

19/07/2019 18:43 - Blogueira une em manual atividades para ocupar as crianças nas férias



Um grande desafio dos pais é saber como manter os filhos ocupados nos períodos livres, principalmente no período das férias, sem ter necessariamente que deixá-las diante das telas de celulares e tablets. Diante dessa questão, a estudante de pedagogia e digital influencer, Jaqueline Arantes, reuniu várias brincadeiras facilmente executáveis em um manual. São atividades com bolinhas, tintas, bexigas, papelão, que podem ser feitas principalmente com crianças entre 3 e dez anos e feitas individualmente ou em companhia.

“Lancei como uma forma de disponibilizar algumas ideias para quem está com os filhos de férias não deixar as crianças só na frente das telas”, disse Jaqueline. Segundo ela, as atividades além de manterem as crianças ocupadas, ajudam a desenvolver habilidades como coordenação motora, concentração, memória, criatividade e paciência.

A psicóloga Stephannie de Sousa Oliveira, do Instituto Brasileiro de Análise do Comportamento, afirma que as crianças que passam muito tempo conectadas a internet podem perder a interação social com o outro. “Elas se veem em uma outra realidade, passam a ter uma realidade virtual, e isso atrapalha muito no desenvolvimento infantil e do adolescente, eles perdem a capacidade de estar com outra pessoa, de uma relação frente a frente, de como se portar”.

A psicóloga enfatiza que para prevenir o uso excessivo da internet nas férias, os pais podem oferecer novas opções, outros meios de diversão de jogos que estimulem os movimentos das crianças “Para evitar esse uso exagerado, a família pode colaborar e se mostrar disponível, relembrar os jogos que os pais brincavam em sua época, fazer atividades manuais onde as crianças se sentem muito comprometidas, jogos coletivos com a família”.

Stephannie afirma que o principal motivo dos pais deixarem os filhos tanto tempo conectados normalmente é falta de tempo dos pais. “Com a falta de tempo dos pais com as crianças, eles acabam permitindo que os filhos passem a interagir virtualmente”. Ela ressalta que a falta de limites também pode gerar más consequências na educação dos filhos.

Segundo a psicóloga, o uso exagerado da internet pode agravar doenças psicológicas sérias ainda na infância. “Algumas crianças chegam a desenvolver depressão, a dificuldade em expressar suas emoções, insônia e principalmente ansiedade”.

Outra condição que pode ser desenvolvida com o uso das telas é a nomofobia, um medo irracional de ficar sem celular. Segundo Stephannie, é muito comum crianças e adolescentes com nomofobia sentirem tremores, na falta do aparelho.

Além de ter em mente atividades que possam atrair o interesse dos pequenos, a interação com outras crianças é fundamental interação com outras crianças. “A socialização é fundamental para o desenvolvimento das crianças, na infância interagir com outras crianças da mesma idade é a cultura de determinada geração de como interagir em uma sociedade”.

Acesse as duas edições do manual:

[Edição 1](#)

[Edição 2](#)

