

# REVISTA PARA MADRES Y PADRES

aurrera begira

nº 12 Julio del 2007

nº 12



# REVISTA PARA MADRES Y PADRES

## aurrera begira

### Colaboradores:

- Servicio municipal de Euskera
- Archivo municipal
- Técnico de Servicios Sociales
- Servicio Municipal de Deporte
- Educadores de calle
- Aranzadi ikastola
- Mariaren Lagundia ikastola
- San Martín ikastola
- Instituto Ipintza
- Berrigara
- Mancomunidad de Lea Artibai
- Jardun Euskera Elkartea.
- Ludoteca Xipizaro

**Maquetación e impresión:** KOH diseinu grafikoa  
eta inpresio digitala

**Autor:** Ayuntamiento de Bergara  
Departamento de Servicios Sociales  
Servicio de Prevención  
Plaza San Martín de Aguirre, 1  
20570 Bergara  
Telf: 943779126 • Fax: 943779182  
E-mail: aloidi@bergara.net

### índice:

páginas 4-5: de 0 a 5 años  
**APRENDIENDO A COMER DE TODO  
DESDE PEQUEÑOS**

**Mireia Alberdi**

*Diplomada en nutrición y alimentación humana*

páginas 6-7: de 6 a 11 años  
**EL DEPORTE: IMPRESCINDIBLE EN LA EDUCACIÓN  
DE NUESTROS HIJOS/AS**

**Luis Mari Zulaika**

**Profesor de la UPV. Facultad de  
CC.Físico-Deportivas. Doctor en pedagogía**

páginas 8-9: **VUESTRAS PREGUNTAS**

**Jose Ramon Fernandez**

**Psicologo**

páginas 10-11: de 12 a 18 años  
**EL FRACASO ESCOLAR  
EN LA ENSEÑANZA SECUNDARIA.**

**Benjamín Atutxa**

**Director del Berritzegune de Eibar**



Jardun

### Patrocinadores:



Ayuntamiento de  
Bergara

# INTRODUCCION

## Adolescentes del municipio desde la mirada de los Educadores de Calle



Educadores de Calle

El Ayuntamiento de Bergara, a través de su Departamento de Bienestar Social, puso en marcha el programa de Educación de Calle en septiembre de 2005.

En este artículo, queremos detallar los pormenores principales de la Educación de Calle y de la realidad de los jóvenes de Bergara.

El programa está dirigido a jóvenes de entre 11 y 17 años. A dichas edades, los jóvenes pasan mucho tiempo fuera de casa. Por ello, la calle constituye un lugar importante, tanto en sus vidas como en nuestro trabajo educativo, y la consideramos esencial en los procesos de socialización, educación y desarrollo juveniles. Nuestro trabajo debe aprovechar al máximo todas las oportunidades que ofrece la calle. Intentamos entablar una relación directa y natural con los jóvenes, acercándonos a sus espacios y cuadrillas. Entre ellos, los más jóvenes son quienes nos ofrecen una oportunidad excepcional para conocer su realidad. De este modo, logramos acceder a sus deseos, fracasos, carencias y enfados respecto a sus padres, a nosotros o a los recursos municipales existentes, por poner un ejemplo.

Entre los jóvenes resulta común oír frases como: "para nosotros no hay nada en Bergara". Muchos padres afirman lo mismo. Es cierto que para un intervalo de edad determinado (13-16 años) no hay mucha elección y, en nuestra opinión, el Ayuntamiento podría ofrecer a los jóvenes del pueblo un equipamiento y unos espacios más adecuados. También cabe subrayar que, cuando se organizan actividades de calle, la participación de los jóvenes suele ser baja. Los jóvenes del pueblo no tienen costumbre de participar y este comportamiento puede observarse claramente entre los 14 y 16 años y especialmente entre las chicas. ¿Por qué será?

Consideramos que falta un espacio de referen-

cia para los jóvenes, como por ejemplo un gazteleku o un gaztetxoko. Este recurso municipal debería estar abierto para todos los jóvenes e impulsar un ocio educativo, así como las relaciones entre ellos. ¿No podría constituir una alternativa de los locales que tanto nos preocupan a los padres?

Existen numerosos temas que nos preocupan, como por ejemplo la actitud de los jóvenes frente al consumo. Creemos que los jóvenes manejan una cantidad de dinero excesiva. Con la merienda como excusa, todas las tardes comen un montón de golosinas, menospreciando lo que se prepara en casa y mostrando su inconformismo cuando no se les da dinero. Además, consumen productos que no son sanos como dulces, tabaco, etc., con el peligro que ello implica.

Siguiendo con el tema del consumo, también observamos una actitud preocupante con los móviles, que se han convertido en una herramienta imprescindible para las relaciones entre jóvenes. No se puede negar que estos aparatos tienen aspectos positivos, pero muchos no los utilizan correctamente y almacenan grabaciones y fotos de todo tipo, quieren móviles para aparentar, etc. Consideramos que el móvil puede provocar dependencia, falta de control de la información y otros problemas similares.

En definitiva, los jóvenes de Bergara tienen preocupaciones, problemas e intereses que afectan a la mayoría de los jóvenes actuales. Nosotros estamos ahí para lo bueno y para lo malo, para contraponer sus puntos de vista y para compartir nuestra experiencia con ellos y con vosotros. El proceso educativo es responsabilidad de todos. Cambiar las preocupaciones y las actitudes mencionadas es un trabajo arduo, duro y lento que, no lo olvidemos, permite lograr cambios a largo plazo. ¡Ánimo!



Jardun



**Mireia Alberdi**

Diplomada en nutrición y alimentación humana

## APRENDIENDO A COMER DE TODO DESDE PEQUEÑOS

Está demostrado que, hasta cierto punto, nuestra salud se encuentra muy relacionada con nuestra alimentación. Según el tipo de alimentación que llevemos (carencias, excesos, etc.) podremos sufrir distintos problemas a largo plazo.

Por ello, en los últimos años se ha dado gran importancia al hecho de que los niños coman de todo desde pequeños. Sabemos que las costumbres adquiridas en la más tierna infancia se convertirán en costumbres para siempre. Si desde el comienzo llevamos una alimentación sana, ya en nuestra vida de adultos esto puede convertirse en un "seguro de vida" para nosotros, reduciendo la posibilidad de sufrir algunas enfermedades.

Entre 0 y 5 años el desarrollo físico e intelectual es enorme y se producen cambios importantes en la alimentación. El bebé pasa de una alimentación exclusivamente a base de leche a una dieta de lo más variada.

En los primeros meses de vida, la leche es nuestro único alimento, siendo mejor la leche materna que la artificial.

Posteriormente, entre 1 y 3 años comenzamos a probar nuevos alimentos poco a poco. Quizá resulte tranquilizador para los padres saber que no todos los niños tienen el mismo ritmo en este proceso y que hay que saber respetar el de nuestro hijo o hija. Además, en este intervalo (de 1 a 3 años), el crecimiento de los niños no es ya tan rápido y su apetito se reduce, pareciendo que no tienen mucha hambre. Sin embargo, no es así. Se trata de un proceso natural que, en muchas ocasiones requiere que nos preocupemos por darles a probar distintos alimentos y texturas, en lugar de darles más cantidad de lo mismo. Debemos preocuparnos de que los alimentos que ingieren sean de la mejor calidad.

Concentrémonos siempre más en la calidad que en la cantidad.

Entre los 3 y 5 años debemos refor-

zar las buenas costumbres alimenticias adquiridas.

Aquí se incluyen algunos consejos para ayudarnos a probar y a comer de todo:

### Paciencia y constancia

En sus primeros meses de vida, un bebé se alimentará únicamente de leche. A continuación, le daremos a probar nuevos alimentos. Lo haremos con la mayor tranquilidad, aunque a veces las comparaciones sean odiosas (los demás siempre comen mejor) y las exigencias (respecto a las cantidades) diferentes.

Por otro lado, a la hora de comer, inconscientemente ponemos el listón demasiado alto a los niños. Nos desesperamos si no les gusta algún alimento, pero cuando meses después nos dicen que está "bastante" bueno, pensamos que les gusta mucho y no aceptamos que nos vuelvan a decir después que no lo quieren. Recordemos que se necesita mucha paciencia y quizá una buena estrategia. No debemos rendirnos. Debemos ofrecerles una y otra vez alimentos diferentes (que les gusten y que detesten). A la hora de ofrecerles un alimento hay que entender que muchas veces los niños oponen resistencia a probar algo nuevo. Deben meterse en la boca una sustancia extraña y además tragarla, cosa que no resulta fácil. Por lo tanto, quizá debamos ponernos en su lugar y, con toda tranquilidad y gran constancia, ofrecerles alimentos diferentes una y otra vez.

Si mezclamos alimentos nuevos (la fruta, por ejemplo) con leche y los calentamos ligeramente, quizá les resulte más fácil aceptarlos. Si no, deben acostumbrarse a un sabor nuevo y además frío. No tienen ninguna referencia de ese sabor a esa temperatura y, en muchas ocasiones, resulta normal que no quieran probarlo.

Internet



## Imitación

A partir de un año (aproximadamente), podemos empezar a enseñar a los niños a sentarse en la mesa con los mayores, como un miembro más de la familia. También podemos darles a probar lo que comen los demás.

Es importante crear un ambiente tranquilo y agradable a las horas de las comidas. Toda la familia debe sentarse a la mesa y comer tranquilamente. Por eso la costumbre de ver la televisión a la hora de las comidas no es la más adecuada. Este hábito frena la comunicación y rompe el ambiente distendido de la familia.

Desde muy pequeños, los niños se muestran dispuestos a aprender. Si les explicamos el por qué de las cosas aceptarán de mejor grado sus obligaciones.

Debemos recordar también que los niños aprenden por imitación. Por eso resulta vital el ejemplo que les den los abuelos, padres y cuidadores.

No olvidemos que hacen lo que ven en casa.

## Un menú para cada comida

En una familia, deben ser los padres quienes decidan qué les conviene más a sus hijos e hijas, no al revés. Actualmente, muchas casas parecen restaurantes a la hora de la comida y de la cena porque cada uno tiene un plato diferente delante. De esta forma, los niños de hoy en día incluyen en sus dietas únicamente los alimentos que les gustan, olvidándose del resto. Por eso un único menú tiene su importancia. Debemos recordar que la hora de

las comidas debe ser un momento tranquilo y sosegado. La comida no debe ser un tema de "lucha" o de "pelea". Pero, ¿qué hacer cuando un niño nos dice que no quiere un alimento? Quizá el quid de la cuestión esté en el modo en que se le ofrece. El niño debe saber que tiene que probar de todo. Debe al menos comer una cucharada, aunque no se termine el plato. En cualquier caso, debe tener muy claro que no se le ofrecerá otra cosa y que debe comer lo que comen los demás (salvo patologías, obviamente). No le prepararemos nada más. Todos los adultos que den de comer al niño deben saber que así será. Si no, éste aprenderá rápidamente a quién puede conquistar para que le prepare algo de su agrado.

## Planificación:

La planificación de los menús podría ser una buena idea. De este modo, no dejaremos espacio a la improvisación y ahorraremos tiempo, dinero y problemas.

Debemos intentar combinar alimentos que les gusten con otros que no han probado. De este modo, a ellos también les resultará más fácil. En muchas ocasiones, las verduras y ensaladas son los alimentos que más problemas dan. Por eso, en lugar de ponerles un plato entero se les puede poner una pequeña cantidad como guarnición.

También puede pensarse qué van a comer entre horas. En los primeros años de vida, deben evitarse las golosinas, ya que tienen grandes cantidades de azúcar, sal y aditivos. Además de ser nocivas para su salud, tendrán menos hambre a las horas de las comidas principales.



Internet

Egiatztatuta dago elikadura eta osasuna elkarri erabat lotuta daudela. Horregatik, funtsezkoa da txikitatik janari osasuntsuak, eta ahalik eta bariatuenak, jaten ikastea. Ildo horretan, gogora ekarri behar da haurrak osasuntsu jateak ez duela esan nahi kantitate handiak jan behar dituenik. Kontua denetarik jatea da.

Baina nola lortu dezakegu haurrek denetarik jatea? Ardatz nagusietako bat, eta guztietan zailena, pazientzia da. Garrantzitsua da elikagai desberdinak eskaintzea, jakin badakigulako beti ez dituztela onartuko. Horregatik, ekin eta ekin arituko gara, etsi gabe, eta era guztietako elikagaiak eskaintzen jarraituko dugu.

Urtebetetik aurrera, pixkanaka, haurra nagusiekin mahaian esertzen hasi daiteke, hainbat eratako elikagaiak frogatzen joateko. Garrantzitsua da jatordu nagusietan familia osoa elkartzea mahaiaren inguruan, giro atseginean. Lana hain astuna ez izateko, aste osoko menua antolatu dezakegu. Denbora eta dirua aurreratuko ditugu, eta buru-haustek saihestu. Gainera, jatordu berean gogoko dituzten jaki batzuk eta hain gogoko ez dituzten beste batzuk jarritz gero, beharbada ez zaie horrenbeste kostatuko dena jatea.

Jardun





**Luis Mari Zulaika Isasti**

Profesor de la EHU-UPV  
Facultad de CC. Físico-Deportivas  
Doctor en pedagogía

## EL DEPORTE: IMPRESINDIBLE EN LA EDUCACION DE NUESTROS HIJOS/AS

Las vacaciones de verano ya están encima. Todos las deseamos y las merecemos para dejar atrás el cansancio y los problemas acumulados a lo largo del año. Pero esa recuperación puede tener muchas formas. Nosotros presentamos aquí una opción barata, sana, atractiva y educativa para vuestros hijos: el DEPORTE (y la actividad física en general).

Los niños esperan con ilusión las vacaciones. Quieren huir de la rutina del colegio y tener más tiempo libre para descansar, desconectar y relajarse tanto física como mentalmente. Para algunos, sin embargo, las vacaciones se han convertido en una excusa para la holgazanería, el aburrimiento y la pérdida de tiempo gracias a la televisión, los videojuegos, la cama, etc. (en un periodo en el que, biológicamente, el cuerpo necesita más movimiento que nunca). Debemos tener muy claro que "el ocio no significa no hacer nada, sino hacer lo que nos gusta".

A estas edades resulta muy importante llevar un estilo de vida activo, es decir, realizar alguna actividad física o deporte utilizando algún modo

de desplazamiento activo (a pie, en bicicleta) y practicando juegos dinámicos (a pillar, al escondite). El deporte tiene muchos efectos positivos, entre los que cabe destacar los siguientes:

- En general, mejora la salud (funcionamiento de todos los aparatos del organismo) y la calidad de vida. Además de las ventajas físicas (corporales), también origina beneficios psicológicos (reducción de la agresividad, del estrés, mayor afectividad, etc.) y sociales.
- Ayuda al desarrollo de los huesos, tanto en longitud como en robustez (mejorando el proceso de mineralización y aumentando la densidad). Esta consecuencia es muy importante, ya que a partir de los 30 años es imposible mejorar estos parámetros. Por eso se dice que hacer deporte durante la infancia es como un plan de ahorro: nos garantiza un futuro de calidad.
- Permite prevenir la obesidad porque quema calorías, evitando así la acumulación de kilos de más. Es importante hacer frente a este problema a edad temprana, ya que es

ahora cuando se crean nuevas células que acumulan grasas. En la edad adulta, ya no se crean más células de este tipo, sino que las existentes aumentan de volumen. Los niños obesos ya en la infancia tendrán más facilidad de continuar así en la edad adulta (dado que poseen numerosas células adiposas).

- Nuestros hijos logran un crecimiento equilibrado. Los niños que juegan y se mueven trabajan la musculatura al mismo tiempo, por lo que tendrán las articulaciones más protegidas frente a cualquier accidente (caídas, torceduras, golpes, etc.). El ejercicio también tiene un efecto positivo en la sujeción de los distintos órganos, en su protección y en la repartición del peso.

- Mejora ostensiblemente el sistema circulatorio: el corazón es más fuerte, las arterias y las venas son más amplias y flexibles, la capilarización está más desarrollada, la sangre es más "fina" y más rica, el aporte de oxígeno es mayor, los músculos reciben mejor el oxígeno, etc. Hay que tener en cuenta que los problemas del sistema circulatorio son los principales en las sociedades desarrolladas y que todas las previsiones para la próxima década son al alza. Por ello, debemos empezar a tomar medidas desde la infancia.

- Mejora la capacidad respiratoria. Aumenta el volumen de los pulmones, la cantidad de alvéolos y desarrolla los músculos del tórax (pecho). Como consecuencia de ello, el corazón y otros órganos pueden realizar sus funciones sin tanto esfuerzo.

- Como el sistema inmunológico está más desarrollado, mejora la capacidad de hacer frente a las enfermedades. Facilita la digestión y permite dormir y descansar mejor.

- Es bueno para hacer amigos y aprender a tratar con otras personas, dado que desarrolla capacidad

Jardun





Jardun

des sociales necesarias en las relaciones con otros y facilita la socialización del niño. Recordemos que el ámbito social se encuentra actualmente incluido dentro de la salud.

- Ayuda al niño en su proceso educativo, permitiéndole crecer como persona. Mediante el deporte aprenderá a comportarse con educación; mejorará su capacidad de trabajar en grupo y en colaboración con otros; aprenderá a respetar las normas, a sus compañeros y a sus mayores; aprenderá a cumplir sus compromisos de forma responsable y asimilará valores positivos para el resto de su vida.

Para disfrutar de todas estas ventajas, la práctica del deporte debe cumplir algunas condiciones. Es decir, practicar un deporte de cualquier manera no siempre permite lograr los efectos positivos mencionados. A continuación, citaremos las dos condiciones principales que debe cumplir el deporte en la infancia para garantizar un efecto físico y educativo:

- El objetivo o el planteamiento de la actividad. Antes, el deporte en la infancia se utilizaba para saber si el niño tenía capacidades extraordinarias que luego le permitirían llegar a lo más alto. En el siglo XXI, el deporte se considera una herramienta para garantizar a todos los ciudadanos un estilo de vida activo y una mejor calidad de vida. Asimismo, esta preparación permitirá a aquellos de más

nivel continuar a mayor rendimiento.

- En la infancia, debe cultivarse el desarrollo psicomotor del niño en su totalidad. En un principio, deberá practicar numerosos deportes y actividades. El buen desarrollo de unas capacidades motoras básicas constituirá una buena base para el futuro. De este modo, estamos reforzando los pilares de un posterior desarrollo equilibrado. El niño deportista será capaz de adaptarse luego a cualquier actividad. Más adelante, cada uno elegirá la especialidad que desea desarrollar.

Debemos saber que para los adultos resulta muy difícil cambiar de hábitos, por lo que es esencial desarrollar un estilo de vida adecuado y adquirir buenas costumbres desde la infancia. Los beneficios que el deporte tiene para nuestros hijos están sobradamente demostrados: mejora de la salud, mejora de las relaciones con los otros, adquisición de costumbres positivas, etc. Ayudémosles de forma consciente. El tiempo nos dará la razón.

## BIBLIOGRAFÍA

Zulaika, Luis Mari y Muñoa, Maite (editores) (2002).

### 30 ARRAZOI KIROLA EGITEKO.

Los beneficios del ejercicio físico en la salud.

Zulaika, Luis Mari (editor) (2004).

### 25 ARRAZOI KIROLA EGITEKO.

Beneficios psicológicos, sociales y valores educativos.

Oso garrantzitsua da adin honetako seme-alabei aisiohitura eta bizitzeko modu aktiboak irakastea. Hiru dira arrazoi nagusiak: helduaroan oso zaila delako ohiturak aldatzea, helduaroan azaleratzen diren osasun-arazo asko ume-tan hasten direlako sortzen eta organismoaren prozesu jakin batzuk ere haurtzaroan baka-rik garatzen direlako era jakin batean.

Hona hemen kirolaren bidez lortzen diren onura fisiko, psikiko eta sozial ugarietako batzuk: osasuna eta organismo aparatatu guztien funtzionamendua hobetu egiten dira, hezurrak garatu, loditasunari eta arazo horrek eragiten dituen ondorio guztiei aurrea hartzen zaie, eta arnasketa eta sistema inmunologikoa hobetu egiten dira. Gainera, trebetasun sozialak hobetu eta balio positiboak eta hezkuntzakoak indartu egiten dira.

Baina, horretarako, garrantzitsua da adin horretan kirola egiten duten guztientzat hezkuntza-helburuak ezartzea (eta ez lehiakortasunari eta onenen errendimenduari lotuak soilik), eta era berean, era askotako jarduerak egitea, kirol mota jakin batera mugatu gabe.

# VUESTRAS PREGUNTAS



**Jose Ramon Fernandez**

(Psicologo, gabinete de Psicología conductal)  
c/ Ramon Maria Lili 2 BERGARA. Tlf: 943765939

**1) Mi hijo ha pasado este año a Primero de primaria. He hablado con el profesor y no debe de tener ningún problema pero siempre hemos querido inculcarle desde pequeño la importancia de los estudios y de la responsabilidad de estudiar. ¿Como podemos reforzar el estudio sin que sea demasiado?**

Un pequeño, pero constante trabajo diario ayuda crearle un hábito de estudio y este es la base para convertirlo en un niño y un alumno más responsable. Desde pequeños hay que exigirles responsabilidades, como recoger sus juguetes o su ropa y, poco a poco, generalizarlo al ámbito escolar.

En los primeros años escolares, los educadores proponen que los padres ayuden a sus hijos a planificar la tarea, a prever cómo hacerla y a valorarla. Según van creciendo, habrá que ir dejándolos solos, en su habitación, pero visitándolos mientras trabajan y comentando las dificultades o los logros. Se trata, de ejercer un papel de control, y no de agobiarles.

Los padres para estimular a sus hijos a estudiar deben alabar lo que hacen bien más que criticar lo que hacen mal; exigir un rendimiento de forma realista, comprensiva (de acuerdo con su capacidad y sin hacer comparaciones); evitar las ayudas innecesarias; aconsejar sin imponer su punto de vista; reforzar el trabajo bien realizado. Salta a la vista que una de las claves está en dosificar el volumen de trabajo, que dependerá de la edad, para que pueda realizarlo por sí mismo en casa. Al fin y al cabo, se trata de niños, y deben tener tiempo para todo. En los primeros años de primaria el trabajo en casa ayudará a repasar lo visto en clase. Eso sí, sin sobrepasar la media hora.

Entre los factores que influyen en su motivación están su actitud y sus comentarios sobre su estudio. Una actitud de preocupación habitual de sus padres por este tema (siempre que no sea excesiva y que no se convierta en una obsesión por las calificaciones) motiva al niño al estudio.

Una de las mejores motivaciones para el estudio es saber estudiar. El que sabe estudiar convierte el contenido de cada libro en una serie de respuestas para las preguntas que formula previamente. Enseñarle a estudiar es enseñarle a leer de un modo más comprensivo, de forma que se enteren de lo que allí se dice. Por eso es útil hacerle preguntas de comprensión de lo leído (y no sólo de recuerdo de datos). La lectura comprensiva se facilita mejorando el vocabulario. De ahí la conveniencia de fomentar el uso del diccionario y enseñarles a manejarlo. Es fundamental enseñarles a encontrar la idea principal de cada párrafo y a subrayarla y con lo subrayado, enseñarles a elaborar un esquema.

Para crear el hábito de estudio se establecerá un horario de estudio y se reservará un lugar adecuado y cómodo para hacer los deberes en casa.

El truco del éxito está en ir logrando pequeñas victorias, a base de esfuerzos pequeños pero constantes un día tras otro.

**2) Tengo una hija de 16 años y hace un tiempo que ha empezado a salir con un chico. Desde entonces el rendimiento escolar de los dos esta bajando bastante. Tengo dudas de si este año va a acabar educación secundaria. ¿Que me recomiendas? ¿Debería intentar romper la relación?**

El amor es un sentimiento que no entiende de edades, surge de repente como un vendaval, subiéndonos a un paraíso o hundiéndonos en las tinieblas. Como suerte o enfermedad, el caso es que se trata de una vivencia normal y necesaria dentro del desarrollo emocional y afectivo de su hija. Por lo que su apoyo y comprensión es fundamental para orientarlos.

A un adolescente le cuesta hablar sobre los primeros amores a sus padres por miedo a ser reprendido, "interrogado", no comprendido o incluso por temor a que se le prohíba verlo, por lo tanto, ten una actitud abierta y de respeto a su intimidad.

Lo primero que debes hacer es analizarte a ti mismo y ser completamente sincero con tus emociones. A veces el miedo a que le pase algo no nos deja ver la maravillosa experiencia que le supone el vivirla. Debes estar cerca y ayudarla, pero respetándola en todo momento. En estos momentos como en otros, la clave estará en el diálogo. Si tu hija te cuenta sus emociones con respecto a su novio, escúchela, no se escandalice ni se ría pensando que son "tonterías de la edad". Para ella se trata de sus sentimientos, y eso es algo profundo que no puedes cambiar ni con gritos ni con castigos. Incluso si su "novio" no te gusta. En este caso debes explicarle que es lo que te ha llevado a pensar eso, qué detalles o motivos tenemos, para que los entienda o los discuta contigo.

También es fácil que los novios decidan encerrarse uno en el otro, Aunque es lógico que deseen estar juntos mucho tiempo, hágala ver que no se absorba, que es joven y tiene que vivir muchas cosas, que es un error dejar de salir con sus amigas. Que mientras no descuide otras actividades como los estudios, o la ayuda en casa, no tiene porqué ser un problema. Será más fácil para las dos si lo hablan con naturalidad. Sin presionarla, le pregunta por él, se interesa por sus sentimientos. Incluso, si a ella le parece bien, puede invitarlo un día a casa. En este diálogo no debe faltar un recordatorio de las medidas para evitar los embarazos indeseados o las enfermedades de transmisión sexual. Debe incluirse información sobre anticonceptivos, sexo seguro, afrontándolo sin tapujos ya que es nuestra responsabilidad y abordando no sólo su aspecto físico sino el afectivo.

Le aconsejaría que no intente romper la pareja, prohibiéndola estar con él, pues un amor prohibido a esta edad, le da más morbo a la historia y puede ser contraproducente. Trátela como a una adulta y empezará a comportarse como tal.



**Nota:** Si quieres que tus dudas sean contestadas, puedes hacerlo de la siguiente manera: Tienes que dirigirte al servicio de Prevención, llamando al **943 77 91 26** o mandar un email: **aloidi@bergara.net** y se publicaran en el siguiente número.

**3) Tengo un hijo de 4 años y todos los días salimos a la calle con algún juguete (patinete, balón,...). Lo que pasa es que en cuanto se junta con otros niños/as el siempre quiere los juguetes de los demás y además no deja los suyos a los otros niños/as. No se porque actúa así nosotros le enseñamos que hay que compartir y que no hay que ser tacaño.**

Los niños no nacen con el egoísmo, ese sentimiento se desarrolla posteriormente y por ello es muy importante el ayudar a los niños a compartir. Hasta los seis años aproximadamente los niños atraviesan la etapa del egocentrismo, que lejos de ser un trastorno o una conducta negativa, sirve para reafirmar su autoestima, es decir, la opinión que cada uno tenemos de nosotros mismos (también lo que uno cree que los demás piensan de él). Se resisten a prestar y compartir sus pertenencias porque apenas empiezan a entender que algo es suyo, comienzan a sentir que algo les pertenece, el sentido de propiedad es un nuevo despertar, una etapa básica para proseguir el desarrollo del autoconcepto. El no compartir es una manera de marcar su territorio, están entendiendo que tienen sus cosas, que son importantes y se sienten el centro del universo. Nuestro hijo todavía no entiende que una cosa le pertenece aunque la preste y la comparta, por el contrario, creen que si la prestan ya la perdieron y no la volverán a ver.

Ya que la acción de compartir parece que puede no producirse automáticamente, nuestro trabajo consistirá en enseñar a compartir, teniendo en cuenta que nuestra actuación es un modelo importantísimo para su futuro comportamiento. El compartir es algo que ellos deben ver en los que están a su alrededor, sus padres, sus hermanos. Como pautas básicas propongo:

- El niño ha de saber que algunos objetos pertenecen a otros y que otros sólo a él, por lo que hay que ponerles límites y decirles, esto es mío, esto es tuyo con el fin de que aprendan a diferenciar y que no todas las cosas le pertenecen. ...pero que todas pueden y deben compartirse, por eso no es buena idea comprar el mismo juguete a todos los hermanos. Tampoco le preste sus juguetes a nadie sin antes preguntarle, pues esto lo hará sentirse inseguro y posteriormente le costará prestar sus cosas.
- Hay que hacer que experimente la cooperación, proporcionándole situaciones en las que pueda apreciar las ventajas que supone trabajar juntos y compartir. Cada vez que inicien una actividad hay que informarle que debe compartir, enseñándole a respetar turnos. Para ello le puede preguntar al niño qué juguetes quiere compartir y cuales no, para guardar éstos. Si cuando usted le pregunta qué juguetes va a querer compartir y le responde que ninguno, avísele que tampoco

podrá disponer de él y tenga juguetes que sean específicamente para compartir y explíqueselo. Si surgen discusiones, ayúdelos a que la discutan entre ellos. Una manera de ayudarlos es poniendo turnos y tiempos para que jueguen, o decidiendo a suerte quien usa primero un juguete y quién después. Es importante supervisarlos, ya que entre los tres y cuatro años el sentido de tiempo no está interiorizado, el esperar se les dificulta, para respetar los turnos puede organizar actividades con él y con otros niños que los obligue a compartir juguetes y situaciones, por ejemplo: rompecabezas, disfrazarse, dibujos en conjuntos, en los que la consigna es que sólo se puede pintar las cosas con el color que le corresponde (no aceptándose un cielo verde, un mar amarillo), y en el cuál cada uno tendrá unos colores específicos que no puede cambiar, y así entre todos completar el dibujo. El que vea que pueden jugar juntos, compartiendo, es una gran ayuda pues irá entendiendo que no siempre es el primero y el único.

- Como compartir supone un gran esfuerzo y éxito, hay que elogiarle y hacerle ver que se aprecian sus esfuerzos cada vez que comparte, respeta un turno o colabora ayudando a los demás.

En resumen hay que lograr que el hecho de no compartir resulte menos agradable para él que el compartir.

Jardun





**Benjamin Atutxa**  
Director del Berritzegune de Eibar

## EL FRACASO ESCOLAR EN LA ENSEÑANZA SECUNDARIA

Se entiende por fracaso escolar como el número de alumnos que no ha alcanzado los objetivos del curso en el que está escolarizado. Ha sido y es una de las cuestiones que más preocupan a la comunidad escolar debido a que los alumnos y alumnas que lo padecen tienen muchas más dificultades para la promoción social.

El fracaso escolar en los centros de Secundaria Obligatoria es en el Estado Español de un 26%, algo superior al 20% de media de los países de la OCDE (Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico), cifra, ésta última, que coincide con la de los centros de Secundaria Obligatoria de Bergara. Si a esto unimos que un 10% al menos de los alumnos y alumnas que comienzan a cursar el Bachillerato no lo finalizan, se puede concluir que más del 30% de los /as jóvenes no poseen el título de Bachiller que posibilita el acceso a la Universidad o a los Ciclos Superiores de Formación Profesional.

Por otra parte el proyecto PISA, que promueve la OCDE, de gran presti-

gio en los países desarrollados, tiene por objetivo obtener un conjunto de indicadores básicos que proporcionen un perfil de los conocimientos, destrezas y competencias. Ha medido hasta ahora las capacidades de lectura (2000), matemáticas (2003) y Ciencias (2006) y refleja que entre otros puntos "el 26% de los /as alumnos /as de 15 años no saben resolver problemas básicos, vinculados a asuntos cotidianos. Los antecedentes familiares y los factores socioeconómicos son los que más influyen en el rendimiento.

En lo que se refiere a diferencias entre chicos y chicas, los estudios realizados ponen de relieve que las chicas padecen menos fracaso escolar que los chicos porque dedican más tiempo al estudio y son más disciplinadas.

### CAUSAS DEL FRACASO ESCOLAR

En los últimas generaciones se han dado multitud de cambios sociales y las instituciones que antes eran

pilares básicos en la sociedad ya no lo son. A la escuela se le exigen cosas en estos momentos demasiadas cosas y el profesorado se encuentra desbordado para atender todas las demandas sociales.

El fracaso escolar es un problema determinado por múltiples factores como:

- El contexto escolar.
- La familia, es innegable que existe una relación estrecha entre buenos resultados y la procedencia social, es decir, el interés por el tema socio-cultural que tenga la familia.
- El funcionamiento del sistema educativo
- La actitud de la Administración en lo que se refiere a recursos y a la distribución del alumnado problemático entre todos los centros de la localidad.
- El trabajo de cada profesor /a.
- La disposición del propio alumno /a.

Según Alvaro Marchesi el fracaso escolar es en parte responsabilidad del alumno /a y en parte del centro escolar y de sus profesores /as, pero la mayor responsabilidad debe atribuirse



Kale Hezitzaileak

buirse a las condiciones sociales y culturales en las que vive el alumno /a y al funcionamiento del sistema educativo.

## ALGUNAS SOLUCIONES:

La lucha contra el fracaso escolar supone la puesta en marcha de programas globales e integrados que tengan en cuenta las dimensiones educativas, familiares y sociales. Las medidas aisladas o parciales han resultado siempre ineficaces. Por parte de la **Administración educativa**, ésta debe de dotar de recursos al centro para atender la diversidad de alumnos /as en culturas, gustos, intereses, tipos de familia..., favorecer agrupamientos más reducidos, desdobles y refuerzos para aquellos alumnos y alumnas que tengan dificultades de aprendizaje.

Por la **familia**, es necesario conciliar la vida laboral y familiar para mejorar la participación en la vida escolar sin dejar en manos de los centros escolares la autoridad de la que adolecen. Es necesario:

- Que tengan confianza en los educadores y educadoras, salvaguarden su autoridad, facilitando cualquier información relevante.
- Una mayor coordinación con el centro educativo, un contacto periódico
- Tomar medidas en cuanto se detecta cualquier dificultad
- Motivar al hijo o hija desde las primeras experiencias vitales, valorando los logros.

Por el **profesorado**, una enseñanza estructurada, introducción de innovaciones, desarrollo de destrezas de gestión del aula, política orientada al rendimiento, a las altas expectativas, aumentar la flexibilidad en función de la evolución de los alumnos y las alumnas. Potenciar más la labor tutorial. Hay que conseguir en cada centro escolar un buen clima o ambiente escolar. Para ello la clave es la formación del profesorado, es necesario saber cómo resolver conflictos, cómo motivar al alumno, recursos pedagógicos, saber hacer frente a nuevos problemas como la anorexia, ludopatía, hiperactividad....

Si los alumnos /as actuales son diferentes para que estén motivados el estilo de enseñanza debe avanzar

hasta conectar con sus necesidades. Hay que conseguir en cada centro un buen clima o ambiente escolar, el clima escolar es el nivel de relaciones humanas que se genera en el centro. Tiene una relación directa en el rendimiento escolar y facilita el aprendizaje de todo el alumnado. La educación secundaria es una etapa difícil y compleja en todos los países occidentales y a partir de los años 90 con la escolarización de todos los alumnos hasta los 16 años, ha generado un gran número de problemas de integración de aquellos /as que no encuentran respuesta a sus intereses. Pero los centros educativos por sí solos no pueden dar respuesta educativa a todas las necesidades sociales de sus alumnos y alumnas. Es necesaria la intervención coordinada de familias, Ayuntamiento ( Servicios Sociales y Educativos) y otros organismos (Osakidetza, Diputación...) para que por medio de intervenciones puntuales o mejor una acción coordinada por profesionales ayuden al centro de Secundaria a resolver conductas disruptivas.

Uno de los aspectos que más preocupa en la formación de los profesores en los últimos años es el de la motivación. Hoy el reto al que nos enfrentamos es el de niños y adolescentes que no quieren aprender, que han perdido la curiosidad. El filósofo Marina dice "No estáis aburridos porque las cosas sean aburridas, sino que las cosas son aburridas porque estáis aburridos". Para ello es necesario recuperar la pasión por el aula, incitando la curiosidad y el interés con ayuda de las Tecnologías de la Información y la Comunicación y las metodologías activas, mejorando la comunicación en todas las direcciones, con una metodología que responda a la diversidad y a la individualidad.

Hay que fomentar la Pedagogía del esfuerzo, los /as alumnos /as deben percibir que sólo se aprende cuando se estudia. Entre todos debemos conseguir que en centro escolar sea un lugar querido, conocido y utilizado por toda la comunidad educativa, abierto e insertado en su entorno.



Jardun

Eskola porrotak hezkuntza mailako helburuak lortu ez dituen ikasle kopurua adierazten du. Bergarako Derrigorrezko Bigarren Hezkuntzako ikastetxe-etako eskola porrota % 20koa da, eta PISA proiektuak ondorioztatu duenez, 15 urteko neska-mutilen % 26k ez daki eguneroko gaiet lotutako oinarriko problemak ebazten.

Hainbat arrazoi daude: eskolatestuingurua, familiek arlo soziokulturalarekiko erakusten duen kezka, irakasleen lana eta ikasleek beraiek ahaleginak egiteko duten gogoia.

Egoera hori konpontzeko, hezkuntza-administrazioak baliabide gehiagoz hornitu behar ditu ikastetxeak, aniztasunari erantzun ahal izateko. Familiek parte-hartze handiagoa izan behar dute ikastetxeko bizitzan, eta seme-alabak motibatatu eta hezitzaileengan konfiantza izan. Azkenik, irakasleek trebatu egin behar dute. Izan ere, gizarte-eskaera berriei erantzuteko eta ikasleak motibatuzko berrikuntzak garatu behar dituzte, eta ikastetxeak hezkuntza-komunitate osoak maitatutako, ezagututako eta erabilitako lekuak izatea lortu.

## Libro y DVD

### “Zorionak: ama izango zara”



AINTZANE LASA

Tecnico municipal de Euskera  
en el ayuntamiento de Arrasate



Recientemente hemos publicado el material en euskara titulado “**Zorionak: ama izango zara**” (felicidades, vas a ser madre) dirigido a las futuras madres. Este material es el resultado del trabajo común realizado por los técnicos de euskara de Debagoiena. Decidimos embarcarnos en este proyecto porque la transmisión familiar juega un importante papel en la normalización del euskara (la familia es el espacio natural de transmisión de la lengua). Anteriormente ya habíamos dado algunos pasos en el ámbito de la transmisión familiar (como el material “**Zorionak**” (felicidades) dirigido a padres con niños recién nacidos o el material “**Kantu eta Jolasen DVD eta liburuska**” (DVD y libro de canciones y juegos), dirigido a padres con niños de entre 4 y 8 años). En este caso hemos creado un material dirigido a los futuros padres, porque tener un hijo es el comienzo del proceso de creación de una familia. Nuestro objetivo es completar el trabajo realizado anteriormente sobre transmisión lingüística.

El fin principal de este material es poner en manos de las mujeres embarazadas y de las matronas un recurso en euskara. El libro incluye temas seleccionados y desarrollados por expertos y el DVD se concentra en las explicaciones prácticas de los temas tratados en el libro. Al poner en marcha este trabajo sabíamos perfectamente que debía cumplir algunas condiciones:

- Tenía que suscitar las ganas de leer, por eso hemos jugado con un diseño atractivo y lleno de color que permite una lectura más ágil.
- Tenía que ser sencillo de leer, por eso hemos incluido vocabulario y reseñas en los márgenes.
- Tenía que ser práctico.

Hasta ahora, las matronas no habían contado con material de este tipo, ya que se trata del primer trabajo íntegramente en euskara. Deseamos cubrir esa necesidad existente mediante la traducción al euskara y la clasificación de información y conocimiento adquirido por las matronas de Debagoiena a lo largo de los años.

### Secciones de la colección:

**La colección** consta de un libro y de un DVD. El libro tiene 87 páginas y trata cinco temas principales completados mediante información adicional:

**1.-Cuidados durante el embarazo.** Indica las medidas que deben tomarse para lograr un embarazo sano y un adecuado desarrollo del bebé (consejos básicos, higiene, alimentación, ejercicios, etc.).

**2.-Cuidados tras el parto.** Indica las recomendaciones que debe seguir la madre en un momento en el que se produce un gran cambio en su vida

(recuperación, relaciones sexuales, suelo pélvico, etc.).

**3.-Lactancia.** Lo más importante es cubrir las necesidades físicas y afectivas del recién nacido. Por ello, esta sección analiza las ventajas de la lactancia materna, la subida de la leche, el modo en que la madre puede extraer la leche y guardarla, etc.

**4.-Masaje.** Indica las ventajas de esta técnica y el modo en que debe aplicarse.

**5.-Cuidado del bebé:** Indica los cuidados básicos necesarios para el desarrollo físico y emocional del recién nacido (limpieza, baño, seguridad, etc.).

\* **Información adicional** sobre numerosos temas: pruebas de embarazo, trámites que deben cumplimentarse, ayudas económicas, etc.

**El DVD** incluye explicaciones prácticas sobre los temas tratados en el libro:

• Ejercicio durante el embarazo: estiramiento, posturas adecuadas, etc.

• Cómo dar un masaje a un bebé: en la tripa, en la cara, en la espalda, etc.

• Lactancia: limpieza del pecho, posturas durante la lactancia, etc.

Los protagonistas de esta colección son padres e hijos de Debagoiena, lo cual aporta sin duda un valor añadido al producto. Se trata de un material cercano, con protagonistas del valle.

En cuanto a su distribución, la mancomunidad de Debagoiena publicará 1.500 ejemplares que serán distribuidos gratuitamente por las matronas del valle en sus consultas durante los próximos meses.