

SOCIEDAD

Tardes para jugar y aprender

Las actividades extraescolares deben ser un complemento lúdico a la formación reglada y dejar a los niños tiempo para estar en familia, estudiar, divertirse o no hacer nada

INÉS GALLASTEGUI

Patínaje artístico, inglés, gimnasia rítmica, violín, artes marciales, teatro, ajedrez, informática... Muchos padres se ven abrumados estos días por las dudas. Es el momento de elegir las actividades extraescolares que sus hijos realizarán a lo largo del curso, y algunos no saben cómo acertar. Los niños ¿deberían dedicar el tiempo a actividades que se les dan bien, o aquéllas para las que sean más torpes? ¿A cuántas clases es conveniente matricularles? ¿Es mejor que sigan en el colegio o que salgan fuera? ¿Qué materia es más adecuada para un niño tímido? ¿Y para uno muy nervioso?

Tres expertos responden a estas y otras preguntas. Para Antonia Fernández Cruz, maestra, psicóloga y orientadora de la Delegación de Educación de Granada, las actividades extraescolares deben ser lúdicas y formativas a la vez, y el papel de los padres es ayudar a los niños a elegir las. Lucas Gutiérrez, psicólogo del colegio Arco Iris de Motril y psicólogo clínico en el Centro de Psicología CEI, considera «una barbaridad» apuntar a niños muy pequeños a disciplinas «repetitivas» y «específicas» -como la práctica de un instrumento musical, el judo o el tenis- que van en contra de su desarrollo neurológico. Juan Torres, doctor en Educación Física y profesor de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal de la Universidad de Granada pone el acento en la importancia de la práctica deportiva para contrarrestar el sedentarismo de la jornada escolar.



BALLET. Un grupo de niñas asiste a una clase de ballet, una disciplina que combina el ejercicio físico y la música. / FERNANDO GÓMEZ

¿LÚDICO O ACADÉMICO?

Jugar también es aprender

Juan Torres recuerda que las actividades lúdicas y las formativas «no son incompatibles». Lo que nunca deben ser las clases vespertinas es una ocupación «reglada, basada en un aprendizaje memorístico o cognitivo». El profesor considera clave que algunas de estas actividades impliquen ejercicio físico. «Unos niños que están sentados durante cinco, seis o más horas al día necesitan movimiento. Si las actividades extraescolares que les proporcionamos son sedentarias, incrementamos los problemas de sobrepeso, obesidad, falta de coordinación...», destaca.

«El conocimiento se asienta en las emociones y en el disfrute -recuerda la maestra Antonia Fernández-. Hace 30 años los niños nos formábamos por las tardes jugando en la calle. Los juegos tradicionales de entonces -la rayuela, el trompo, la lima, el elástico, el quema o la comba- se podrían considerar hoy talleres de psicomotricidad, ritmo, puntería, música...».

Para Lucas Gutiérrez, las actividades extraescolares «deben tener un sentido más bien lúdico, social, de desahogo, sin muchas normas impuestas, después de tantas horas de estudio». A su juicio, la única excepción podrían ser los niños procedentes de familias «muy laxas, sin normas», que tienen dificultades para relacionarse, cooperar o desprenderse de objetos. A ellos les pueden convenir actividades con cierta disciplina.

¿APOYO O DIVERSIÓN?

A todos nos gusta lo que hacemos bien

Los expertos coinciden en que, si el alumno necesita clases de apoyo o refuerzo en alguna asignatura, debe recibirlas, pero éstas no deben ser sus únicas actividades fuera del horario lectivo. «Los niños tienen que tener experiencias de éxito y de disfrute con lo que aprenden -recalca la orientadora-. Si siempre les estamos dando más de lo que a ellos les resulta difícil, se agobian».

Fernández recuerda, citando al psicólogo estadounidense Howard Gardner, que las personas tenemos una «inteligencia múltiple». Aunque el sistema educativo sólo potencia la lingüística y la lógico-matemática, existen además la inteligencia musical, la corporal, la espacial, la interpersonal, la intrapersonal y la naturalista. «Hay que potenciar aquello para lo que el niño vale, que generalmente coincide con lo que le gusta», concluye la especialista.

¿CUÁNDO COMENZAR?

Hay que respetar el crecimiento

La maestra apunta que la incorporación al sistema educativo ya es un «reto grande» para los niños de 3 años, especialmente si nunca habían asistido a un centro infantil y han de acomodarse a un nuevo horario y madrugar, «en vez de escuchar su ritmo biológico». A su juicio, si el alumno comienza la jornada en el aula matinal y después almuerza en el comedor escolar, lo aconsejable sería que durmiera la siesta y merendara en casa.

No obstante, la edad de comienzo de estas actividades depende de las necesidades y el carácter del pequeño, de la familia y su ritmo de vida, del entorno social -no es lo mismo una gran ciudad que un pueblo- y del propio centro educativo. La maestra cree que el comienzo ideal sería a partir de los 4 ó 5 años, siempre que el niño manifieste un gusto especial por alguna actividad y ya no echara la siesta. Y el comienzo debería ser gradual: primero una hora a la semana y poco a poco ir aumentando.

Para el psicólogo, el error más frecuente no es tanto iniciar estas actividades demasiado pronto como hacerlo en disciplinas que van en contra del desarrollo del menor. «Es una barbaridad meter a los niños en actividades deportivas como tenis, judo, kárate, fútbol o gimnasia rítmica, o a tocar un instrumento, a los 4 años», asegura Gutiérrez. En su opinión, este tipo de actividades «superestructuradas», «específicas» y «repetitivas» son negativas «desde el punto de vista físico y psicológico». «El desarrollo psicomotor se cierra sobre los 12 años. Antes, el cerebro está en expansión y necesita actividades globales, abiertas, creativas..., no especificidades. Eso viene después», subraya.

Juan Torres coincide con este punto de vista. «Hasta el segundo ciclo de Primaria, el trabajo debe ser multilateral, para que los niños conozcan muchas cosas, se les abran muchas ventanas al mundo. A partir del tercer ciclo ya podrían hacer una elección más comprometida y acorde con sus gustos», señala el doctor en Educación Física.

¿CÓMO ELEGIR?

Paciencia y constancia

Los expertos coinciden en que, a la hora de elegir las actividades extraescolares, hay que tener en cuenta el carácter del niño, escuchar su opinión -sobre todo si ya

es mayorcito- y dejarle probar, pero exigiéndole un poco de constancia.

Por ejemplo, a un niño tímido hay que animarle a emprender tareas en grupo en las que aprenda a expresarse y se relacione con los demás, como el teatro, el baile o los deportes de equipo. A un chaval nervioso o agresivo puede venirle bien alguna disciplina que exija concentración y autocontrol, como las artes marciales o el ajedrez. Un crío perezoso quizá necesite un empujón para apuntarse, pero le vendría bien alguna actividad solitaria que le obligue a hacerse responsable de su propio trabajo, como la práctica de un instrumento musical, el tenis o las artes plásticas.

Antonia Fernández asegura que los padres deben ayudar a sus hijos a elegir entre un «abanico» de posibilidades y darles un «empujoncito» si se ponen límites ante las novedades, pero al final respetar su elección. «Como es un terreno un poco más lúdico, el padre puede permitirse que el niño elija y se equivoque. Es un buen entrenamiento para enseñarles a tomar sus propias decisiones», asegura la maestra.

«En principio no es malo que los niños vayan cambiando. Tienen que decidir lo que les gusta por tanteo. Y eso no hay que vivirlo como un fracaso: normalmente, cuando el niño prueba varias cosas, al final descubre lo que le gusta y se estabiliza en una actividad», afirma Fernández. La especialista recuerda, no obstante, que hay que enseñar a los hijos que los conocimientos «hay que reposarlos». Si se apuntan en una actividad, deben mantenerse durante un tiempo mínimo; los padres a su vez se comprometen a permitirles cambiar de actividad si después de un tiempo sigue sin convencerles.

Lucas Gutiérrez encuentra a menudo a padres quejosos porque sus hijos son incapaces de mantenerse tres tardes en una misma clase. El problema, asegura, es que muchos progenitores no tienen en cuenta los gustos de los chavales -«No les conocen; no hablan con ellos»-, y algunos alumnos pecan de una inconstancia enfermiza. «Hay adolescentes que no son capaces de ver una película de principio a fin», afirma el psicólogo.

El zapeo a través de una oferta casi ilimitada de canales de televisión, juegos de ordenador y videoconsola ha formado una generación de chavales que no están habituados a empezar y acabar un proyecto: en cuanto su interés disminuye ligeramente, cambian de canal. Esa actitud, lamenta el terapeuta, fomenta la hiperactividad, la falta de autocontrol y la indisciplina.

¿DENTRO O FUERA?

El inicio y la especialización

Para Antonia Fernández y Juan Torres, lo deseable es que las actividades extraescolares se desarrollen en el propio centro escolar, porque así es más fácil percibir esa formación como un complemento de las clases de la mañana.

El profesor Torres recuerda que una reciente investigación ha concluido que los monitores que actualmente imparten las actividades extraescolares en los colegios de Andalucía son la «generación más formada de la historia».

Por su parte, Fernández recuerda que las actividades que ofrecen los colegios -generalmente a través de empresas especializadas- suelen ser de iniciación. Por lo tanto, si un niño repite varios años una materia que le gusta, lo natural es que al final busque centros más especializados: el conservatorio en solfeo, instrumentos o danza, los polideportivos o las federaciones deportivas, las academias o escuelas de idiomas...

En ese sentido, el psicólogo asegura que muchos padres no contemplan estas actividades como algo lúdico, sino como parte del currículo del chaval -como ya hacen algunas universidades norteamericanas- y, en consecuencia, las buscan fuera del centro educativo para conseguir títulos o diplomas.

Otro motivo para escoger clases fuera del colegio puede ser de carácter social: los alumnos que no tienen muchos amigos en su aula pueden verse inclinados a crear nuevos lazos sociales fuera.

¿CUÁL ES EL LÍMITE?

Miniprofesionales estresados

Mucho no siempre es mejor. «Algunos padres dicen: 'Mi niño puede elegir cualquier actividad menos el inglés o el conservatorio; eso es innegociable' -asegura Antonia Fernández-. Creo que es un error. Los niños tienen mucho tiempo por delante para aprender lo que tengan que aprender profesionalmente. Ellos están cumpliendo con su trabajo escolar por la mañana; lo de la tarde es un complemento, y así tenemos que plantearlo».

Los especialistas lamentan que hay progenitores que «profesionalizan» a sus hijos, con el anhelo de convertirlos en 'niños prodigio'. «No creo que un niño a los 7 años haya decidido que su futuro es el violín», apunta Antonia Fernández. «Una niña no es más feliz por ser campeona de gimnasia rítmica a los 14 años, después de haber estado presionada desde los 4», apostilla el psicólogo, que ve habitualmente en su consulta a niños física y psíquicamente exhaustos. Para Juan Torres, demasiados padres depositan en sus hijos no sólo sus deseos y esperanzas, sino también sus frustraciones.

Muchos críos no renuncian a determinadas clases vespertinas, pese a estar agotados, porque no quieren defraudar las altas expectativas de sus padres. «A veces el ritmo de las actividades extraescolares compromete el éxito escolar -advierde la maestra-. Hay niños que cuando llegan de esas actividades tienen el tiempo justo de darse una ducha, cenar y acostarse. Están demasiado cansados para hacer los deberes».

igallastegui@ideal.es