

¿Qué hacer en Vacaciones?

¿Qué hacer con los niños y jóvenes durante el extenso período de descanso escolar? ¿Cuál es la manera más eficiente de organizarles su tiempo? ¿Es necesario que mantengan una mínima rutina de estudio o repaso de trabajo escolar? ¿Qué hacer para que no se aburran? Estas dudas asaltan a los padres al comienzo de las vacaciones.

Al empezar las vacaciones escolares, la mayoría de los padres no hemos podido aún #o no podremos- salir de vacaciones. Nuestros hijos han estado esperando ansiosamente este período de descanso, mientras que para los padres la idea de que los niños tengan todo el día libre en la casa es angustiante aún desde antes de su inicio.

Nuestro temor #muchas veces fundado- es que este receso escolar se transforme en una época de descontrol, en la que los niños duermen hasta muy tarde, miran televisión por largas horas o se pasan todo el día frente al computador. Si a esto le agregamos el temor de muchos padres que sus hijos olviden parte o gran parte de lo que aprendieron durante el año escolar -y muchas veces con tanto esfuerzo- las vacaciones de los niños se transforman en un período que no es fácil de manejar.

Para comenzar, conviene tener presente que vacaciones no debe ser para los niños sinónimo de hacer lo que quieran y cuando quieran. Siempre es importante que los padres mantengan un control sobre los horarios de sueño y comidas, aunque no sean tan rigurosos como durante el período escolar. Lo mismo corre para los permisos para las salidas de los hijos mayores y ciertas rutinas mínimas de ayuda en las tareas de la casa.

Tres aspectos son necesarios a tener en cuenta al momento de planificar u organizar actividades para las vacaciones, no importa si vamos a estar la mayor parte del tiempo en la casa o podremos salir fuera de nuestra ciudad:

En primer lugar, el aspecto físico. Las vacaciones son muy apropiadas para el ejercicio físico y el contacto con la naturaleza. El niño debe moverse, salir y no permanecer pasivo en la casa. Aún cuando no siempre es posible enviarlo de campamento o pagarle un curso deportivo, andar en bicicleta, caminar en familia por las tardes o ir a la piscina será imprescindible. No se trata de hacer todo el ejercicio que no se ha practicado durante el año, pero sí una rutina que les permita mantenerse activos y evitar el aburrimiento.

En segundo lugar, las relaciones sociales. Es importante mantener y cuidar el contacto de los niños con otros amigos o compañeros de colegio durante las vacaciones. Las actividades lúdicas con otros niños son la mejor forma de establecer lazos de amistad y camaradería. Pero también hay más tiempo para la familia y las vacaciones serán un buen momento para establecer relaciones con algunos miembros de la familia con los que normalmente no compartimos, como los abuelos, tíos y primos.

En el ámbito intelectual, muchos padres creen que sus hijos deben aprovechar el tiempo libre para hacer o aprender cosas que durante el año escolar no ha sido posible por falta de tiempo o energías. Otros creen que tanto tiempo de ocio debe ocuparse en repasar lo aprendido el año anterior o prepararse para el que viene o simplemente mantenerlos ocupados aprendiendo algo durante algunas horas al día para evitar el aburrimiento.