



NOTA DE PRENSA

JUGAR, EL MEJOR PLAN PARA LAS VACACIONES ESCOLARES

- La época estival representa el momento idóneo para que niños y jóvenes pasen tiempo al aire libre y disfruten de los beneficios del juego.
- El 45% de los niños y niñas de 0 a 12 años está menos tiempo al aire libre del que recomiendan los expertos, aunque es especialmente preocupante en la franja de 10 a 12 años, donde pasan de media en el exterior, 52 minutos, según datos del Instituto Tecnológico de Productos Infantiles y Ocio.
- Bicicletas, patinetes y demás juguetes para disfrutar del aire libre han sido sustituidas por formas de ocio planificadas y controladas y por las pantallas.

Ibi, 14 de julio de 2025

Las bicicletas ya no son para el verano. Si hasta hace apenas unas décadas las vacaciones escolares eran sinónimo de libertad para los niños y las niñas, de noches eternas y mañanas de juegos y aventuras, la realidad ha ido cambiando con el paso de los años y las agendas comprimidas y el ocio planificado han acabado invadiendo también las vacaciones de los niños y las niñas, en parte por las dificultades de los progenitores para conciliar.

Decía María Montessori que el juego era el trabajo de la infancia y un potentísimo aliado evolutivo para el desarrollo integral del niño y la niña. A través del juego niños y niñas de todas las culturas y fases de la historia han aprendido a integrarse en el mundo que les rodea, han experimentado a través de los sentidos, han reconocido la adopción de límites y reglas.

Es más, la actitud lúdica de los niños y niñas es lo que les impulsa a explorar nuevos caminos, a afrontar nuevos retos que desafíen sus límites autoimpuestos, a descubrir el mundo que les rodea.

Y el verano es un momento especialmente valioso para esto, pues los niños y niñas disponen de tiempo libre para gestionarlo, incluso para aburrirse, que supone el germen de nuevos proyectos e ideas, pero también para tomar sus propias decisiones, para que no todo quede planificado por sus progenitores.

Como explica la psicóloga infantil Silvia Álava, *“Hoy, en cambio, muchas infancias transcurren tras una pantalla. A golpe de clic, los niños y niñas saltan de vídeo en vídeo sin levantarse del sofá, viajando sin moverse y aunque los adultos creemos que están más seguros, en absoluto es así. Hemos sustituido las rodillas peladas por los problemas que ocasiona el abuso de pantallas. El ocio se ha vuelto digital, programado, controlado... pero también limitado. Y con ello, hemos perdido parte de la magia que hace del verano un escenario único para el juego, la creatividad y la aventura”*.

Según datos de la Alianza por la Infancia, los niños y niñas dedican menos de 3 horas a la semana al juego libre al aire libre, y en países como España, los niños y niñas dejan de jugar con regularidad a partir de los 10 años. Una tendencia preocupante, ya que el juego es un derecho reconocido por Naciones Unidas y una actividad esencial para el desarrollo físico, emocional, social y cognitivo.

El verano, un regalo para recuperar el juego

Lejos de los horarios escolares, los uniformes y las extraescolares, el verano ofrece una oportunidad única: parar. Respirar. Aburrirse. Porque del aburrimiento surge la chispa de la creatividad, el ingenio, la capacidad de imaginar y resolver. No hay nada más estimulante que una tarde sin planes donde todo puede pasar: construir una cabaña, explorar el entorno cercano, buscar formas en las nubes o contar estrellas.

Como explican desde el [Observatorio del Juego Infantil](#) el juego libre permite a los niños y niñas enfrentarse a desafíos reales, físicos, tangibles: trepar a un árbol, correr detrás de una pelota, caerse y volver a levantarse, superar la frustración de una peonza cuyo pirueta se resiste una y otra vez. Les enseña a gestionar el riesgo, a tomar decisiones, a trabajar en equipo, a reírse de lo imprevisto. Cosas que ningún videojuego, por sofisticado que sea, puede replicar.

Jugar es cosa seria. Y más en verano.

Por eso, los expertos del Observatorio comentan que los adultos debemos recuperar el valor del juego como algo esencial, no accesorio. Especialmente en verano, cuando el entorno –más relajado, más flexible, más natural– invita a conectar con lo auténtico. No se trata de organizar más actividades, sino de dejar espacio para lo inesperado. De confiar en que los niños y niñas, cuando tienen tiempo, espacio y libertad, saben muy bien qué hacer con ellos.

Es momento de redescubrir lo sencillo: el frescor del agua, la sombra de los árboles, la sorpresa de una luciérnaga, la emoción de un escondite, la adrenalina en el pilla-pilla. El verano no necesita grandes planes. Necesita juego. Porque cuando los niños y niñas

juegan, se están desarrollando, aún sin saberlo y precisamente por eso. Y cuando lo hacen al aire libre, en compañía, contribuyen a cimentar su salud física y a alimentar su bienestar emocional, a crecer felices.

Este verano, el mejor plan está al otro lado de la pantalla. Está en salir a jugar.

FUNDACIÓN CRECER JUGANDO

La **Fundación Crecer Jugando** www.crecerjugando.org tiene como fin la defensa y promoción de uno de los derechos fundamentales del niño: el derecho al juego. El juego es una de las actividades más importantes para el desarrollo global del niño.

El compromiso de la **Fundación Crecer Jugando** por defender el derecho al descanso, al esparcimiento, al juego y a las actividades recreativas se concreta en la promoción de la actividad lúdica en sí misma y a través del juguete y en la celebración de mesas redondas, conferencias, coloquios y difusión de trabajos de investigación. www.observatoriodeljuego.es