

EDUCACIÓN

Vuelta al cole sin síndrome postvacacional: "Hay que transmitir ilusión y actitud"

Expertos en Educación dan las claves para afrontar el inicio del curso escolar, el próximo 9 de septiembre en Aragón.

La vuelta al cole y la 'operación despensa' empinan la cuesta de septiembre de los aragoneses: "Han subido mucho los precios"

EXCLUSIVO SUSCRIPTORES

M. USÁN NOTICIA / ACTUALIZADA 2/9/2024 A LAS 22:00



El curso escolar comienza en Aragón este próximo lunes, 9 de septiembre. **Francisco Jiménez**

Al pequeño **Rafa, de 9 años**, le gustan mucho las vacaciones porque no tiene deberes, pero está deseando volver a las aulas para reencontrarse con sus compañeros. **El próximo lunes, 9 de septiembre, se incorporará "contento" al nuevo curso escolar en un colegio de Zaragoza.** Por su parte **María, madre de una niña de 10**, comenta que para los alumnos de Primaria no es ninguna experiencia traumática la vuelta a las clases. "Como a todos nos cuesta coger la rutina, pero enseguida es volver a la normalidad", señala.

Sin embargo, no todos los estudiantes lo viven con tanto entusiasmo. **Susana**, una joven de **14 años**, afirma ser "feliz" durante los meses de estío sin la presión de los estudios y deberes diarios. **El síndrome postvacacional no se circunscribe solo al ámbito laboral** sino que también se puede encontrar en el educativo. "No es lo general, pero como en todo hay críos que lo pasan mal. En adolescentes más", indica **Toñi Morcillo, psicóloga educativa y profesora** del colegio público Josefa



con **inteligencia emocional** y muy importante. Educar en la convivencia y el respeto a la diversidad", explica esta docente, para quien muchas veces tienen más ansiedad los padres que sus hijos. "Para esos chavales, hay que hacer como un pequeño periodo de adaptación, sobre todo desde la emoción y el sentimiento. Y siempre que participen ellos", añade.

"No es lo general, pero como en todo hay críos que lo pasan mal. En adolescentes más. Para esos chavales, hay que hacer como un pequeño periodo de adaptación"

También la **psicopedagoga** aragonesa **Olga Lázaro** habla de la importancia de implicarles en todo lo que rodea la vuelta al cole; desde preparar las mochilas, comprar material escolar, el tema del uniforme... "Tenemos que transmitir ilusión y actitud para afrontar el nuevo curso y así será mejor para todos. **Los niños no aprenden tanto por lo que decimos sino por lo que hacemos.** Comunicarles que si bien es cierto que da pereza romper con las vacaciones también tenemos muchas otras oportunidades para aprender, desarrollarnos dentro de nuestro mundo laboral y ellos también en su mundo escolar. El ejemplo es muy importante", subraya.

TE PUEDE INTERESAR



Educación refuerza la calidad de los menús escolares en Aragón: menos frituras y más productos ecológicos



Más de 23.600 alumnos en Aragón tendrán beca de comedor o material curricular este curso

"Es verdad que a la mayoría les fastidia la pérdida de la libertad de ese periodo vacacional, pero a la vez tienen esa sensación de la vuelta a ver a los amigos, de conocer nuevas personas, muchos cambian de instituto o de aula..."

Para Olga Lázaro, los menores que tienen capacidad de **flexibilidad** y a los que en casa les mandan un **mensaje positivo, "con expectativas realistas, pero constructivas"**, van a tener más facilidad para enfrentarse adecuadamente al síndrome postvacacional. "Esto hace que el inicio del curso lo vivan con ilusión, sobre todo los de Primaria. Es normal que tengan nervios de ilusión de encontrarse con sus compañeros, de nuevo proyecto, nuevos profesores... Respecto a los de **Secundaria**, los profesores y estudios son importantes, pero lo es más esa **necesidad social** que tienen y, por lo tanto, también van a afrontarlo con ilusión. Salvo ese grupo de alumnado, que cada vez es mayor, de dificultades de aprendizaje. Además, en esta etapa educativa tienen dificultades de relación social o de encontrar un grupo de referencia que les dé el confort necesario para afrontar el curso", ahonda.

funcionamiento del programa

ELISA MANERO

El nombre de niño más utilizado y querido en Aragón

RAQUEL SÁNCHEZ

Se cuela en el dormitorio de un matrimonio en el Arrabal y manosea a la mujer con el marido al lado

MARTA GARÚ

Detenido por agarrar de los pechos a una niña de 12 años en el Parque de Atracciones de Zaragoza

EMILIO RALLA

Las tormentas vuelven a cortar líneas de tren en Aragón y convierten en ríos calles de municipios

MARÍA ÁNGELES MORENO, JORGE ZORRAQUÍN

ETIQUETAS

Zaragoza

Verano

Vuelta al cole

Educación

Aragón

Deporte y deportistas en Aragón

Salud Mental



Estados Unidos
desde **184€** / Trayecto

Hasta el 23 de septiembre

Compra ya

Consulta condiciones en [iberia.com](https://www.iberia.com)

Psicopedagogía, sostiene que el sentimiento de la vuelta a las aulas y a la rutina en niños y adolescentes es ambivalente. "Es verdad que a la mayoría les fastidia la pérdida de la libertad de ese periodo vacacional, pero a la vez tienen esa sensación de la vuelta a ver a los amigos, de conocer nuevas personas, muchos cambian de instituto o de aula... Cuando uno es muy joven los cambios te dan un plus de adrenalina e incertidumbre y eso gusta. **Para muchos, la vuelta a la escuela y a la rutina es incluso un momento deseado y agradable**", señala incidiendo en la parte positiva que tiene el retorno a las aulas. "La inmensa mayoría están a gusto en los centros educativos -continúa- y tienen muchos más ratos positivos que negativos".

Entre sus consejos de cara al próximo lunes 9 de septiembre destaca empezar ya a **acomodar los horarios**, levantándose antes para que los primeros días de clase no sean tan duros. Y, no menos importante, **aderezar las obligaciones con algunas actividades agradables**. "Durante el periodo escolar hay que fomentar el deporte, el estar con los amigos y actividades que nos gustan; lo mismo en jóvenes y adultos. No es bueno decir dejamos ya todo el ocio y lo que nos agrada y solo son deberes y responsabilidades", resalta Planas, quien siempre recomienda que los chavales tengan la rutina de la lectura y escriban a mano junto con ciertas obligaciones familiares (ayudar a poner la mesa, hacer la cama, etc).

Olga Lázaro pone el acento en que va a ser más fácil para aquellos niños y adolescentes que han llevado una **rutina durante sus vacaciones**, sobre todo con respecto al descanso y el ocio con las pantallas. "Volver a la rutina de sueño es lo que va a costar. Hay que tener muy claro ese pensamiento positivo, esa capacidad de flexibilidad, esa parte de ver las cosas buenas que ofrece el nuevo curso y **tener la parte de las tecnologías controlada**", insiste.

TE PUEDE INTERESAR



"Con los dos sueldos de los dos y una hija podemos con la vuelta al cole, con dos niños sería complicado"

En cuanto a las **extraescolares**, esta psicopedagoga no es partidaria de llenar sus agendas de actividades y, en el caso de que sea así, apunta a un problema de los adultos. "Las necesidades que tienen los niños de Infantil son jugar, compartir, presencialidad con los padres y convivir desde la calma. Y los de Primaria, exactamente igual; tienen que aprender a planificar, a organizarse, a aburrirse también... Hay **una creencia limitadora** de que los niños necesitan extraescolares; también queremos hacer **hijos como miniproyectos** y creo que también es para que **los padres concilien**", concluye.

LO MÁS LEÍDO

[Volveremos Vuelta al cole 2024: librerías y papelerías, novedades y funcionamiento del programa](#)

[El nombre de niño más utilizado y querido en Aragón](#)

[Se cuela en el dormitorio de un matrimonio en el Arrabal y manosea a la mujer con el marido al lado](#)

TE PUEDE INTERESAR



Qué tiempo hará para el festival Vive Latino 2024 en Zaragoza: ¿Se necesitará el paraguas?

ELISA MANERO



La Guardia Civil busca a una persona desaparecida en Sabiñán (Zaragoza)

EFE



Las novedades del renovado feriado de Valdespartera a un mes de las Fiestas del Pilar

MÓNICA FUENTES

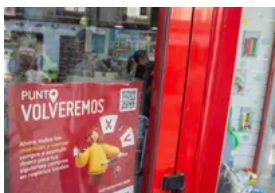




... en redes: Instagram, Facebook, X, LinkedIn, TikTok y Canal de Whatsapp.

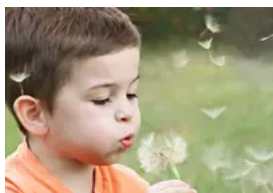
Conforme a los criterios de The Trust Project

¿Por qué confiar en nosotros?



Volveremos Vuelta al cole 2024: librerías y papelerías, novedades y funcionamiento del programa

Elisa Manero



El nombre de niño más utilizado y querido en Aragón

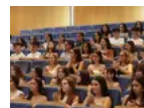
Raquel Sánchez



Las tormentas vuelven a cortar líneas de tren en Aragón y convierten en ríos calles de municipios

María Ángeles Moreno, Jorge Zorraquín

DESTACADO



La Universidad de Zaragoza empieza el curso con el 91% de sus plazas cubiertas

S. CAMPO

COMENTARIOS



Pº Independencia, 29, 50001 Zaragoza
☑ Teléfono 976 765 000

[Política de privacidad](#) [Condiciones generales de contratación](#)
[Política de cookies](#) [Personaliza tus cookies](#) [Enviar cartas al director](#)
[Enviar noticia a redacción](#) [Publicidad](#)



© HERALDO DE ARAGON EDITORA, S.L.U.
Teléfono 976 765 000 / - Pº: Independencia, 29, 50001 Zaragoza - CIF: B99288763 -
Inscrita en el Registro Mercantil de Zaragoza al Tomo 3796, Libro 0, Folio 177,
Sección 8, Hoja Z-50564
Queda prohibida toda reproducción sin permiso escrito de la empresa a los efectos
del artículo 32.1, párrafo segundo, de la Ley de Propiedad Intelectual

[Política de privacidad](#) [Condiciones generales de contratación](#)
[Política de cookies](#) [Enviar cartas al director](#) [Enviar noticia a redacción](#)
[Publicidad](#) [Buenas prácticas periodísticas](#)

Pº Independencia, 29, 50001 Zaragoza
☑ Teléfono 976 765 000

OTRAS WEBS DEL GRUPO ▼