

Elegir la actividad más adecuada

La oferta de extraescolares ha crecido mucho en los últimos años. Elegir cuál realizar o cuántas se convierte en una decisión importante para muchas familias.

En un principio, no deberían ser demasiadas, ya que lo ideal sería contar con una formación completa dentro de su propuesta académica reglada. Pero, si no es así y hay que complementar con extraescolares, puede suponer una sobrecarga, motivo por el que es importante tener en cuenta que la mejor actividad extra que puede tener un niño es tiempo para jugar y disfrutar con la familia.

Conviene recordar que cada vez hay más niños estresados que pasan sus tardes de una actividad a otra y regresando muy tarde, teniendo que enfrentarse entonces a las tareas escolares.

Esto no significa que las extraescolares no sean buenas, sino que debemos controlar el número y el tipo de actividad para no conseguir el efecto contrario. Por este motivo, será conveniente, a la hora de elegir, tener en cuenta:

- La edad para comenzar las extraescolares depende del tipo. En algunas resulta más positivo comenzar desde muy pequeños por la capacidad de absorción y predisposición hacia el aprendizaje. Además, es bueno trabajar desde edades tempranas el hábito de aprovechar el tiempo, de esforzarse o ser constante,

valores que se refuerzan al no disponer de todo el tiempo libre para uno mismo.

- Es importante que no todas las extraescolares sean de carácter académico o cognitivo, ya que el esfuerzo intelectual que les supone les puede llevar a un desgaste excesivo. Estas actividades pueden ser idiomas, robótica, Kumon, cálculo... Son positivas, pero es conveniente elegir y no acudir a todas o muchas a la vez.

- Tampoco deben ser todas ellas o exclusivamente actividades de refuerzo escolar: hay niños que necesitan tener apoyos extras al colegio porque les cuesta alguna materia. En este caso no se puede evitar la extraescolar, pero es conveniente darles la oportunidad también de que puedan elegir alguna actividad que les guste y que suponga un disfrute para ellos. Se suele caer en el error de dedicar todo el tiempo a refuerzo porque van mal o lo necesitan, pero también necesitan desconectar y sentirse bien en algún momento. No estaremos perdiendo el tiempo porque realicen esa actividad que tanto les gusta, ya que probablemente eso les motive para poder seguir luchando por aquello que más les cuesta.

- Elegir actividades deportivas que les ayuden a desfogarse, trabajar el auto-control, relajarse o incluso cansarse físicamente para poder descansar mejor: el deporte, como hábito de vida, es fundamental introducirlo en los niños desde que son pequeños. Esto les puede proporcionar un equilibrio cuerpo-mente básico para enfrentarse a situaciones complicadas en su vida.

- Actividades de entretenimiento y disfrute: música, arte, cocina... les enseñan a disfrutar de las cosas bellas, les dan la oportunidad de poder desarrollar un hobby en su vida que les haga desconectar y crecer interiormente como personas.

En conclusión, el objetivo no es tanto aprovechar las extraescolares para que aprendan cosas, sino también para que generen hábitos de vida y desarrollen valores fundamentales. Es interesante que, entre todas las actividades que realicen, haya variedad para que puedan disfrutar y, a partir del segundo ciclo de Infantil, hablar con ellos sobre la elección de cada una, así como trasladarles la importancia de comenzar y finalizar cada una de ellas. Es deseable que no cambien constantemente de actividad, al menos durante el curso escolar, ya que les hace ser inestables y poco constantes. ●

MARÍA CAMPO

DIRECTORA DE NCLIC-KIMBA

2 profes en apuros

LA PRIMERA AGENDA SOLIDARIA PARA PROFES EN APUROS!

COLABORA y no te quedes sin ella!

www.2profesenapuros.com