



Ojo con cargar la agenda del niño

Los padres deben orientar, nunca imponer, las actividades extraescolares a sus hijos ● La formación complementaria forzada puede volverse en contra

J. A. AUNIÓN

La jornada laboral de los escolares, desde hace muchos años ya, no termina cuando suena el timbre del colegio. Más del 90% de los alumnos españoles de enseñanza obligatoria (de 6 a 16 años) desarrolla alguna actividad extraescolar, y algo más de la mitad, dos o más a la semana, según los datos del Ministerio de Educación. Estas actividades, que pueden tener muchas virtudes y ser beneficiosas para el escolar, responden muchas veces, según distintos expertos, solo a las necesidades de unos padres trabajadores que tienen que colocar a sus hijos muchas horas al día, o se eligen en función de los gustos parentales, y pueden llegar a suponer una carga demasiado pesada para algunos niños y niñas.

Un estudio culminado en

2003 sobre las principales causas del estrés entre los chavales andaluces de 8 a 12 años, elaborado por la catedrática de Psicología Victoria Trianes concluyó

Más del 90% de los alumnos alarga sus tareas al salir de las clases ordinarias

La jornada laboral de los mayores determina a veces el horario de los hijos

que algunos de los factores que más les pueden agobiar son la preocupación por su apariencia física, participar en demasiadas

actividades extraescolares y estar mucho tiempo solos.

Es muy difícil saber cuántos niños y adolescentes pueden estar sobrecargados, sobre todo teniendo en cuenta que el mismo peso que resulta ligero para un chaval a otro puede machacarlo. Lo que está claro es que puede llegar a ser un problema, explican por teléfono Trianes, y también la investigadora de la Facultad de Medicina de la Autónoma de Barcelona Beatriz Molinuevo. Juan Antonio Planas, presidente de la Confederación de Organizaciones de Psicopedagogía y Orientación de España, asegura que incluso puede acabar en fracaso escolar.

"No es lo habitual. Aunque es verdad que puede haber padres que por sus necesidades de trabajo necesiten que sus hijos estén en muchas actividades", señala Pilar Triguero, presidenta de la

Confederación Democrática de APAS de Andalucía (Codapa). "Igual entre los que van a los conservatorios de música o practican deportes más en serio", añan-

Algunos colegios ofrecen horas de refuerzo para los alumnos rezagados

Si se obliga al niño con actividades que no le gustan puede aborrecerlas

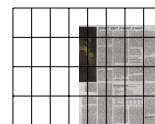
de María José Navarro, presidenta de la Federación de asociaciones de padres de Valencia.

En general, la mayoría de los

escolares de educación obligatoria practican algún deporte, un 73% según las últimas cifras del Ministerio de Educación, de 2007. Muy por detrás, en porcentajes que van del 21% al 28%, estudian idiomas, música o danza, dibujo o pintura e informática.

Nada es blanco o negro en educación, dice Planas, y todo va a depender de cada chaval. "Cada niño y cada niña son seres únicos que por sus especiales circunstancias van a beneficiarse o a responder mejor unos que otros a determinados tipos de actividades", dice el profesor del Departamento de Psicología de la Universidad de Córdoba Juan Moriana.

"A veces, las actividades extraescolares, que pretenden ser la solución, se convierten en el problema. Así, un alumno inquieto, con atención dispersa, y que debe entrenar su atención mantenida, si se le apunta a actividades



¿Dónde? ¿Qué? ¿Cuánto? ¿Cómo?

Las necesidades y las jornadas labores de los padres, y su capacidad de gasto, sobre todo en el contexto actual de crisis económica, marcarán la elección de las actividades extraescolares de los niños y adolescentes. Pero incluso con esos imperativos, los económicos y los de cercanía de la oferta, hay bastante margen para elegir. Los especialistas ofrecen una serie de consejos para hacerlo mejor.

» **La oferta.** La mayoría de los colegios e institutos ofrecen, a través de las asociaciones de padres o de empresas, muy diversas actividades que muchas veces están subvencionadas, por lo que, al menos una a la semana, este tipo de formación complementaria está al alcance de la inmensa mayoría de las familias. También las ofrecen muchos Ayuntamientos, "que pueden costar 30 o 40 euros al año", dice María José Navarro, presidenta de la Federación de Asociaciones de Padres de Valencia. Todo tipo de asociaciones, academias o empresas externas de precio muy variable completan la oferta.

» **Los gustos del niño, no de los padres.** "La elección debe tomarse teniendo en cuenta la opinión del niño o la niña (preferiblemente según sus gustos, carácter y habilidades). Debemos orientarle pero no imponerle nuestras preferencias", dice el orientador de Secundaria Daniel Veiga. "Es prioritario esco-

ger lo que más le guste y divierta, a la vez que favorezca su desarrollo personal, le ayude a relacionarse con los demás y favorezca su sociabilidad", añade.

» **Una posibilidad para cada carácter.** Veiga aporta una pequeña guía del tipo de recurso que puede venir bien según el carácter de cada chico o chica: para alguien tímido, actividades en grupo, pero no competitivas, como danza o teatro; para el perezoso, deportes y actividades individuales como tenis o pintura; para el nervioso, algo que le ayude a dominarse como el yudo o la natación; y para el que le cuesta relacionarse, actividades en grupo como pueden ser el fútbol o el baloncesto. "Las actividades deportivas de grupo son especialmente interesantes para la socialización de determinados menores, sobre todo, en edades clave, de 9 a 13 años", añade el profesor de la Universidad de Córdoba Juan Antonio Moriana.

» **Dos o tres a la semana.** "Parece que lo más recomendado es una o dos actividades, algunos especialistas insisten en no sobrepasar las tres. Yo pienso que es mejor que pasen tiempo de calidad educativa con sus padres y/o que realicen actividades con ellos, más que desempeñar multitud de extraescolares", dice Moriana.

» **El equilibrio.** "Un aspecto clave es el hecho de no sobrecar-

gar al escolar. Es imprescindible que disponga de tiempo libre para jugar, descansar y estar con su familia", dice Veiga. Un equilibrio que también debería darse, según el profesor de la Universidad de Almería Jesús de la Fuente, entre las actividades de carácter más lúdico y las de aprendizaje que pueden suponer una ventaja en el futuro. "Es comprensible que las familias se preocupen de que sus hijos e hijas accedan en el futuro

Hay actividades subvencionadas que salen por 30 o 40 euros al año

Los expertos recomiendan que no haya más de tres extraescolares

al mercado de trabajo con competencias acreditadas (títulos) en idiomas, informática o música", pero estas siempre deberían mantener un equilibrio con las otras, las que ayudan "al desarrollo integral de la personalidad".

» **Lo lúdico y lo preprofesional.** En todo caso, hay que diferenciar entre lo que sería un aprendizaje lúdico de la música o la danza, o de la práctica de

algún deporte, de actividades cuasiprofesionales. "La distancia entre lo lúdico y lo preprofesional tiene importantes implicaciones para los niños y, en muchas ocasiones, los padres fuerzan el amor por una actividad en la que finalmente sus hijos es probable que fracasen. Independientemente del nivel al que llegue el niño, lo importante es que sea feliz y desarrolle la actividad con interés y motivación (se divierta, disfrute, desee que llegue ese momento, etcétera). Un menor con importantes niveles de motivación e interés por la actividad es capaz de tener un rendimiento sobresaliente en el aula y ser un deportista (músico, bailarín...) de élite", dice Moriana.

» **El seguimiento.** No todos los niños responden de la misma manera a las mismas actividades y la misma carga horaria, por eso, se puede no acertar a la primera, pero siempre se puede rectificar. "Lo mejor sería hablar con los profesores del menor (que conocen su comportamiento dentro del medio escolar), hablar con el propio niño (para valorar sus gustos e intereses) y evaluar de forma continua la evolución del menor en el desarrollo de la actividad y en cómo esta afecta en su funcionamiento personal y escolar. Si el chico disfruta con la actividad y no baja su rendimiento escolar ni su funcionamiento diario, quizás vayamos por el buen camino", asegura Moriana.

La inmensa mayoría de los escolares españoles de 6 a 16 años, casi un 73%, practica algún deporte como actividad extraescolar. A bastante distancia, las otras actividades más recurrentes son las clases de idiomas y de música o danza. / ANTONIO ESPEJO

de deporte todas las tardes para tranquilizarlo, a la postre, cada vez tendrá menos hábitos de trabajo y de atención. Justo lo contrario de lo que se pretendía", asegura el profesor de Psicología Evolutiva y de la Educación de la Universidad de Almería Jesús de la Fuente.

En general, los expertos no creen necesario ni recomendable acudir a estas actividades antes de los cinco o seis años. Si acaso, Moriana recomienda la natación para estas edades: "Supone un ejercicio físico muy completo para el desarrollo del menor y es positivo que los niños aprendan a nadar pronto", asegura. En cuanto al aprendizaje de idiomas, sobre todo el inglés, acepta que, cuanto antes se empiece, mejor. Eso sí, teniendo muy en cuenta la forma en que se van a recibir esas clases. "Los padres deberían asegurarse de que el método utiliza-

do es adaptado a su edad, tremendamente lúdico (juegos, canciones) y poco instruccional", añade Moriana. "Para algunos aprendizajes es cierto que cuanto antes se empiece, mejor, pero con otros no tanto. De hecho, lo que a veces hacemos es quemar oportunidades, porque sometemos a los niños a actividades que les vienen grandes y acaban aborreciéndolas", dice la psicóloga experta en educación infantil Gema Paniagua.

A partir de Primaria, en lo que insisten los especialistas es en tener muy en cuenta los gustos y las preferencias del niño y preguntar a los profesores y a los orientadores escolares, sobre todo para hacer un seguimiento de si el niño o adolescente no está teniendo problemas para seguir las actividades normales del colegio. "Habría que plantearse año a año la conveniencia de mantener cada actividad, en función de los resultados obtenidos y principalmente de cómo lo viva el niño", añade Moriana. Daniel Veiga, orientador del instituto de Secundaria García Barbón, de Verín (Ourense), insiste en que, en todo caso, el escolar debe tener suficiente tiempo libre para "jugar, descansar y estar con la familia" y en que las actividades extraescolares deben "sustituir horas de televisión o de

Actividad extraescolar

■ % DE ALUMNOS QUE REALIZAN CADA ACTIVIDAD (2007)

Tipo de actividad	%
Teatro	6,3
Informática	21,2
Manualidades, dibujo, pintura	22,3
Música o danza	24,9
Idiomas	28,4
Deportes	72,8

■ Nº DE ACTIVIDADES (2007)

% de alumnos	TOTAL	Chico	Chica	Públicos	Privados
Actividades extraescolares					
No realizan ninguna	8,3	6,3	10,5	8,8	7,5
Realizan una	37,5	41,2	33,7	37,5	37,5
Realizan dos o más	54,2	52,5	55,9	53,8	55,0

Fuente: Instituto de Evaluación.

EL PAÍS

sofá, nunca de convivencia familiar, deberes o juegos".

Unas reglas parecidas (preguntar a los profesores, asegurarse de que el método de enseñanza es el adecuado) se suelen proponer cuando se habla de las actividades de refuerzo, de las típicas clases particulares. Según los datos del Ministerio de Educación, recogidos en 2004, algo menos del 10% de los alumnos de Primaria y el 20% de los de Secundaria recibe ayuda externa en academias o con profesores particulares.

Están bien, continúa Daniel Veiga, si se llega a la conclusión, junto a los profesores, de que el niño realmente lo necesita y, sobre todo, en las primeras etapas, además de la materia se enseña a los chavales a organizarse, planificar, estudiar el solo. Sin embargo, hay que tener cuidado de que todo se reduzca solo a hacer los ejercicios de la materia que se está reforzando o que el estudiante se acostumbre de tal manera a estos apoyos que luego no sea capaz de continuar por él mismo. "Lo que queremos como educaco-

res es que el niño desarrolle el trabajo autónomo también en casa. Y si le ayudamos siempre nosotros como padres o recibe la ayuda de profesores particulares ese objetivo fundamental puede no cumplirse", dice la orientadora escolar de Infantil y Primaria Luz Santesmases.

Además, una vez decidido, es importante ver todas las posibilidades, dice José María Salguero, orientador de Secundaria. Salguero recuerda que en muchos centros se ofrecen refuerzos académicos fuera del horario lectivo, con planes institucionales como el PROA, o con iniciativas con las que alumnos mayores, de Bachillerato, echan una mano a sus compañeros más pequeños, de 1º o 2º de ESO. "Muchas veces esa iniciativa es más interesante, quizá que la asistencia a academias que pueden alargar excesivamente la jornada escolar e impartir contenidos algo distintos a los que se siguen en el colegio", señala.

EL PAÍS.COM

► Especial vuelta al cole.

Consulte las claves del inicio del curso escolar 2010-2011, con los vídeos de consejos de los expertos y toda la actualidad.