



Boletín Informativo para la familia

Actividades Extraescolares: Uso, no abuso...



Las actividades extraescolares pueden ser muy positivas, siempre que no se abuse de ellas, dejen tiempo libre y motiven al pequeño. Sólo así, tu hijo podrá desarrollar sus aptitudes y capacidades, y pasárselo bien al mismo tiempo.



Hay que pensar siempre en el niño y no en ocupar las horas de nuestro trabajo, ya que estas actividades pueden generar estrés y cansancio entre los pequeños.

Pese a que a veces se trata de una necesidad, es importante no abusar de estas actividades y tener en cuenta diferentes aspectos para escoger las más adecuadas para cada niño.

¿QUE NOS PUEDE AYUDAR A ESCOGER LAS ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES MÁS ADECUADAS PARA CADA NIÑO?



1. Tener en cuenta el presupuesto disponible y la oferta de actividades:

Los colegios e institutos ofertan actividades extraescolares. Algunas subvencionadas. También en los Ayuntamientos.



2. Hacer un seguimiento de las actividades del niño y saber cómo evoluciona:

Muestre interés por los logros de su hijo. Se sentirá espaldado y valorado. Pregunte a los profesores, a orientadores y a los propios niños



No sobrecargar al niño con tareas extraescolares y asegurarse de que dispone de tiempo libre para actividades de carácter lúdico: las tareas posteriores a la jornada escolar nunca deben ocupar el tiempo de actividades necesarias para los más pequeños como descansar, hacer los deberes, jugar y pasar tiempo con la familia.

No utilice la actividad extraescolar para conseguir algo o para penalizar una actitud.



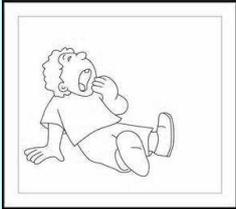
mi horario	
hora	actividad
08:00-09:00	
09:00-10:00	
10:00-11:00	
11:00-12:00	
12:00-13:00	
13:00-14:00	
14:00-15:00	
15:00-16:00	
16:00-17:00	
17:00-18:00	

Tener en cuenta las circunstancias y el carácter de cada niño:

cada niño es diferente y tiene sus particularidades y, por ello, unas actividades que son adecuadas para unos, pueden no serlo para otros. Si no lo hace así, al poco tiempo el niño podría sentirse agobiado por asistir a las clases y podría terminar detestando esa actividad. A partir de los cuatro años los niños ya saben qué les gusta y en qué actividad se sienten más cómodos.



Una actividad para cada niño

<p>TÍMIDOS INTROVERTIDOS</p>	<p>PEREZOSOS</p> 	<p>NERVIOSOS AGRESIVOS</p> 	<p>CON PROBLEMAS PARA RELACIONARSE</p>
<p>Actividades en grupo; les ayudan a relacionarse y vencer miedos.</p> <p>No competitivas</p>	<p>Actividades individuales que le obliguen a esforzarse</p> 	<p>Actividades que les obliguen a dominarse en situaciones en las que hay una cierta tensión</p>	<p>Actividades de grupo, en las que tengan que formar parte de un equipo</p> 
<ul style="list-style-type: none"> 🔧 DANZA 🔧 BALLET 🔧 TEATRO 	<ul style="list-style-type: none"> 🔧 TOCAR ALGUN INSTRUMENTO MUSICAL 🔧 ESQUI 🔧 TENIS 🔧 PATINAJE 🔧 PINTURA 	<ul style="list-style-type: none"> 🔧 ARTES MARCIALES 🔧 NATACIÓN 🔧 HÍPICA 🔧 AJEDREZ 	<ul style="list-style-type: none"> 🔧 BALONCESTO 🔧 FUTBOL 🔧 BALONMANO 🔧 GIMNASIA RÍTMICA 🔧 VOLEIBOL

Fuente: FAROS. Hospital Sant Joan de Déu. Barcelona
<http://faros.hsjdbcn.org/es>

Fuente: www.educacioninfantil.com