

# Temps de lleure, temps d'aprenentatge

*Durant el temps lliure, els infants poden gaudir d'aficions i activitats de lleure. Aquestes van molt més enllà de l'entreteniment, són també font de molts beneficis per als nens i les nenes.*

Són múltiples els [beneficis de les activitats de lleure](#) que es duen a terme durant el temps lliure dels teus fills i filles. És a dir, en [moments de lleure](#) com, per exemple, [quan van de colònies](#) quan surten de l'escola, els caps de setmana a l'esplai o el cau o les vacances:

- 1. Estimulen la participació social:** el temps lliure és un bon moment per a la implicació dels nens en activitats ciutadanes, socials i cíviques.
- 2. Consoliden la identitat cultural:** és moment de viure la pròpia cultura i d'aprendre'n d'altres. A més, en el temps lliure es poden aprendre nous llenguatges d'expressió humana, com [la música](#), la pintura, etc.
- 3. Impulsen les relacions personals:** és temps de trobar-se amb un mateix i amb els altres. En aquest, els nens i nenes descobriran les seves pròpies capacitats però també conviuran en grup.
- 4. Afavoreixen la interiorització de valors humans:** com la solidaritat, la llibertat, la generositat, la responsabilitat, el compromís o la cooperació.
- 5. Compensa les desigualtats:** ja que nivella els desequilibris socials.

## Com fer que els infants gaudeixin del temps lliure

D'aquesta manera, per animar els menuts de gaudir d'aquest temps:

- 1. Has d'orientar, guiar i exposar els teus fills a una gamma d'activitats variada perquè escullin una afició.**
- 2. Has de ser un observador i deixar que es desenvolupin per descobrir les seves habilitats i aptitud, no pas dirigir els teus fills durant el joc.**
- 3. És positiu que facis propostes [espai de joc](#)** els nens se senten incentivats per un racó de jocs on disposin de diversos materials lúdics i esportius. Serà també una manera d'anar descobrint les seves preferències.
- 4. Acostuma'ls a concebre el temps lliure com un moment en què puguin fer coses que els vénen de gust.**
- 5. Comparteix aficions amb ells però no els obliguis a fer alguna cosa que no vulguin:** No intentis que faci allò que no vol o allò que només t'agrada a tu.

D'aquesta manera, contribuiràs a que els nens i nenes gaudeixin del seu temps lliure i que ho facin amb activitats que els aportin coneixement, valors i diversió. Dóna'ls suport i estimula'ls però sobretot, deixa que triïn i que tinguin, en aquest aspecte, autonomia i llibertat.

---

**Potser t'interessa:** [Especial colònies escolars](#), [Especial colònies d'estiu](#), [El joc, l'assència de les colònies](#), [Com triar jocs i joguines?](#)



**Font:** [FAROS](#)