

## ¿Qué actividad es la más adecuada?

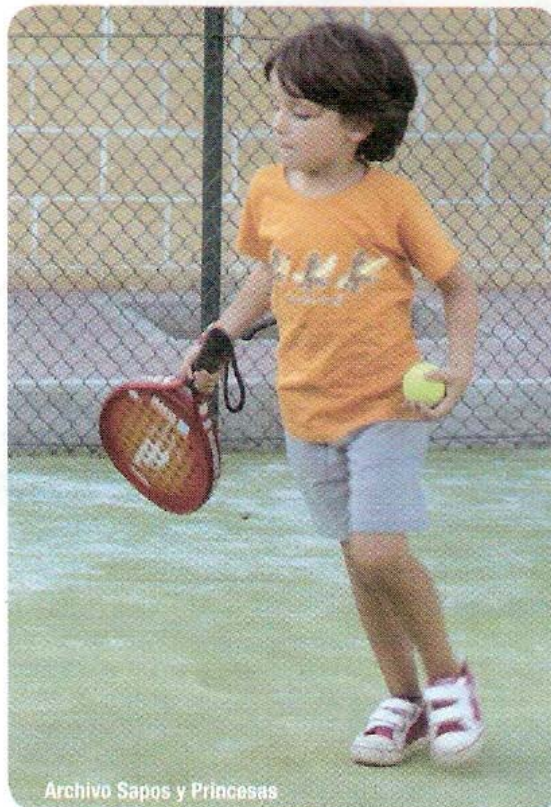
La edad del niño es un factor decisivo a la hora de elegir la actividad extraescolar más adecuada para él. Aquí os damos algunas orientaciones básicas:

- **Menos de 5 años:** Es conveniente encauzarlos al desarrollo psicomotor, de modo que vayan adquiriendo equilibrio y coordinación. Lo ideal en esta etapa es que los niños realicen actividades que no exijan normas muy estrictas. Es aconsejable que practiquen danza, dibujo, pintura...

- **De 6 a 10 años:** Sus cualidades elásticas y la fuerza muscular empiezan a desarrollarse y ya se les puede inducir a la práctica de algún deporte concreto. Es fundamental tener en cuenta sus gustos y aptitudes en esta franja de edad. Las actividades extraescolares les pueden ayudar a desarrollar sus habilidades sociales y la seguridad en si mismos, siempre que acudan con gusto e ilusión.

- **De 10 a 14 años:** En esta franja de edad reafirman su coordinación, su destreza y su capacidad aeróbica, por lo que pueden realizar cualquier actividad e, incluso, elegir una especialidad. La exigencia suele ser mayor a estas edades en las actividades deportivas, y es importante valorar si éstas quitan tiempo de estudio o exigen un sobreesfuerzo excesivo a nuestros hijos.

**En cuanto a los idiomas,** a partir de los 3 años los niños pueden aprender otra lengua a través de juegos, canciones, y métodos sencillos que les ayuden a memorizar. En cambio, a partir de los 6 años el ritmo comienza a ser más exigente y conviene saber motivarles, no sólo presentándoles un horizonte laboral prometedor, que el niño verá como una ventaja muy lejana, sino la posibilidad de poder viajar al extranjero, conocer amigos de otros países o poder leer libros en ese idioma.



Archivo Sapos y Princesas



**Algo más que actividades extraescolares**

para infantil, primaria y secundaria.

Actividades artísticas, deportivas, culturales, apoyo educativo...

Personal cualificado.

917791286 - 696216643

info@7estrellas.org