

GUÍA “APRENDER Y DIVERTIRSE AL SALIR DE CLASE”

En esta guía, se resalta la importancia del tiempo de niños y niñas después de la escuela, ofreciendo orientaciones a madres y padres acerca de cómo ayudar a sus hijos e hijas a organizarlo de manera que exista un equilibrio entre las responsabilidades y un ocio saludable.

Ideas fundamentales

- En la organización del tiempo después de la escuela, debe existir un equilibrio entre el tiempo dedicado a las responsabilidades y el tiempo libre de ocio.
- Desde la familia se debe hacerse un esfuerzo por estimular el interés de niños y niñas por la escuela y favorecer así su desempeño académico. Para ello, es aconsejable:
 - Apoyar a niños y niñas en sus tareas escolares.
 - Ayudar a hijas e hijos a organizar su tiempo de estudio.
 - Proporcionar un adecuado ambiente de estudio, tanto físico como de relaciones entre los miembros de la familia.
 - Favorecer que los niños y niñas participen en otras actividades que supongan un aprendizaje: actividades extraescolares, visitas culturales, deporte, etc.
 - Mantener una continua relación con la escuela.
- Aprender a divertirse es un aspecto importante del desarrollo y madres y padres pueden contribuir a este aprendizaje en sus hijos e hijas. Para ello, se aconseja:
 - Dar a conocer alternativas para el tiempo libre a los hijos e hijas.
 - Fomentar actividades de ocio en ellos y ellas que propicien conductas saludables.
 - Supervisar que exista diversidad de actividades, aunque no en exceso, por la posibilidad de convertirse en incompatibles con sus responsabilidades y horas de sueño.
 - Establecer tiempo compartido en familia.
 - Supervisar el uso que niños y niñas hacen de distintas formas de ocio (videojuegos, ordenador y televisión), con el objetivo de potenciar los beneficios que suponen para ellos y ellas.