



MÁIS MOTIVACIÓN E MENOS TELEVISIÓN

Isabel Bello, Mestra



Aos alumnos as clases de Educación Física soen gustarles máis que o resto das áreas, dado que existe unha relación entre a motivación e actitude positiva do alumno cara dita área, pois moitas das actividades que se realizan conectan directamente cos seus intereses e necesidades. De feito, un alumno motivado amósase máis activo, ledo, presta maior atención ás explicacións, realiza preguntas e percibe as clases como máis emocionantes, divertidas e útiles. Aínda que non se pode esquecer que a valoración que os estudantes fan da área de Educación Física depende en gran medida da orientación que os mestres/as fagan dos diferentes contidos. Como se pode observar, a motivación convértese nun pilar básico, indiscutible e nexo de unión entre alumnos e a Educación Física. Deste xeito, os alumnos atópanse orientados cara as tarefas, non se senten obrigados e estar calados, nin a seguir as regras, porque queren realmente aprender, cooperar cos compañeiros e desenvolver o senso da responsabilidade. A través da motivación preténdese evitar os déficits de atención dos alumnos, tan presentes nas nosas clases.

Os déficits de atención nos nenos asócianse con baixos resultados educativos, e en moitos casos, en estreita relación coa proporcionalidade de tempo medio pasado ante o televisor. O habitual soe ser que os nenos que ven a televisión en menor cantidade presentan máis posibilidades de cumprir satisfactoriamente e acadar mellores resultados académicos.

A conclusión dos mestres/as é, aínda que son necesarios máis estudos para corroborar a asociación televisión déficit de atención nos cativos, que hai que facer esforzos para limitar as horas que pasan ante a pantalla do televisor. Polo tanto, os mestres/as, recomendamos que os nenos non vexan a televisión de xeito descontrolado,

Estudios recentes amosan quen un clima motivacional e de boa comunicación mellorará o rendemento académico dos nosos nenos e nenas. Tal é a súa importancia, que determinados autores non dubidan en indicar que coñecer a motivación dos alumnos pode supoñer a prevención do futuro abandono escolar en moitos dos mesmos. Neste senso, si se chega a canalizar unha adecuada motivación cara o alumno, estarase xerando ou transformando certos comportamentos en beneficio da práctica escolar.

tratando de evitala totalmente antes dos 2 anos, e que a partir desta idade o tempo de visión sexa limitado exclusivamente a programas educativos.

Algunhas **suxestións** útiles para que os pais/nais establezan os hábitos poden ser:

Elixir e planificar os programas que vai ver o seu fillo. Estes programas televisivos poden expoñer aos nenos non só a condutas violentas, senón a malos hábitos alimenticios e ligado a problemas de obesidade debido a o excesivo sedentarismo que

supón sentarse fronte a un televisor. A relación entre horas pasadas ante o televisor e a obesidade está demostrada cientificamente a través de diferentes estudos, tanto en nenos en idade escolar, adolescentes coma en adultos.

Ver demasiada televisión quita tempo para outras actividades máis saudables, como: ler, estudar, xogar e facer deporte,...

Non se debe de ver calquera programa ao azar, senón que é conveniente acompañar ao seu fillo a hora de ver a programación televisiva e falar do que se está a ver e oír, valorando os aspectos positivos e desprezando os negativos. Ademais, débese de establecer de forma clara a diferenza entre a realidade e a ficción do que se está a ver.

Apagar o televisor si se considera que o programa que se está a ver se considera non axeitado.

Non dar por feito que toda a programación televisiva infantil é aceptable e apropiada.

Evitar que os nosos nenos teñan un televisor na propia habitación, ou en caso de ser así, deixar moi claro os momentos permitidos para o visionado da programación.



É necesario que os pais/nais asumamos o rol da educación no fogar, transmitindo valores e achegando aos nenos a hábitos de estudo, a lectura, o deporte e sobre todo sendo bos exemplos para os fillos, tendo moi presente o peso que a familia ten na educación dos máis pequenos.