

Importante tener en cuenta

Deportes en familia

- El buen tiempo hace posible la práctica del deporte al aire libre. Solo queda elegir las actividades más adecuadas, y tener en cuenta el desarrollo motórico de los niños y su nivel
- Las rutas en bicicleta y parando para comer en la naturaleza es muy, muy saludable. Además, ¡el deporte es una estupenda forma de fomentar el compañerismo y los hábitos saludables!
- También te puedes parar en los pueblos por dónde pasas en bicicleta y visitarlos
- Las excursiones en la naturaleza ayudan a descansar el cuerpo y el espíritu y sobre todo ayudan a admirarse y valorar todo lo que nos ha sido regalado
- El amor por la naturaleza ayudará a tus hijos a crecer de forma equilibrada. Organiza con ellos excursiones a la montaña o a la playa y enséñales a contemplar el paisaje, a observar las plantas y los animales



Proyectos solidarios



Es importante que desde pequeños aprendan a preocuparse por los demás por lo que pasa en el mundo y a su alrededor, naturalmente este aprendizaje tiene que ser adaptado a su edad

Quizás, a los mayores puedas hacerlos participar en algún proyecto solidario, en el barrio o acompañando a personas que lo necesitan

Es muy bueno para su formación hacer visitas a personas enfermas o más necesitadas.

Visitar a la familia y a los amigos :

Esta actividad fomenta la sociabilidad y estrecha lazos con la familia y con los amigos. Con estas visitas se ayuda a los niños a que desde pequeños piensen en otros y aprendan de los demás, pero sobre todo se les enseña a conocer sus raíces

Manualidades y juegos de mesa

Son actividades estupendas para compartir en familia
Con cajas y reciclaje, crear refugios, robots, cohetes, lo que se te ocurra
Los niños se entretienen un rato en forma creativa, trabajan con sus manos y sobre todo con su imaginación

Tiempo para leer:

La lectura es un viaje gratis a otros tiempos y lugares que alimenta las neuronas de grandes y pequeños: novelas de aventuras, biografías, cuentos...
Busca una biblioteca cercana y ¡a elegir!

Idiomas:

¿Qué tal si los animáis a aprender idiomas? Una hora al día no es nada y hay programas muy buenos para aprender. ¿Qué tal la aplicación Duolingo?

Encontrar un entretenimiento para tus hijos e hijas durante las vacaciones de verano es fundamental para que los meses de descanso se hagan amenos y aprovechen el tiempo.

Además, es el momento de emplear el tiempo libre para hacer todas esas cosas que durante el curso resultan impensables.

Niños, vacaciones y tareas del hogar

¿Se convierte tu casa en un caos durante las vacaciones? Es importante que hasta los más peques entiendan que es necesaria su colaboración en la casa, también en vacaciones

Aquí tienes algunas ideas para ayudar a tus hijos a ver las tareas del hogar como cosa propia



Establece rutinas:

Sin duda este es el punto más importante, ya que concretar los horarios, señalar las tareas como recoger juguetes, recoger la lavavajillas, poner la mesa, arreglar su habitación, ayudar en la cocina, etc. es fundamental para tener las vacaciones y la vida... ¡en paz!

Dale responsabilidades adecuadas a su edad:

Porque tienen que sentirse cómodos y felices al hacerlas. A los pequeños preséntaselas como un juego

A lo mayores les puedes explicar lo importante que son el cuidado de estas tareas para la paz y la felicidad familiar

Dales ejemplo

Que te vean realizando una de sus tareas les ayudará a entender que son necesarias y que tienen principio y final. Muestrales





como se hacen y deja que las hagan ellos, ¡ten confianza y refuerza su autonomía!

Hazlo divertido

La clave es que no se les haga pesado y aburrido, puedes inventar una forma divertida de asignar las tareas en forma de juego o de reto.

Nunca utilices estas tareas como castigo

Eso fomentaría que lo vean como algo negativo. Piensa que los estás formando para su futuro

Aníma positivamente sus esfuerzos

Diles con frecuencia que lo están haciendo bien, y confírmase lo con un abrazo!



Si ya de pequeños aprenden a considerar la casa, la familia, como algo propio, de mayores sabrán crear el ambiente propicio para que todos en familia puedan ser muy felices

Dar a cada uno una tarea en la casa y en el cuidado de los demás ayuda a que comprendan que no importa la edad, la casa es de todos, y entre todos tenemos que conseguir que sea un sitio donde se pueda vivir feliz