

## Comportamento

# Férias que ensinam

**Brincar é a forma natural de a criança aprender sobre o mundo, sobre o outro e sobre si mesma. Durante as férias escolares, pais e responsáveis podem aliar diversão e aprendizado por meio de atividades lúdicas e momentos em família**

POR JÚLIA CHRISTINE\*

**P**ara as crianças, um período de diversão. Para os pais, um grande desafio. As férias escolares começaram e prometem agitar as casas daqueles que convivem com crianças e adolescentes. Para manter os pequenos entretidos, é necessário criatividade, paciência e muito amor envolvido. Por isso, especialistas e uma responsável experiente no assunto reúnem ideias e sugestões de atividades lúdicas e educativas para todas as idades.

A psicopedagoga Camila Gomes explica que as férias são fundamentais porque permitem que a criança desacelere. Segundo ela, esse tempo de pausa ajuda na organização emocional, na redução do estresse e na consolidação do que foi aprendido ao longo do ano. "Cognitivamente, o cérebro também precisa de descanso para reorganizar informações, o que favorece futuras aprendizagens. Férias não são tempo perdido, são tempo de desenvolvimento", assegura.

De acordo com a especialista, para entreter uma criança fora da sala de aula e manter o aprendizado em dia, não é preciso muito. "O aprendizado pode estar presente em pequenas experiências do dia a dia, como ler uma história, cozinhar juntos, brincar de mercado, desenhar ou conversar. Quando a criança aprende brincando e vivendo situações reais, ela aprende sem sentir que está 'estudando'. Isso preserva o prazer das férias", explica.



Durante as férias, Maria Isadora tem a casa abastecida com materiais de desenho, pintura e artesanato

As atividades lúdicas propostas pelos pais durante o período de descanso têm um papel importante no desenvolvimento, no aprendizado e na coordenação motora. "Quando bem estimuladas pelos responsáveis, ações como jogos de tabuleiro, leitura de histórias, livros de pintura, atividades com adesivos, brincadeiras simbólicas e experiências criativas estimulam habilidades importantes, como linguagem, atenção, coordenação motora, imaginação, autonomia, habilidades sociais e resolução de problemas", afirma

Além disso, a psicopedagoga chama atenção para uma questão atual e importante: o excesso de telas durante as férias. Para Camila, o uso exagerado prejudica, principalmente, a atenção, o sono e a regulação emocional. "Não se trata de proibir, mas de equilibrar." Segundo ela, os pais podem combinar horários para o uso de telas e oferecer alternativas atrativas, como brincadeiras, leitura e atividades criativas. "Quando a criança tem opções interessantes, a tela deixa de ser a única escolha", afirma.

## O desafio de quem cuida

Camila Maluf, mãe de Maria Isadora, de 7 anos, conta que o período da filha afastada da escola é uma aventura constante. De acordo com ela, conciliar a rotina de cuidados com a casa, o trabalho

