

O ocio representa unha oportunidade para enriquecernos como persoas facendo o que nos gusta.

O lecer pode constituír un potente axente socializador e non se limita á mera aprendizaxe das distintas actividades en si mesmas.

As persoas adultas con frecuencia tratamos de maximiza-la rendibilidade do tempo libre de nenos e nenas prolongando a actividade escolar.



Non é fácil, pero si conveniente, compatibilizar actividades máis escolares con outras de carácter máis lúdico que favorezan outro tipo de aprendizaxes (saber perder, agardar a quenda, someterse a unha regra, gañar sen ferir, etc.) e que, ademais, precisan de vontade e de constancia.

## Algunhas direccións de interese

<http://www.ranopla.es/>

Plataforma que achega propostas de lectura e actividades complementarias.

[www.saposyprincesas.com](http://www.saposyprincesas.com)

Páxina con diversas suxestións para o lecer.

<http://www.teocio.es/>

Multitude de propostas para a ocupación do tempo de ocio.



A mellor herdanza que podemos deixar a nosos fillos e fillas é unha boa educación, unha boa formación, e isto inclúe a educación para o lecer.

# Educación para o lecer



DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN  
Decembro 2012

**CEIP AGRO DO MUÍÑO  
ORTOÑO-AMES-A CORUÑA**

O mellor que podemos facer as persoas adultas é abrir un amplo abano de posibilidades e ofrecer experiencias, pero tendo en conta os intereses dos pequenos, evitando proxectar neles as nosas frustracións.

Dende a escola, podemos desenvolver actividades que poidan significar un empurrón: roteiros, actividades en aulas de natureza, asistencia a espectáculos, visitas a exposicións, actividades relacionadas coa cultura do entorno, conmemoración de días especiais ...

De tódolos xeitos, o papel da familia na canalización do ocio é moito máis decisivo. É onde nenos e nenas percibirán con máis garantías o énfase no uso do tempo de lecer como unha oportunidade para o enriquecemento persoal, sen urxencias e sen imposición de gustos e afeccións.

É onde pode resultar máis factible establecer momentos para practicar a sensación de que algo pode ser divertido e compensarnos, incluso cando supón un esforzo. Unha nena que asiste con frecuencia a obras de teatro ou ó cine sentirá con máis probabilidade o desexo de ocupa-lo seu ocio con estas actividades. Da mesma forma, un neno que observa que súa nai e seu pai len e fan comentarios sobre o que están lendo, con maior probabilidade se sentirá inclinado a coller un libro.

Para fomentar nos pequenos e pequenas un emprego saudable do tempo de ocio sempre se recomenda:

- Realizar actividades en familia: ir a actos culturais, facer saídas á natureza ...  
Así, os adultos servimos de modelos.
- Facilitar o coñecemento de diferentes actividades da comunidade e comentalas.
- Xerar alternativas para que poidan elixir e respectar a autonomía na elección.
- Apoiar e estimula-las afeccións.
- Promover a participación en actividades de ocio que harmonicen diversión, creación e aprendizaxe.
- Respectar a contemplación fronte o activismo desenfreado.
- Ofrecer oportunidades de realizar actividades que se salgan da rutina diaria.
- Liberar tempo para o ocio planificando adecuadamente o tempo libre.
- Evitar o aburrimiento que impide que se leve a cabo o verdadeiro obxectivo do ocio: proporcionar pracer mediante actividades que favorecen el desenvolvemento persoal.
- Compatibilizar ocio individual con ocio colectivo.
- Non sobrecargar con actividades.

