

# ara **criatures**

<http://mestres.ara.cat>

<http://criatures.ara.cat>



Les activitats  
extraescolars  
permeten descobrir  
interessos i  
socialitzar-se P. 4-5

Un temps per  
**créixer**





**PASSIÓ.** La Sara fa una extraescolar de música perquè li encanta. El curs que ve vol fer ball.

Tot i haver-se multiplicat exponencialment durant els últims anys, les **activitats extraescolars** per excel·lència continuen estant relacionades amb l'esport, els idiomes, la música i la resta d'arts escèniques. Són necessàries per al desenvolupament de la canalla, però demanen moderació

# Extraescolars sí, però amb seny

Ben dosificades, permeten descobrir interessos, aprendre, divertir-se i socialitzar-se més enllà de l'escola





**ART.** La música o les arts plàstiques estimulen la creativitat de la canalla.

#### ESTHER ESCOLÁN

FOTO: F. MELCION / R. MARIGOT

Com qui no vol la cosa, hem deixat enrere un altre curs escolar i, quan encara no hem encetat la carrera de fons en què es converteix l'estiu pel que fa a conciliació familiar, pares i mares hem d'enfrontar-nos a una decisió clau que condicionarà la marxa del curs vinent: la tria de les activitats extraescolars dels fills. Unes activitats que les criatures duran a terme un cop finalitzi la jornada escolar, l'objectiu de les quals és introduir-los en disciplines complementàries a les habituals de l'escola, que descobriixin els seus gustos i aficions, que coneguin altres nens i nenes i que serveixin, per què negar-ho, perquè els horaris dels més petits siguin un pèl més compatibles amb les jornades laborals dels seus progenitors.

Tot i això, cal tenir en compte una sèrie de consideracions prèvies, com l'edat i els gustos dels més petits, abans d'apuntar-los a tort i a dret a un munt d'extraescolars, a banda de no sobrecarre-

**"Si les activitats no els motiven, no seran beneficioses", alerta Francesc Xavier Moreno**

gar-los d'obligacions que els deixin sense temps per fer els deures, estudiar, jugar, divertir-se amb la família o, simplement, gaudir de no fer res.

#### No per obligació

Els infants passen una mitjana de cinc a sis hores diàries a l'escola. Si es queden a dinar, ja en sumen set o vuit. Tot i representar una tercera part del dia, encara disten molt de la mitjana de nou o deu hores que els pares i mares que treballen a jornada completa passen fora de casa, una diferència horària que molts cops pal·liem amb extraescolars que, al mateix temps que complementen el currículum escolar dels nens, ens permeten conciliar millor. De tota manera, no totes les famílies ni totes les criatures

**"El millor per desenvolupar l'evolució física i intel·lectual és jugar", diu Imma Prat**

són iguals, per la qual cosa cada família ha de fer la tria pensant en la personalitat i maduresa del seu fill o filla, del profit que traurà de l'activitat i de les seves possibilitats econòmiques i logístiques –recordem que no totes tenen lloc al centre docent mateix.

"Les característiques singulars dels nens i joves determinaran la conveniència o no de fer activitats extraescolars i el tipus d'activitats que els convé més", apunta el professor de pedagogia aplicada de la UAB, Francesc Xavier Moreno. "Unes activitats que suposin una sobrefatiga als nostres fills, que no siguin del seu gust o no els motiven, que no els deixin el temps necessari per estudiar i fer els deures escolars, que siguin viscudes de manera

estressant, que els minimitzin els temps de vincle afectiu amb la família i amics, etcètera, no seran unes activitats beneficioses", afirma.

En definitiva, les activitats extraescolars no poden ser una obligació: han de tenir una motivació voluntària per part dels nens i joves que les realitzen, que n'han de gaudir i estar motivats per fer-les. En aquest sentit, si les criatures tenen una edat en què el llenguatge els permet manifestar la seva opinió, Moreno recomana "fer-los participants de la tria sense condicionar-los". El professor de pedagogia aplicada insta també pares i mares a tenir molt presents "les seves característiques i temps personals, motivacions, aptituds i capacitats vers l'activitat i el que volem compensar o reforçar acadèmicament".

#### Respectar gustos

"No abusar d'extraescolars directament relacionades amb el currículum escolar" també ho recomana la pedagoga Imma Prat, que opina que, "mentre no se n'abusi, les extraescolars poden ser beneficioses, ja que permeten als més petits conèixer interessos i habilitats físiques i artístiques que molt sovint no es poden descobrir dins de l'educació reglada".

Uns interessos que en el cas de la Sara, de quatre anys, ja despuntaven des de la llar d'infants, on va començar a donar pistes sobre una de les seves passions: la música. "Les mestres m'ho deien i jo també veia que es passava tot el dia taral·lejant i cantant. Per això, quan va començar P-4 vam decidir provar sort a l'escola de música del barri", explica Sònia Mejuto, la seva mare. Després d'aquesta classe de prova, d'on la seva filla va sortir encantada, la Sònia va decidir matricular la Sara a l'escola de música Padrosa Danés Bernat, on assisteix una hora cada dijous.

A banda de l'hora de música dels dijous, la Sara fa manualitats a l'escola les tardes dels dimecres i 45 minuts de natació els divendres a la tarda. "Les manualitats les fa gairebé per necessitat, perquè a l'escola no hi ha classe els dimecres a la tarda i, en cas contrari, la meva filla estaria fora del centre a la una del migdia", explica la Sònia. A

## Quines extraescolars triem?

Alguns suggeriments

- 1. Les artístiques.** Les manualitats, tocar un instrument, el teatre o el ball els ajudaran a despertar la seva creativitat i sensibilitat, a banda de reforçar la seva autoestima i psicomotricitat.
- 2. Les esportives.** Ja sigui futbol, bàsquet, handbol, tennis, natació o arts marcial, els esports ajuden els més petits a descarregar adrenalina, desconectar de les seves obligacions escolars, fer pinya amb altres infants i aprendre els valors propis del treball en equip, a banda de prevenir el sedentisme i l'obesitat.
- 3. Ioga i Pilates,** tècniques que els ajudaran a prendre consciència del seu propi cos, a aprendre com han de respirar i quines postures han d'adoptar al llarg del dia i, de passada, relaxar-se al final del dia, que mai sobra!
- 4. Els idiomes,** que permetran a les criatures familiaritzar-se amb les llengües estrangeres. Ja sigui anglès, francès, alemany o italià, començar tan aviat com sigui possible és la clau.
- 5. Les de moda.** Els tallers de cuina, robòtica, ciència, animació en 3D, periodisme; idiomes com el xinès; esports com la natació sincronitzada per a elles i el ballet per a ells han debutat amb molta força entre els nens i les nenes catalanes.

banda de valorar quina activitat extraescolar que oferís el centre les tardes del dimecres es podia adequar més als gustos de la nena, l'únic requisit que van fer prevaldre els pares de la Sara va ser que aquesta activitat s'impartís en alemany, la llengua vehicular que utilitzen a l'escola i la llengua del seu pare. "En el cas de la natació, la tria va respondre al fet que a la nena li encanta l'aigua i a la nostra voluntat que aprengué a nedar com abans millor", aclareix.

#### No serà massa?

Preguntat sobre a partir de quina edat hem d'anar incorporant les extraescolars en el dia a dia dels nens, Francesc Xavier Moreno respon que no podem parlar d'una edat d'inici, sinó que "el que cal és que l'activitat extraescolar estigui adaptada a l'edat i circumstàncies personals dels nens i joves, així com a les seves aptituds i capacitats". És evident que, com més petits són, més temps lliure i menys compromís d'estudi tenen, "però això no vol dir que els omplim el temps fent activitats-guarderia", senyala la Imma Prat. "La millor activitat fora de l'escola per desenvolupar l'evolució física i intel·lectual és jugar i fer-ho amb els amics i la família", apunta aquesta pedagoga, que afegeix que, a poc a poc, "entren en joc altres objectius com ara l'especialització, el treball en equip, el perfecciona-

ment tècnic o el compromís" i cal valorar "si el noi o noia en qüestió podrà amb aquesta pressió que se suma al rendiment acadèmic i no oblidar mai que una extraescolar és per gaudir fent-la".

Precipitar-se en la tria de les extraescolars de la seva filla era una cosa que preocupava molt a la Sònia, que no va dubtar a l'hora de compartir els seus dubtes amb la mestra que va tenir la Sara el curs passat. "Vaig preguntar-li quin nombre d'hores era el més adient, en funció de l'edat i el caràcter, si preveia que eren massa activitats i acabaria la jornada excessivament cansada o si valia la pena per estimular-la mentalment també fora de l'escola", recorda aquesta mare. Finalitzat el curs, la Sònia està satisfeta amb la tria "tot i haver significat un sobreforç logístic per a ella", perquè ha vist que la seva filla ha gaudit durant les extraescolars que ha realitzat aquest curs i reconeix que, "mentre pugui fer l'esforç", continuarà apostant perquè la Sara faci alguna extraescolar que li permeti completar el seu expedient escolar, descobrir els seus gustos i preferències i conèixer, de passada, altres nens i nenes del barri, amb qui socialitzar-se i anar quedant de tant en tant. De moment, la Sara ja porta algunes setmanes insistint que a P-5 vol fer ballet. Aconseguirà convèncer la seva mare? —