de lectura en familia, recomendarse libros o comentar juntos una historia,

Si necesitáis ideas para comenzar, os animamos a visitar esta misma plataforma, HiFamily Hub, donde encontraréis artículos con recomendaciones de lecturas adaptadas a diferentes edades e intereses. Quizá aquí descubráis el próximo libro que acompañe a vuestros hijos durante estas vacaciones.

VOLVER A HIFAMILY HUB