

2024

---

# RETO: UN VERANO CON VALORES

A family of four is captured in a joyful moment, jumping in the air against a bright, hazy sky. On the left, a man in a grey shirt and shorts jumps with his arms outstretched. In the center, a woman jumps while holding a young child. To the right, another child jumps. The background shows a vast, sandy desert landscape under a clear sky.

IDEAS Y RECURSOS PARA PASAR EN  
FAMILIA ESTE VERANO

EDUCAMOS EN FAMILIA



---

[WWW. EDUCAMOSENFAMILIA.COM](http://WWW.EDUCAMOSENFAMILIA.COM)

# 2024

## ¿Por qué hacer un reto de valores durante el verano?

En realidad, la educación en valores es una tarea cotidiana y no siempre requiere darse en el contexto de una charla específica. Cualquier actividad en familia, la forma en la que nos comportamos, nuestras reglas familiares y el modo en el que establecemos disciplina, son oportunidades para educar en valores.

En esta ocasión, te planteamos el verano como un pretexto para hacer de la formación en valores una tarea más consciente.

## ¿Cómo seguir el reto?

- Puedes descargar el calendario y la lista de actividades para tenerlos a mano e imprimirlos si quieres tenerlos en algún sitio como recordatorio. Incluso puedes involucrar a tus hijos e invitarles a ir leyendo las actividades en familia y los recursos extras e ir señalando las actividades que vayáis completando.
- También puedes seguir nuestras redes donde colgaremos cada semana las actividades.
- Puedes seguir los días o coger los retos de cada semana y acomodarlos como mejor te venga.
- ¡Con autocompasión! Nuestro objetivo es darte ideas para facilitar esta tarea, no que sientas presión. Toma estas actividades como una guía y adáptalas a tus posibilidades y necesidades, ¡seguro que ya estás haciendo un trabajo genial!



@fundacion\_educamos\_en\_familia



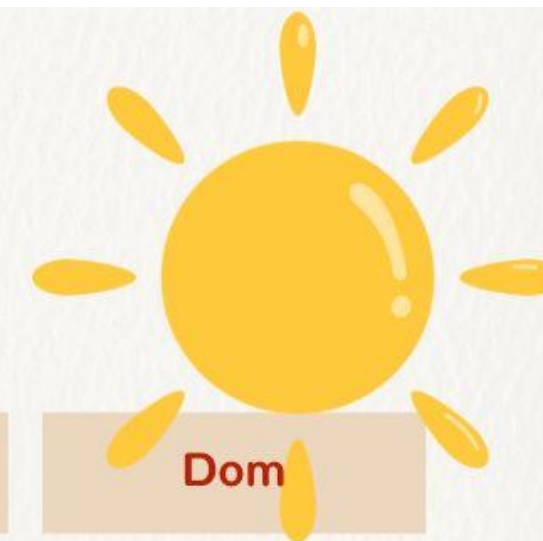
# CONTENIDOS

- 1. CALENDARIO JULIO | 4
- 2. CALENDARIO AGOSTO | 5
- 3. LISTADO JULIO | 6
- 4. LISTADO AGOSTO | 7
- 5. RETOS JULIO | 8
- 6. RETOS AGOSTO | 15
- 7. RECURSOS EXTRA | 20



# 1. CALENDARIO JULIO

# Julio



Lun	Mar	Mie	Jue	Vie	Sáb	Dom
1 Empezamos el verano con buen pie	2	3 Práctica de meditación 	4	5 Hacer una actividad al aire libre 	6	7
8 Investigar sobre algún tema	9	10 Algo divertido que haya pasado hoy	11	12 Modo avión	13	14
15 Tener un gesto amable con un desconocido 	16	17 Salir de la zona de confort	18	19 Cena en familia	20	21
22 Caja mágica	23	24 La gratitud 	25	26 Ver una película inspiradora 	27	28
29 Collage de los valores de la familia 	30	31 Hacer recados	1	2 Actividad en pareja: Te agradezco...	3	4



## 2. CALENDARIO AGOSTO

# Agosto



Lun	Mar	Mie	Jue	Vie	Sáb	Dom
29	30	31	1	2	3	4
5 Sé amable contigo mismo	6	7 Práctica el presente	8	9 Juego Libre	10	11
12 ¿Cómo te gustaría que fuera tu vida?	13	14 Creando lazos con la familia	15	16 Disfrutando del verano	17	18
19 Escribir un diario	20	21 Captar momentos	22	23 Historias para no dormir	24	25
26 Momento de agradecer	27	28 Caja mágica	29	30 Vuelta al Cole	31	1



### 3. LISTADO JULIO

- Lunes 1** - Empezamos el verano con buen pie
- Miércoles 3** - Práctica de meditación
- Viernes 5** - Hacer una actividad al aire libre
- Lunes 8** - Investigar sobre algún tema
- Miércoles 10** - Algo divertido que haya pasado hoy
- Viernes 12** - Modo avión
- Lunes 15** - Tener un gesto amable con un desconocido
- Miércoles 17** - Salir de la zona de confort
- Viernes 19** - Cena en Familia
- Lunes 22** - Caja mágica
- Miércoles 24** - La gratitud
- Viernes 26** - Ver una película inspiradora
- Lunes 29** - Collage de los valores de la familia
- Miércoles 31** - Hacer recados
- Viernes 2** - Actividad en Pareja: Te agradezco



## 4. LISTADO AGOSTO

- Lunes 5** – Sé amable contigo mismo
- Miércoles 7** – Práctica el presente
- Viernes 9** – Juego libre
- Lunes 12** – ¿Cómo te gustaría que fuera tu vida?
- Miércoles 14** – Creando lazos con la familia
- Viernes 16** – Disfrutando del verano
- Lunes 19** – Escribir un diario
- Miércoles 21** – Captar momentos
- Viernes 23** – Historias para no dormir
- Lunes 26** – Momento de agradecer
- Miércoles 28** – Caja mágica
- Viernes 30** – Vuelta al cole



# 5. RETOS JULIO

## *Lunes 1 – Empezamos el verano con buen pie*

Durante el verano suele ser necesario un ajuste de reglas: quizás la hora de levantarse e irse a la cama cambian, los horarios de pantallas se modifican, se reparten más labores en casa, etc.

Menciona la importancia que tiene la convivencia familiar positiva y **hablad entre todos sobre las normas para este verano**. Después, introduce la idea **de buscar planes en familia**.

Actividad: Cada miembro deberá meter un papelito con un plan en un recipiente. Cada semana se sacará uno y se hará lo ponga en el papel. (Podéis poner unas directrices sobre las actividades que se pueden elegir) Si tus hijos son pequeños, puedes llenar tú el recipiente y que ellos sean la “mano inocente”.

Si necesitas ideas para generar un ambiente positivo en casa, puedes consultar nuestra guía sobre el tema en [este enlace](#).

## *Miércoles 3 – Práctica de meditación*

El verano es normalmente una época más tranquila y en la que disponemos de momentos más relajados. Puede ser una buena idea **introducir la meditación con la idea de adquirir el hábito para después, mantenerlo durante el curso**.

El objetivo es encontrar momentos de quietud para **fortalecer el músculo de la atención** y para adquirir herramientas para **gestionar de forma adecuada nuestras emociones**.

Podéis realizar esta actividad en familia o de forma individual. Lo importante es que reservéis un espacio cada día para practicar la meditación durante un rato (5-10 minutos los más pequeños y 15-20 minutos los mayores)

Hay muchos ejercicios de meditación que tendrán que adaptarse según la edad y la experiencia. A continuación, te dejamos algunos de ellos, así como otros recursos útiles:





Atención a la respiración:

A partir de 7 años.

Cierra los ojos y permanece quieto durante todo el ejercicio. Lleva tu atención a la respiración y observar cómo está. Puedes observar en qué estado se encuentra. Puede estar tranquila y ser profunda o por el contrario, estar algo más agitada y ser más superficial. Sólo observa la respiración sin cambiarla. Tal como está ahora, está bien. Puedes darte cuenta cómo la respiración se nota en tu cuerpo. Con cada respiración puedes notar en tu cuerpo alguna sensación. Es posible que puedas notarlo en los hombros, la nariz, en el pecho o en tu tripa. Cada vez que coges aire y cada vez que lo expulsas puedes observar que pasa en esas partes de tu cuerpo. Cada vez que coges aire puedes sentir un cosquilleo en la nariz o como tu pecho se eleva y tu tripa también. Y cada vez que lo sueltas puedes notar como se desinfla. Como la tripa y el pecho se encogen y el aire sale por tu nariz. Observa cada vez que coges aire y cada vez que lo echas. Es posible que tu mente se distraiga con algún pensamiento. Es normal, no pasa nada. Es posible que empieces a pensar sobre cosas que han pasado o sobre cosas que tienes que hacer después, simplemente le decimos adiós a ese pensamiento y volvemos a centrarnos en nuestra respiración. Si quieres puedes poner la mano en tu tripa para observar la respiración más directamente y sentirla más claramente. Vamos a probar. ¿Has visto cómo se mueve la tripa al ritmo de tu respiración? Siempre pasa. La respiración siempre está con nosotros. Siempre nos acompaña y siempre podemos acudir a ella para calmarnos. La respiración va a ser el ancla al que podemos volver siempre que queramos relajarnos.

Nota como el aire entra y sale lentamente. La mente en calma y el cuerpo en calma.

Cuando quieras puedes volver lentamente a abrir los ojos y estirarte un poco.

Aplicaciones con adaptaciones tanto para niños como para adultos:

- Calm
- Headspace

## ***Viernes 5 – Hacer una actividad al aire libre***

Aprovechar el fin de semana para realizar alguna actividad al aire libre es una buena idea. Los niños y jóvenes cada vez pasan más tiempo en casa ocupando su tiempo delante de las pantallas. Durante el verano, en el que las normas son más relajadas,

corremos el riesgo de que se descontrole el uso de dispositivos y que, en septiembre, con la vuelta a la rutina, nos encontremos un gran problema.

Podéis decidir entre todos qué actividades os apetecen para hacer en familia, con amigos o de forma individual. A continuación, te dejamos algunas ideas: cine de verano, parque de atracciones, pasar el día en la piscina, excursiones a pueblos cercanos, ruta en bicicleta, organizar una cena con amigos en la terraza...

## ***Lunes 8 – Investigar sobre algún tema***

**La curiosidad es un valor que supone grandes beneficios.** Contribuye a que experimentemos más emociones positivas, somos más abiertos de mente y nos enriquecemos a nivel intelectual, entre otros muchos. No obstante, la realidad es que cada vez somos menos curiosos y esa faceta exploradora con la que nacemos, la vamos perdiendo.

Una actividad que nos parece muy interesante es **escoger un tema e investigar sobre él.** Por ejemplo: ¿cómo se forma una playa?, ¿por qué en verano hace más calor?, ¿por qué hay más horas de luz en verano que en invierno?...

## ***Miércoles 10 – Algo divertido que haya pasado hoy***

Durante una semana, tómate unos minutos todos los días para hacer esto:

- Escribe con detalle las **tres cosas más divertidas que escuchaste, viste, hiciste o experimentaste hoy.** Además, describe cómo te hicieron sentir (contento, alegre, sorprendido...).
- Analiza **por qué esas cosas te resultaron tan divertidas.**

Ser capaz de ver el lado bueno de la vida es una habilidad que podemos trabajar. La mente tiene la tendencia a centrarse en las cosas negativas y además, estamos bombardeados con mucha información desagradable. Podemos potenciar nuestro optimismo con actividades como la anterior o con otras que encontrarás [aquí](#).



## ***Viernes 12 – Modo avión***

Aunque sabemos que no es fácil, **¿por qué no probar a hacer una desintoxicación digital este verano?**

El tiempo que pasamos con las pantallas, mucha parte de él para hacer cosas muy insustanciales, no lo empleamos en otras cosas que pueden ser más constructivas.

La propuesta para este fin de semana es que **tengáis espacios para poner los dispositivos en “modo avión”. Puede ser durante todo el día o momentos de él.**

¿Os animáis?

## ***Lunes 15 – Tener un gesto amable con un desconocido***

Ser amable es una norma básica de cortesía y educación, pero también una puerta para conectar con los demás y para favorecer relaciones sanas y duraderas.

Durante el día se tendrá un gesto amable (elogiar, ayudar, escuchar...) a alguien y luego se comentará en familia. Prestar atención tanto a cómo responde la otra persona como uno mismo. **Podéis confeccionar entre todos una lista de personas beneficiarias (el homeless de la calle, el vecino que vive solo, los abuelos, un familiar que vive solo etc. etc.)**

## ***Miércoles 17 – Salir de la zona de confort***

**Las personas que no tienen miedo a los cambios y que saben afrontarlos correctamente, se adaptan mucho mejor a las circunstancias de la vida.** Aunque de forma natural hay cierta tendencia a quedarse en la zona de confort, hay que estar entrenados para salir de ella, sin sufrimiento, cuando sea necesario.

La actividad que proponemos es buscar maneras para salir de la zona de confort. Por ejemplo: probar una comida nueva, ir a una actividad con gente desconocida, practicar un deporte diferente al habitual... Cualquier actividad que nos ayude a hacer algo de forma diferente y salirnos ligeramente de nuestros hábitos, puede contribuir a que no se vean los cambios como algo malo sino como algo que nos enriquece.

## ***Viernes 19 – Cena en familia***

El fin de semana es un buen momento para pasar tiempo en familia de forma relajada y en verano, mucho más.

La idea es que **entre todos ideéis un menú y que cada uno o por grupos, os encarguéis de comprar los alimentos y elaborar el plato.**

El objetivo es compartir **un rato agradable** pero también ser capaz de **trabajar en equipo y hacer algo rico para compartir con los demás.**

## ***Lunes 22 – Caja mágica***

**En una caja, que podemos decorar en familia, se meten papelitos con frases positivas. Cada mañana se sacará una y será nuestro lema o actitud durante el día.** Los pequeños que aún no sepan leer y escribir pueden introducir dibujos o imágenes positivas.

Mientras realizan esta actividad, aprovecha para comentarles que esta semana todos haréis un esfuerzo por ser positivos. Puedes mencionar algunas ventajas de este valor, ayudándoles a identificar cómo se sienten cuando son optimistas. Recuerden momentos en los que han sido optimistas y coméntenlos en familia.

Estas son algunas ideas: “Hoy será un buen día”, “Eres valioso”, “Fíjate en algo bueno que ocurra a tu alrededor”, “Ayuda a quien lo necesite”, “Agradece los alimentos” ...

Para más inspiración, lee nuestro contenido sobre [optimismo y ambiente positivo](#).

## ***Miércoles 24 – La Gratitud***

**¿Qué mejor forma de agradecimiento que con una pequeña obra de arte?**

Dependiendo de la edad, se puede aprovechar este momento para hacer un dibujo, una manualidad o una carta como muestra de gratitud. Pueden elegir a un miembro de la familia nuclear o extendida, nombrando por qué se sienten agradecidos con esta persona. A los niños les encanta y a los adultos les hace mucha ilusión. ¡Intentad participar todos!

Si quieres ahondar en este valor, consulta nuestra guía sobre gratitud en este enlace.

[Aquí encontrarás pautas y propuestas prácticas por edad.](#)



### ***Viernes 26- Ver una película inspiradora***

Una buena forma de escapar del calor del verano es yendo al cine. **Hay muchas películas que transmiten valores, con las que se puede aprender y que al mismo tiempo son divertidas.** Ahora puedes encontrar en las carteleras **Inside out 2**. Es una película que se adentra en las emociones de una niña adolescente y que, sin duda, te recomendamos.

Si preferís hacer una sesión de cine en casa, puedes encontrar muchas sugerencias de películas [aquí](#).

### ***Lunes 29 – Collage de los valores de la familia***

Entre todos los miembros de la familia **pensad que valores os identifican** (familia, respeto, superación...) Después, invita a tus hijos a **encontrar imágenes que los representen** en revistas y periódicos. También pueden hacer dibujos. Luego, **haced un collage** con las imágenes que representan los valores más importantes para vuestra familia. Durante esta actividad, se pueden mencionar ejemplos de estos valores como anécdotas, cuentos e historias.

Si quieres ahondar en esta actividad, consulta nuestra guía general de valores en este [enlace](#).

### ***Miércoles 31 – Hacer recados***

Trabajar la autonomía es fundamental desde que son pequeños. El verano es un buen momento para ir delegando pequeños encargos ya que podemos supervisar con más facilidad.

Pueden encargarse de tareas que impliquen salir al supermercado, a una tienda o a mandar un paquete. También pueden ser cosas más sencillas como regar las plantas, tirar la basura o tostar el pan para el desayuno.

**Delegar** estos pequeños trabajos **en nuestros hijos contribuye a que sean más autónomos en la edad adulta.**

Si quieres más ideas puedes encontrarlas [aquí](#).



## ***Viernes 2 – Actividad en Pareja: Te agradezco...***

Prepararos para esta actividad con antelación. **Elegid un día del fin de semana para tener un momento a solas. Cada uno debe hacer una lista con 3 (o hasta 5) cosas que admiran y agradecen del otro**, intentando anotar lo siguiente:

- ¿Qué agradezco?
- ¿Por qué lo valoro? (En este punto reconocemos también el esfuerzo detrás)
- ¿Cómo me siento cuando lo haces/te veo hacerlo?

EXTRA: Podéis también reflexionar sobre si sois agradecidos en el día a día y con los hijos. Podéis sugeriros cómo integrar este valor más en la vida cotidiana.



## 6. RETOS AGOSTO

### **Lunes 5 – Sé amable contigo mismo**

Con frecuencia caemos en la autocrítica desmedida sin ser conscientes del efecto que tiene en nuestra autoestima, emociones o incluso en nuestro comportamiento. Podemos convertir en un hábito el hablarnos a nosotros mismos con excesiva dureza y eso, a la larga, tiene consecuencias.

Para conseguir ser más amable contigo mismo te proponemos que escribas una **carta dirigida a ti mismo, pero como si la escribiera un amigo que te quiere y aprecia mucho**. Una forma sencilla de sustituir la autocrítica por un diálogo más constructivo. Puedes enfocarla al periodo del curso pasado o a lo que llevamos de año. Por ejemplo:

*“Ha sido un curso muy duro y ha habido momentos en los que has metido la pata o no has actuado adecuadamente, pero estás haciéndolo cada día mejor. Te estás esforzando y aunque no siempre lo consigas, tiene mérito cada intento”*

Profundiza en el tema de la amabilidad [aquí](#).

### **Miércoles 7 – Práctica el presente**

Durante el verano solemos bajar el ritmo por lo que es un **momento perfecto para instaurar el hábito de vivir el presente**.

Una forma de conseguirlo es que **cada miembro de la familia escoja una actividad cotidiana** (lavarse los dientes, fregar los platos, pasear, ducharse...) Una vez elegida, cada vez que se lleve a cabo, se realizará con atención plena. La idea es mantenerse presente en esa actividad, al menos durante unos minutos, observando los movimientos del cuerpo, los cambios que se producen... En definitiva, poniendo **todos los sentidos en esa acción y observando las distintas reacciones que experimentamos**.

## ***Viernes 9 – Juego Libre***

Los niños cada vez juegan menos de forma espontánea y no estructurada. Para mantener el orden o conseguir unos fines concretos, **se tiende a jugar de forma organizada, pero se pierde la oportunidad de potenciar el movimiento libre, la creatividad e incluso la socialización.**

**El juego libre es aquel que no tiene unas normas definidas, sino que los que participan van decidiendo cómo jugar.** Favorece que durante este verano haya ratos para que tus hijos jueguen o se entretengan a su aire. En la playa, piscina, parque, en casa... **Favorece y deja espacios de libertad para que se diviertan a su aire.**

## ***Lunes 12 – ¿Cómo te gustaría que fuera tu vida?***

En ocasiones **podemos caer en el pesimismo y visualizar nuestro futuro de forma negativa.** A partir de la adolescencia, esta tendencia puede ganar protagonismo generando sentimientos derrotistas y favoreciendo fluctuaciones en el estado de ánimo.

Para contrarrestar esta tendencia os proponemos el siguiente ejercicio:

- Recorre las distintas áreas de tu vida (familia, amigos, trabajo/estudios, salud, tiempo libre...) e imagina cómo te gustaría verte en unos años en cada una de ellas.
- Intenta imagina el mejor escenario posible, pero con detalle.
- Créate en esa imagen y compártela con el resto de la familia.

Es importante que el ejercicio se haga sin juzgar a los demás. Que todos se sientan libres de expresar cómo les gustaría que fuera su vida.

**¡Ser optimista y soñar despiertos nunca viene mal!**

## ***Miércoles 14 – Creando lazos con la familia***

No es suficiente pasar tiempo con la familia, también hay que intentar que sea un tiempo de calidad para estrechar lazos.

A través de **la conversación se pueden crear vínculos muy fuertes.** Hablar en familia nos permite conocernos mejor y, por lo tanto, aumentar la sensación de conexión.





A continuación, te ofrecemos una serie de preguntas que os pueden ayudar a generar conexión. La idea es que todos respondan cada cuestión y se charle un poco sobre ellas. Podéis crear vuestras propias preguntas, hacerlas todas juntas o cada día una.

- ¿Por qué te sientes más agradecido con la vida?
- ¿Qué cosas te hacen feliz?
- ¿Qué 5 cosas te llevarías a una playa desierta?
- ¿Qué es lo que más valoras en un amigo?
- ¿Qué te entristece o enfada?
- ¿Qué superpoder te gustaría tener?
- ¿Cuál es el mejor recuerdo de tu vida?
- Si pudieras conocer a un personaje célebre, ¿quién te gustaría que fuera?

### ***Viernes 16 – Disfrutando del verano***

No todos disfrutamos con las mismas cosas por eso es **importante reflexionar sobre lo que a cada uno nos gusta y nos hace feliz**. Es una manera de disfrutar mucho más de las vacaciones y de recargar las pilas para la vuelta a la rutina en septiembre.

El ejercicio es muy sencillo:

- Cada uno debe hacer un **listado de actividades con las que lo pasa bien**. Lo ideal es que sean actividades variadas (que se puedan hacer solo y acompañado, para hacer dentro y fuera de casa...)
- **Planificarlas** durante la semana para asegurarnos de que se llevan a cabo.

### ***Lunes 19 – Escribir un diario***

Es por todos sabidos que **escribir es muy terapéutico**. La idea con este ejercicio es expresar libremente y de forma privada, lo vivido durante cada día. Las cosas que nos han gustado, las que no, lo que hemos sentido... **Relatar lo acontecido cada día y cómo eso nos ha hecho sentir**.

Se puede enriquecer el ejercicio añadiendo pequeños recuerdos (una entrada de cine, una concha de la playa, una pegatina...)

Los más pequeños, que aún no saben expresarse bien escribiendo, pueden hacer dibujos.

### ***Miércoles 21 – Captar momentos***

Durante al menos una semana, hacer fotografías de aquellas cosas que nos impacten, gusten o sorprendan (una comida, un pájaro, una frase de un libro...)

Al final de la semana, **revisar cada foto y reflexionar sobre ella: ¿por qué me llamó la atención?, ¿qué significado tiene para mí?, ¿qué fue lo que me gustó?, ¿cómo me sentía en ese momento?...**

### ***Viernes 23 – Historias para no dormir***

Una forma divertida para pasar el tiempo es **inventar historias**. Es una actividad que se puede hacer en los trayectos en coche, durante las siestas o en cualquier otro momento en el que dispongáis de un rato.

Hay muchas formas de jugar a este juego, pero una de las más interesantes es la siguiente:

- **Una persona comienza con una frase o dos que introduzca la historia.** Por ejemplo: *“Había una vez un niño que podía hablar con los pájaros”*
- A partir de esa introducción, por orden, el resto de personas van añadiendo detalles hasta que se acabe la historia. Por ejemplo: *“... y por eso sus padres le construyeron una casa en un árbol”*. *“Un día un pájaro le contó que al otro lado del río vivía un duende que se había quedado atrapado en un agujero” ....*

Todas las aportaciones se incluyen, aunque no tengan sentido. De hecho, a los más pequeños les divierte las cosas inverosímiles. Puede ser un momento de reírse un poco y distraerse juntos.

### ***Lunes 26 – Momento de agradecer***

Las vacaciones ya van llegando a su final y es momento de echar la vista atrás y reflexionar sobre aquellas personas que han contribuido a vuestro verano haya sido bueno. Podéis hacerlos todos juntos y que cada uno escoja a una persona. El agradecimiento pueden ser unas palabras amables, un regalo o cualquier gesto que se os ocurra. Por ejemplo: Si os ha gustado el hotel donde habéis estado, podéis dejar una reseña. Si has estado más tranquilo en la piscina gracias al socorrista, podéis.

## ***Miércoles 28 – Caja mágica***

En una caja, que podemos decorar en familia, **se meten papelitos con frases positivas. Cada mañana se sacará una y será nuestro lema o actitud durante el día.** Los pequeños que aún no sepan leer y escribir pueden introducir dibujos o imágenes positivas.

Mientras realizan esta actividad, aprovecha para comentarles que una semana todos haréis un esfuerzo por ser positivos. Puedes mencionar algunas ventajas de este valor, ayudándoles a identificar cómo se sienten cuando son optimistas. Recordad momentos en los que han sido optimistas y coméntenlos en familia.

Estas son algunas ideas: **“Hoy será un buen día”, “Eres valioso”, “Fíjate en algo bueno que ocurra a tu alrededor”, “Ayuda a quien lo necesite”, “Agradece los alimentos” ...**

Para más inspiración, lee nuestro [contenido sobre optimismo](#).

## ***Viernes 30 – Vuelta al cole***

¡Llegó el momento de prepararnos para la vuelta al cole!

Independientemente de que nos cause alivio, pena o ambas, la vuelta al cole es un excelente pretexto para reforzar en el valor del esfuerzo y la responsabilidad.

Para ello, te sugerimos hacer una actividad para recordar y/o establecer las responsabilidades del curso que empieza.

Dependiendo de la edad, puedes hacer con ellos un cartel listando las responsabilidades ya sea con dibujos o por escrito.

Para más información, actividades y recursos por edad sobre esfuerzo y responsabilidad, consulta este [enlace](#).



## 7. RECURSOS EXTRAS

### LIBROS PARA EL VERANO | [VER](#)

El verano puede hacerse muy largo y nada mejor que una buena selección de libros para ocupar el tiempo de forma útil y para dejar volar la imaginación. Hemos preparado esta selección con algunos de los que más nos gustan. Con ellos no sólo cultivaréis el hábito de la lectura, sino que cultivaréis y educaréis en valores.

### CINE DE VERANO EN CASA | [VER](#)

Siempre nos ha parecido que el cine es una actividad para compartir y de la que se pueden extraer muchos aprendizajes. Si la película es la correcta, puede ser una gran aliada en la crianza de tus hijos. Descubre nuestra selección para ti.

### PLANES EN FAMILIA: IDEAS PARA DISFRUTAR JUNTOS | [VER](#)

Siempre nos ha parecido que el cine es una actividad para compartir y de la que se pueden extraer muchos aprendizajes. Una herramienta que entretiene al mismo tiempo que educa. Si la película es la correcta, puede ser una gran aliada en la crianza de tus hijos. Descubre nuestra selección para ti.





---

[WWW. EDUCAMOSENFAMILIA. COM](http://WWW.EDUCAMOSENFAMILIA.COM)