

COM INFLUEIX LA PRÀCTICA D'ACTIVITATS EXTRAESCOLARS EN EL RENDIMENT ACADÈMIC DELS INFANTS DE 6è DE PRIMÀRIA

Treball Final de Grau en Mestre d'Educació Primària
(Menció d'Educació Física)

Boix Ferrer, Jordi

Curs 2019-2020

Tutor: Gonzalo Flores Aguilar

4t curs del Grau en Mestre d'Educació Primària

Vic, maig del 2020

Facultat d'Educació, Traducció i Ciències Humanes

Universitat de Vic - Universitat Central de Catalunya

Agraïments

Primer de tot al meu tutor de la Universitat, Gonzalo Flores, per guiar-me durant el procés d'elaboració d'aquest treball, per resoldre'm els diferents dubtes que he tingut al llarg de la recerca i per implicar-se en tot el que ha pogut.

A tots i totes les alumnes del centre que han participat i han respost l'enquesta, així com a la directora de l'escola per acceptar poder dur a terme la recerca, al mestre d'informàtica per deixar que els infants responguessin el qüestionari durant la seva hora i a la coordinadora de Cicle Superior per facilitar-me les qualificacions.

Per últim, un agraïment molt gran a la meva família i companys/es del grau per donar-me suport durant tots aquests mesos.

Sense l'ajuda de tots ells aquest treball no hauria estat possible. Gràcies a tothom!

Resum

Aquesta recerca analitza la influència que té la pràctica d'activitats extraescolars en el rendiment acadèmic dels alumnes de primària. La mostra que s'ha utilitzat per fer l'estudi ha estat formada per un total de 78 alumnes (38 nens i 40 nenes) d'una escola d'una ciutat de la comarca del Vallès Oriental. Aquests infants tenen entre 11 o 12 anys i estan cursant sisè de primària. La mostra s'ha dividit en dos grans grups: els que realitzen activitats extraescolars i els que no en realitzen. Per fer l'estudi, els participants han respost un qüestionari amb preguntes tancades de resposta única o de resposta múltiple. A més, també s'han utilitzat les qualificacions acadèmiques que han obtingut tots els i les estudiants. Els resultats indiquen que la participació en activitats extraescolars influeix molt positivament en el rendiment acadèmic dels infants, i aquells alumnes que no practiquen extraescolars obtenen uns resultats acadèmics més baixos. A més, la tipologia d'activitat extraescolar, la franja horària de pràctica i el total de dies i hores dedicades a practicar aquestes activitats també influeixen en el rendiment acadèmic.

Paraules clau: activitats extraescolars, rendiment acadèmic i Educació Primària

Abstract

This study analyses the influence that has the practice of extracurricular activities at the academic efficiency of the pupils of Primary Education. The sample that has been used to take the survey consisted in a total of 78 pupils (38 boys and 40 girls) of a school of a city of the region of Vallès Oriental. The pupils have among 11 or 12 years and they study sixth of primary. The sample has been divided into two big sides: those that take extracurricular activities and those that do not take them. To complete the survey, the participants had to answer a questionnaire with closed questions of one or multiple choice. Besides, the academic qualifications of all the students have also been used. The results imply that taking part in extracurricular activities influences very positively on the academic performance of the children, and those pupils that do not practice Extracurriculars obtain lower academic results. Furthermore, the typology of extracurricular activity, the activity time slot and the total of days and hours spent practicing these activities also influence at the academic efficiency.

Keywords: extracurricular activities, academic efficiency and Primary Education

Índex

1. Introducció	5
2. Marc teòric.....	6
2.1. El rendiment acadèmic	6
2.1.1. Què és el rendiment acadèmic	6
2.1.2. El fracàs escolar i com es pot millorar el rendiment acadèmic	7
2.2. Les activitats extraescolars	9
2.2.1. Què són les activitats extraescolars	9
2.2.2. Característiques.....	10
2.2.3. Classificació sobre les activitats extraescolars	11
2.2.4. La realitat d'avui dia	12
2.2.5. Estudis sobre el rendiment acadèmic i les activitats extraescolars	14
3. Justificació, objectius i hipòtesis.....	16
4. Mètodes.....	18
4.1. Participants.....	18
4.2. Instruments.....	19
4.3. Disseny i procediment	21
4.4. Anàlisi de les dades.....	23
5. Resultats.....	24
5.1. Els participants que no realitzen activitats extraescolars	24
5.2. Els participants que realitzen activitats extraescolars	25
5.3. Relació entre el rendiment acadèmic dels infants de 6è i les activitats extraescolars	30
6. Discussió	38
7. Conclusions	42
8. Referències bibliogràfiques	44

9. Annexos.....	50
Annex 1: El qüestionari.....	50
Annex 2: Respostes dels participants	54
Els que no realitzen activitats extraescolars.....	54
Els que realitzen activitats extraescolars.....	55
Annex 3: Qualificacions dels participants	59

1. Introducció

Aquest document s'anomena Treball de Final de Grau realitzat durant l'últim curs del Grau en Mestre d'Educació Primària de la menció d'Educació Física. La temàtica d'aquesta recerca ha estat principalment analitzar com influeix la pràctica d'activitats extraescolars i la no pràctica d'activitats extraescolars en el rendiment acadèmic dels infants de sisè de primària.

Per desenvolupar aquesta investigació, els participants de l'estudi han sigut alumnes de sisè de primària que van a una escola d'una ciutat del Vallès Oriental. Aquests, han respost un qüestionari per saber si practiquen o no activitats extraescolars. A més, s'han utilitzat les qualificacions acadèmiques que han obtingut en diferents matèries de l'etapa.

El motiu pel qual s'ha desenvolupat aquest tema és perquè l'autor del treball, des de petit ha realitzat activitats extraescolars, i volia observar si la pràctica d'aquestes activitats tenia un paper rellevant en la vida escolar, més concretament, en el rendiment acadèmic dels infants.

El treball està dividit en dos grans blocs: el primer és el marc teòric, on s'expliquen a partir d'una recerca bibliogràfica els conceptes de rendiment acadèmic i activitat extraescolar. A partir de la recerca d'aquests conceptes basant-se amb les idees de diferents autors, hi ha el segon bloc del treball: la part pràctica. En aquesta part, primer de tot s'explica la justificació del treball, els objectius i les hipòtesis de la recerca i la metodologia utilitzada (especificant-ne com són els participants de l'estudi, quins instruments s'han utilitzat, el disseny i el procediment de la pràctica i l'anàlisi de les dades). Després, s'han desenvolupat els resultats que s'han obtingut a partir de la recerca i, tot seguit, s'han relacionat aquests resultats amb els diferents referents teòrics en l'apartat de discussió. A continuació, hi ha un apartat on s'exposen les conclusions del treball i finalment hi ha les referències bibliogràfiques utilitzades. A més, hi ha un document a part on hi consten els annexos amb tota la informació que s'ha utilitzat per dur a terme la recerca.

2. Marc teòric

El marc teòric d'aquest treball està dividit en dos grans blocs. El primer de tot tracta sobre el rendiment acadèmic, on hi ha diferents apartats per explicar què és i com es pot millorar. Seguidament, el segon bloc del marc teòric tracta sobre les activitats extraescolars. En aquest hi ha explicat què són, quines característiques tenen, quines classificacions se'n poden fer, quina és la realitat d'avui dia sobre aquestes i quins estudis s'han fet relacionats amb el rendiment acadèmic.

Cada bloc està realitzat a partir de la recerca bibliogràfica que s'ha fet sobre diferents autors que parlessin del tema desenvolupat.

2.1. El rendiment acadèmic

2.1.1. Què és el rendiment acadèmic

Diferents autors han explicat què és el rendiment acadèmic. Jiménez (2000) citat per Edel (2003), exposa que el rendiment acadèmic és el nivell de coneixements que es demostra sobre una àrea o una matèria en comparació amb les persones de la mateixa edat.

Per altra banda, Tilano, Henao i Restrepo (2009), afegixen que és el producte que dona l'alumnat en l'àmbit educatiu i que, generalment, aquest rendiment és expressat a través de les qualificacions escolars. Seguint en la mateixa línia, Fullana (2008) el considera com la mitjana de totes les notes obtingudes de cada alumne/a en cada assignatura/matèria.

Existeixen diferents variables que poden influenciar en el rendiment acadèmic de les persones. Per una banda, González i Portolés (2014), les classifiquen de la següent manera:

- Variables distals, com el nivell socioeconòmic, l'escolaritat de la família, la tipologia d'institució educativa, el barri residencial, etc. (Casanova, Cruz, de la torre, i de la Villa, 2005).
- Variables personals (Proctor, Hurst, Prevant, Petscher i Adams, 2006).
- Variables conductuals (Powell i Arriola, 2003).
- Altres variables (Caso-Niebla i Hernández-Guzman, 2007).

Tanmateix, Artunduaga (2008) exposa dos grans factors que, a part d'intervenir en el rendiment acadèmic, són els principals indicadors de risc de fracàs escolar. Aquests són els factors contextuais i els personals. Els factors contextuais, els subdivideix en tres variables:

- Variables socioculturals (com l'origen sociocultural, el nivell educatiu dels progenitors/es, el clima educatiu familiar i la integració social de l'estudiant).
- Variables institucionals (com la tipologia i la grandària del centre, els processos de funcionament i les polítiques educatives d'aquest).
- Variables pedagògiques (com les expectatives, les actituds, la formació, l'experiència i la personalitat del professorat, el procés didàctic, l'acompanyament pedagògic, la ràtio d'alumnes per aula i el clima de la classe).

De la mateixa manera, Artunduaga (2008) també subdivideix els factors personals en tres variables:

- Variables demogràfiques (com l'edat, el sexe i el finançament dels estudis).
- Variables cognoscitives (com les aptituds intel·lectuals, el rendiment acadèmic previ, les capacitats i habilitats bàsiques, els estils cognitius i la motivació).
- Variables actitudinals (com la responsabilitat cap a l'aprenentatge, la satisfacció, l'interès pels estudis, el plantejament del futur, l'autoconcepte i les habilitats socials).

2.1.2. El fracàs escolar i com es pot millorar el rendiment acadèmic

El terme "fracàs escolar" és un concepte força imprecís i ambigu. Habitualment s'utilitza per referir-se a la proporció de persones que no aconsegueixen els estudis obligatoris, tot i que a vegades també s'amplia a aquells que fracassen en la secundària postobligatòria. Tot i això, tenint una mirada més àmplia, es conceptualitza al fracàs escolar com el fracàs no només de l'estudiant, del professorat o el centre sinó que també del sistema educatiu i de la societat. Així doncs, és un terme complex i que depèn de molts fenòmens a la vegada: l'escola, la persona, la família, la cultura i el context (Carrillo, Civís, Blanch, Longás i Riera, 2018).

Espanya és el país europeu amb la taxa d'abandonament escolar primerenc més alta, segons uns dels indicadors de la Unió Europea per mesurar el fracàs escolar. Segons

les dates de l'Eurostat (2014), resulta evident que el fracàs escolar espanyol és molt greu en comparació als altres països de la UE. Les taxes del nostre país superen les de la UE al llarg del període estudiat (2000-2014), ja que fins i tot en alguns anys s'ha arribat a duplicar el percentatge de fracàs escolar. A més, s'observa que en els països de la UE, la taxa d'abandonament escolar ha anat caient de forma ininterrompuda, mentre que a Espanya ha tingut un comportament diferent. En aquest país, el percentatge d'abandonament escolar primerenc ha anat descendint de forma irregular (hi ha hagut anys que ha pujat lleugerament i d'altres que ha baixat més ràpidament). Tot i això, ha baixat un 10% des del 2008 fins al 2014, però continua havent-hi una diferència de 10,8 punts respecte als altres països de la UE, sent una diferència força gran.

Altres estudis han cercat quines són les causes que provoquen el fracàs escolar. En la recerca d'Antelm, Gil, Cacheiro i Pérez (2018) en destaquen com a causes principals del fracàs escolar la intervenció de l'alumne/a i la família en l'ensenyament. És a dir, la responsabilitat entesa com el valor que es dóna a l'ensenyament, es considera una possible causa important del fracàs escolar. Per això, proposar que les famílies es puguin involucrar en el centre a través de contactes freqüents amb la família. Un altre dels factors que provoca el fracàs escolar és l'organització escolar, ja que l'escola s'ha d'adaptar a la realitat social dels alumnes, a través d'un currículum actualitzat amb programes d'estudi que donin resposta a les seves necessitats i interessos (Martínez i Molina, 2017).

Tanmateix Martínez, Inglés, Piqueras i Ramos (2010) en el seu estudi anoten un altre factor important que afecta en el rendiment acadèmic. Aquest són les relacions socials que té l'alumnat amb la família i els amics. Aquesta relació té un paper important en el benestar emocional i físic de la persona, i per tant pot afectar en el seu rendiment escolar.

Per altra banda, Cladellas, Clariana, Badia, Gotzens i Dezcallar (2015), en el seu estudi van observar un altre aspecte que influeix en el rendiment acadèmic i pot portar al fracàs escolar. En aquesta investigació, es va observar que els nens i nenes amb un patró de descans adequat obtenien millors resultats acadèmics en totes les assignatures que aquells que tenen un patró de descans inadequat. Així doncs, aspectes com anar a dormir tard i despertar-se d'hora, amb la conseqüència de dormir poques hores, repercuteix de manera negativa en el rendiment acadèmic dels alumnes de primària. Aquesta podria ser la causa que en les primeres hores de classe, els i les alumnes estiguin adormits i no tinguin la capacitat d'atenció necessària per seguir la classe.

Per això, hi ha diferents solucions per evitar el fracàs escolar i així poder millorar el rendiment acadèmic dels infants. Una d'aquestes solucions que ha estat de molt interès en nombrosos estudis és la pràctica d'activitats extraescolars. Moriana, Alós, Alcalá, Pino, Herruezo i Ruiz (2017), en la seva investigació van comprovar que la diferencia del rendiment era significativa entre el grup d'alumnes que participen en activitats extraescolars i dels que no hi participen, obtenint un millor rendiment els que formen part del primer grup.

2.2. Les activitats extraescolars

2.2.1. Què són les activitats extraescolars

Des d'un punt de vista semàntic, el nom *activitat* és definit pel DIEC (Diccionari de l'Institut d'Estudis Catalans) com una acció d'una feina, i l'adjectiu *extraescolar* el defineix com allò que es realitza fora l'horari escolar.

Per altra banda, diversos autors han donat una explicació al concepte d'activitat extraescolar. Depenent de quin agafem com a referent, podem trobar un significat o un altre. Guerrero (2009) defineix les activitats extraescolars com:

Todas aquellas prácticas de enseñanza y aprendizaje, de carácter singular (salidas, representaciones, proyecciones...), que se llevan a cabo utilizando procedimientos y estrategias diferentes a los utilizados en las experiencias cotidianas (dinámica grupal, evaluación cualitativa...), en las aulas o espacios asignados (polideportivos, laboratorios...), reflejadas excepcionalmente en los documentos curriculares y espacio-temporales ordinarios (PGA, Memoria...) y que poseen bien un carácter lúdico (parten de la idea del juego como instrumento de aprendizaje y tienen como motivo la diversión), recreativo (de componente higienista, dirigidas al disfrute del ocio o a la práctica del ejercicio físico), instructivo (adquisición de algunas habilidades, aficiones, conocimientos o destrezas) o formativo (consistentes en la difusión y adopción de valores sociales, culturales y éticos); cuya elección y desarrollo pertenecen a la autonomía propia de las organizaciones escolares; cumpliendo siempre una serie de demandas sociales del entorno más cercano al centro de referencia y en la sociedad más amplia (p. 403).

D'una altra manera, Moriana et al. (2006) expliquen que les activitats extraescolars són aquelles que es realitzen fora de l'horari escolar i de forma externa al currículum escolar. A més, diuen que aquestes reforcen i complementen el rendiment escolar de l'alumnat i potencien el desenvolupament personal i altres aspectes (com la salut i l'oci).

Si tirem més endarrere en el temps, Castro (1998) les defineix com totes aquelles activitats de caràcter educatiu, cultural i lúdic que tenen com a objectiu formar integralment a la persona, i la pràctica d'aquestes permet millorar la qualitat de vida d'un mateix/a.

Així doncs, entenem que les activitats extraescolars són un conjunt de propostes educatives per a infants, que es realitzen fora de l'horari escolar, que són de caràcter lúdic, i es fan amb una intenció d'educació de l'oci.

2.2.2. Característiques

Les principals característiques que anomena López (2010) sobre les activitats extraescolars són:

- 1) No són imprescindibles per la formació mínima, sinó que la complementen.
- 2) Són de caràcter voluntari, i per això l'alumnat no ha d'estar obligat a realitzar-ne cap.
- 3) Es desenvolupen fora de l'horari lectiu.
- 4) No poden tenir un caràcter lucratiu.
- 5) No formen part del procés d'avaluació pel que han de passar els/les estudiants per superar les etapes educatives.
- 6) Han d'incloure's en el Programa General d'Aula, una vegada siguin aprovades pel Consell Escolar.

Segons Sícilia (1998) citat per Pujol (2015), explica que les activitats considerades com a extraescolars segueixen quatre criteris. Aquests són:

- Primerament, les activitats extraescolars s'entenen com aquelles que es duen a terme fora dels elements curriculars, i per això no es desenvolupa cap matèria escolar. D'aquesta manera, les activitats extraescolars requereixen una planificació logística (economia, espais de pràctica, permisos, etc.) però mai tenen una planificació curricular (objectius curriculars, recursos didàctics, etc.).
- També, la paraula *extraescolar* fa referència a l'àmbit d'organització de les activitats. Per aquest motiu, extraescolar és tota aquella activitat que se situa fora de l'organització i l'adreça de l'escola.
- A més, la paraula *escolar* es pot entendre com el lloc físic on es desenvolupa l'ensenyament institucionalitzat. D'aquesta manera, les activitats extraescolars serien aquelles que es duen a terme a fora de l'espai del centre.

- Com a últim punt, les activitats extraescolars se situen fora del temps en què el centre exerceix la seva funció educativa i socialitzadora. Seguint aquest criteri, es crear un nou temps pedagògic, destinat a continuar la formació de l'alumnat fora de l'horari lectiu del centre.

A més, López (2010) estableix uns objectius educatius que té el fet de practicar activitats extraescolars:

1. Els i les alumnes aconseguen una major educació integral.
2. Es milloren les capacitats cognitives, motrius, l'equilibri personal i la relació i la inserció social.
3. S'utilitza el temps lliure de manera saludable.
4. Permet ampliar els recursos per gaudir del temps d'oci.

2.2.3. Classificació sobre les activitats extraescolars

Diferents autors han classificat les activitats extraescolars utilitzant diferents criteris. Carmona, Sánchez i Bakeiva (2011) les divideix en dos grans grups:

1. Activitats extraescolars relacionades amb l'àrea acadèmica, com per exemple les classes d'anglès.
2. Activitats extraescolars no acadèmiques, com per exemple les classes de teatre.

En canvi, un estudi realitzat per Cladellas, Clariana, Badia i Gotzens (2015), van classificar les activitats extraescolars en tres grans grups:

1. Activitats de caràcter recreatiu, ja sigui la pràctica d'esports (futbol, tenis, bàsquet...) o de performance (teatre, ballet, màgia...).
2. Activitats de caràcter cognitiu (dibuix, pintura, música, classes particulars, classes d'idiomes...).
3. Activitats de caràcter mixt, és a dir, quan es combinen activitats de qualsevol de les tipologies anteriors.

Tanmateix, Cladellas, Clariana, Badia, Gotzens i Dezcallar (2014), en un altre estudi que van realitzar, les van classificar de la següent manera:

1. Activitats esportives, com per exemple l'hoquei, la natació, el futbol, l'atletisme, la gimnàstica, senderisme, les arts marcials, el bàsquet o el tenis.
2. Activitats artístiques, com per exemple música, art, dansa, teatre o aprendre idiomes.

Una última classificació sobre les activitats extraescolars molt semblant a l'anterior és la que van utilitzar Moriana et al. (2006) en el seu estudi que és la mateixa classificació que he utilitzat per fer la investigació:

1. Activitats acadèmiques (aprenentatge d'idiomes, música, informàtica).
2. Activitats esportives i culturals (pràctica d'algun esport, dansa).

2.2.4. La realitat d'avui dia

Els infants d'entre 11 i 12 anys formen part de l'etapa de la pubertat. Aquesta es troba entre l'etapa de la infància (dels 0 als 11 anys) i de l'adolescència (dels 12 als 17 anys) (Mansilla, 2000). Com que l'estudi tracta sobre les activitats extraescolars (les activitats que es duen a terme fora de l'horari habitual) és necessari saber què fan aquests infants en el seu temps lliure, és a dir, què fan els alumnes en aquell temps on decideixen dedicar de forma voluntària i com a distracció per deixar de fer allò habitual i diari (Muñoz i Salgado, 2006).

Segons Muñoz i Salgado (2006), el joc és el principal temps d'ocupació dels nens i nenes de l'etapa de la infància. Entre les característiques que té el joc, en destaquen que aquest té una funció biològica i psicosocial pel caràcter recreatiu que comporta, ja que el vincula a una acció que produeix plaer i ofereix expressions. Per tant, el joc està molt present en la vida quotidiana dels infants més petits (0-6 anys). Tot i això, el joc durant l'etapa escolar obligatòria (a partir dels 6 anys) comença a diferenciar-se i els nens tenen altres àrees d'ocupació, ja que s'incorporen a noves rutines. Per això, les prèvies experiències que han tingut amb el joc poden influir en l'elecció d'activitats en el temps lliure, és a dir, poden influir en l'elecció d'activitats extraescolars.

Els mateixos autors, Muñoz i Salgado (2006), parlen també sobre el temps lliure en l'adolescència. En aquesta, l'elecció de les activitats està molt influenciada pel procés de socialització. La gran influència del grup d'iguals, la independència social i el procés d'autovaloració són aspectes que determinen aquesta elecció. A més, les activitats en el temps lliure, com en totes les altres etapes, estan força influenciades pel nivell socioeconòmic del seu entorn proper. Moltes vegades, el temps lliure pot arribar a ser

un factor de risc per aquestes persones, ja que si els adolescents tenen poca supervisió per part de la família, pot ser que els afecti en el desenvolupament psicològic i social. Durant aquesta etapa, algunes activitats del temps lliure poden ser considerades com a rituals en algunes cultures per passar a l'etapa de l'adultesa. Per això, alguns adolescents busquen la seva identitat involucrant-se en activitats perilloses (grups on es consumeixen alcohol i drogues, accions d'infringir la llei, violència, etcètera).

Tanmateix, l'OMS (Organització Mundial de la Salut) ha generat uns nivells d'activitat física que haurien de complir els infants d'entre 5 i 17 anys per tal de millorar les funcions cardiorespiratòries i musculars i la salut òssia. Aquests són:

- Els nens i les nenes d'aquesta franja d'edat han d'invertir, com a mínim, 60 minuts al dia realitzant activitats físiques d'intensitat moderada i vigorosa.
- Aquells infants que facin més de 60 minuts d'activitat física al dia, tindran més beneficis pel que fa a la salut.
- S'hauria de fer, com a mínim tres cops a la setmana, activitats que reforcessin els músculs i els ossos.

Aquests nivells es poden treballar, ja sigui a través de jocs, esports, desplaçaments, activitats recreatives o a l'hora d'Educació Física, i els responsables d'aconseguir-ho són el context familiar, l'escola i les activitats comunitàries.

Si comparem els nivells que proposa l'OMS amb estudis que s'han fet sobre els nivells d'activitat física en infants de primària, s'ha evidenciat que no tots els nens i nenes compleixen amb les recomanacions (60 minuts d'activitat física al dia). En l'estudi de Frago (2014), el 89,25% dels participants complien amb les recomanacions, dels quals el 92,11% eren nens i el 87,68% eren nenes. Això significa que el 10,75% dels estudiants no complien amb aquestes recomanacions. Per tant, els nivells d'activitat física habituals de la mostra que va estudiar són força elevats, i a més superaven els recomanats. A més, també va observar que els infants són més actius entre setmana que els caps de setmana.

En canvi, en la població adolescent passa totalment el contrari, i no es compleixen amb els requisits proposats per l'OMS. Oviedo et al. (2013), en el seu estudi van trobar que el 45,5% dels nois i només el 14,84% de les noies els complien. En total, el 31,7% dels alumnes complien amb les recomanacions. Així doncs, el 68,3% dels adolescents no

compleix amb els nivells mínims d'activitat física, sent molt gran la diferència entre els nois i les noies.

2.2.5. Estudis sobre el rendiment acadèmic i les activitats extraescolars

Actualment és de molt interès realitzar estudis relacionats amb el rendiment acadèmic. Per això, s'han fet nombroses investigacions per observar quins són aquells aspectes que poden influir en el rendiment acadèmic de les persones i de quina manera ho fan. En diferents estudis, s'ha observat que la relació entre la pràctica d'activitats extraescolars i el rendiment acadèmic és significativa entre aquells grups que practiquen moltes activitats, poques activitats i els que no participen en cap activitat extraescolar (Varela, 2006).

Un estudi de la Junta d'Extremadura dirigit per Hermoso, García i Chinchilla (2010), mostren que els i les alumnes d'Educació Primària que realitzen algun tipus d'activitats extraescolars és del 84,20%, del qual un 74% són nenes i un 94% són nens. De la mateixa manera, una investigació encapçalada per la Fundació Jaume Bofill (2006) indica que el percentatge d'estudiants de primària que realitzen activitats extraescolars és del 77,80%. Els motius més elevats que justifiquen una participació tan elevada dels nens i les nenes de primària en activitats extraescolars són l'interès que tenen les famílies per tal d'ocupar als seus fills/es en processos instruccionals fora de l'horari escolar i l'oportunitat de formació i relació social que s'aconsegueix realitzant aquestes activitats (Osgood, Anderson i Shaffer, 2005).

Tanmateix, Jábega (2008) citat per Carmona, Sánchez i Bakieva (2011) mostra en el seu estudi que el rendiment escolar dels infants millora amb diferència quan aquests reben classes de música, i en especial, quan aquestes classes formen part d'una activitat extraescolar. Altres recerques com la de Moriana et al. (2006), han demostrat també la relació entre practicar activitats extraescolars i el rendiment acadèmic. Més concretament, els seus resultats han estat que les persones que realitzen activitats mixtes (acadèmiques i esportives) obtenen millors resultats acadèmics que els que només realitzen activitats esportives, però no obtenen millors resultats que els que realitzen només activitats acadèmiques. Per tant, també van observar que els nens i nenes que realitzen activitats acadèmiques obtenen millors resultats que els que només realitzen activitats esportives.

Pel que fa al nombre d'hores que dediquen els infants a realitzar activitats extraescolars, l'estudi de Cladellas, Clariana, Badia i Gotzens (2015), va concloure a partir dels

resultats obtinguts que no realitzar cap mena d'activitat o dedicar-li més de 10 hores a la setmana, repercuteix negativament en el rendiment acadèmic. Independentment de la tipologia d'activitats extraescolars, es considera com a òptim practicar entre dues hores i mitja i deu hores i mitja. Seguint amb la mateixa línia d'estudi, Alfonso (2016) va comprovar que s'obté un millor rendiment acadèmic quan es practiquen activitats extraescolars de manera moderada (entre 2 i 5 hores a la setmana), i aquells que practiquen activitats extraescolars de manera excessiva (més de 5 hores a la setmana) els perjudica en els seus resultats acadèmics.

En aquest mateix estudi de Cladellas, Clariana, Badia i Gotzens (2015), també es va trobar una relació entre els resultats que obtenen els infants en diferents assignatures i la participació en les activitats extraescolars. Van concloure que l'alumnat que realitzava activitats extraescolars obtenia una millor puntuació en l'assignatura de matemàtiques (gairebé un punt de diferència). En canvi, en altres assignatures també es veia la diferència però aquesta no era tan gran. A més, també van observar que la tipologia d'activitat que es realitza afecta en el rendiment. I és que aquells que només realitzen activitats recreatives (esports i performance) obtenen millors notes en matemàtiques i en la mitjana total que els infants que només realitzen activitats cognitives. De la mateixa manera, els resultats de l'estudi d'Alfonso (2016), també mostren que els infants que practiquen activitats extraescolars obtenen millors mitjanes acadèmiques en les matèries de llengua anglesa i Educació Física.

També, el fet de practicar activitats extraescolars comporta altres avantatges. Un d'aquests és el desenvolupament de les competències interpersonals, l'obtenció de majors aspiracions, un major nivell d'atenció, un augment de motivació, pensament crític i maduresa personal i social. Per altra banda, en l'àmbit acadèmic, els estudiants que realitzen activitats extraescolars no tenen tant fracàs escolar com aquells que no en realitzen. A més, el fet de realitzar extraescolars promou un major compromís amb l'escola, majors habilitats i millors resultats acadèmics (Varela, 2006). A més a més, el fet de realitzar activitats extraescolars, millora l'estat depressiu de les persones, disminueix l'ansietat i incrementa l'autoestima (Codina, Pestana, Castillo i Balaguer, 2016).

3. Justificació, objectius i hipòtesis

Segons un estudi de l'Eurostat (2014), Espanya és el país de la Unió Europea amb les majors xifres de fracàs escolar primerenc. Això pot ser degut a la relació de l'alumne amb la família, el centre o els amics (Antelm, Gil, Cacheiro i Pérez, 2018; Martínez, Inglés, Piqueras i Ramos, 2010) o l'organització que té aquest per adaptar-se a la realitat dels seus estudiants (Martínez i Molina, 2017). Per aquest motiu, s'han realitzat diferents recerques per poder donar una solució al fracàs escolar i els estudiants puguin obtenir un millor rendiment acadèmic, és a dir, que aconseguixin unes millores qualificacions escolars (Tilano, Henao i Restrepo, 2009; Varela, 2006).

En la investigació de Moriana et al. (2017), van trobar una solució per poder millorar el rendiment acadèmic, i és a través de la pràctica d'activitats extraescolars. Aquestes consisteixen en totes les activitats que es duen a terme fora l'horari escolar i de forma externa al currículum (Guerrero, 2009; Moriana et al., 2006; Castro, 1998).

Les activitats extraescolars poden estar relacionades o no amb l'àrea acadèmica (Carmona, Sánchez i Bakeiva, 2011), és a dir, poden ser activitats acadèmiques o activitats esportives i culturals (Moriana et al. 2006). En diferents recerques que s'han dut a terme, s'ha pogut observar que la pràctica d'activitats extraescolars és molt freqüent en alumnes d'Educació Primària, tenint una participació aproximada del 80% (Hermoso, García i Chinchilla, 2010; Fundació Jaume Bofill, 2006).

En diferents recerques que s'han realitzat sobre la relació que hi ha entre la pràctica d'extraescolars i el rendiment acadèmic, s'ha pogut observar que aquells que realitzen activitats mixtes (acadèmiques i esportives) obtenen millors qualificacions que els que només realitzen extraescolars esportives, però no tenen millors resultats que els que només realitzen extraescolars acadèmiques (Moriana et al., 2006; Jábega, 2008 citat per Carmona, Sánchez i Bakeiva, 2011). A més, altres recerques han observat que dedicar més de 5 hores a la setmana en realitzar extraescolars repercuteix negativament en el rendiment acadèmic, i per contra, els que en realitzen entre 2 i 5 hores els afecta positivament (Alfonso, 2016). Tanmateix, realitzar extraescolars comporta altres avantatges com un millor desenvolupament en les competències interpersonals, major nivell d'atenció, augment de motivació, pensament crític, disminució de l'ansietat, incrementació de l'autoestima, entre d'altres (Varela, 2006; Codina, Pestana, Castillo i Balaguer, 2016).

Per tot això, la meua pregunta d'investigació que em plantejo és: "Com influeix la pràctica d'activitats extraescolars en el rendiment acadèmic dels infants de 6è de primària?".

Per tal de donar resposta a la meua pregunta d'investigació, em plantejo el següent objectiu general:

- Avaluar com influeix la pràctica d'activitats extraescolars i la no pràctica d'activitats extraescolars en el rendiment acadèmic dels infants de 6è de primària.

A més, també em plantejo els següents objectius específics:

- Comparar el rendiment acadèmic que assoleixen els infants en funció de la tipologia d'activitats extraescolars que realitzen.
- Avaluar com influeix la quantitat d'hores i de dies que dediquen els infants realitzant activitats extraescolars en el rendiment acadèmic.
- Observar com afecta la franja horària de la pràctica d'activitats extraescolars en el rendiment acadèmic.

S'espera que amb aquest estudi es comprovi que les activitats extraescolars afecten positivament en el rendiment acadèmic dels infants de 6è de primària, sempre quan no realitzin un nombre exagerat d'activitats extraescolars i sense dedicar-hi una quantitat d'hores desmesurada. Si és d'aquesta manera, repercutiria de manera desfavorable en el rendiment acadèmic. També es creu que realitzar extraescolars en una franja horària no adequada al grup estudiat és contraproductiu pel rendiment acadèmic. De la mateixa manera, s'espera que els infants que no realitzen cap activitat extraescolar també els afecti negativament en el seu rendiment acadèmic.

4. Mètodes

4.1. Participants

Aquesta recerca es desenvolupa a partir de la creació d'un estudi de cas. Segons Álvarez, Meling i Arteaga (2015), un estudi de cas és la descripció detallada i exhaustiva d'una situació real, en un espai i un temps en concret. En un estudi d'aquesta tipologia, s'ha d'estudiar un tema específic a partir de la recerca d'uns coneixements teòrics necessaris per poder observar una realitat concreta. A partir d'aquesta, es genera una interpretació que dóna sentit, correlació i pes a les variables implicades en el procés. Aquests elements permeten que es puguin generar conclusions i recomanacions.

La mostra de la investigació que s'ha utilitzat per dur a terme aquest estudi han sigut alumnes de sisè de primèria d'un centre de la comarca del Vallès Oriental (província de Barcelona). Aquesta escola és de caràcter concertat i es pot cursar des de l'etapa d'infantil fins a batxillerat i cicles formatius. A cada curs de l'etapa de primària (de primer a sisè) hi ha un total de 4 línies. Tot i això, l'estudi s'ha realitzat amb tres de les quatre classes del curs de sisè (B, C i D).

Així doncs, el nombre total de participants de l'estudi ha estat de 78 persones, de les quals 40 eren nenes (51,3%) i 38 eren nens (48,7%). Tot i això, en l'estudi no han pogut participar dues persones (una alumna de 6è B i un alumne de 6è D), ja que van estar absents el dia en què els infants van respondre l'enquesta.

Per tal de dur a terme l'estudi, s'han classificat els estudiants en dos grups: aquells que realitzen activitats extraescolars i els que no en realitzen cap. Del primer grup, en formen un total de 66 participants (84,6%) i del segon en formen part 12 participants (15,4%). A més, en funció del tipus de l'activitat extraescolar que duguin a terme, s'han classificat els participants en tres: aquells que realitzen activitats acadèmiques (com aprenentatge d'idiomes, música, informàtica...), aquells que realitzen activitats esportives i culturals (pràctica d'algun esport, ball...) o aquells que realitzen diverses activitats extraescolars que formen part dels dos grups esmentats anteriorment.

A partir d'aquesta classificació, s'ha observat com influeixen diferents factors en el rendiment acadèmic. Aquests factors estudiants han estat: la tipologia de l'activitat extraescolar, el sexe dels participants, el nombre total d'activitats extraescolars, la quantitat d'hores i de dies dedicats a realitzar activitats extraescolars i la franja horària de les extraescolars.

4.2. Instruments

Per a la recollida de dades d'aquest estudi s'ha utilitzat un qüestionari anònim adreçat a alumnes de 6è de primària (vegeu *Annex 1: El qüestionari*). Aquest és un instrument molt utilitzat en els estudis de l'àmbit educatiu i consisteixen en el fet que un grup gran de persones han de respondre unes preguntes relacionades amb la seva situació social, professional o familiar, amb la seva opinió, amb la seva actitud davant d'una situació o d'un fet, amb el coneixement que tenen sobre un tema, o qualsevol altra pregunta d'interès per l'investigador. El fet de realitzar un qüestionari, el que es pretén és analitzar les dades obtingudes per verificar una hipòtesi teòrica. Com que en un estudi d'enquestes hi participen moltes persones, les preguntes que es plantegen estan precodificades, i per això normalment els enquestats han d'escollir una de les respostes proposades (Quivy i Van Campenhoudt, 1997).

Així doncs, el qüestionari utilitzat es va elaborar amb els formularis de Google i el nombre de preguntes varia en funció de si el participant realitza activitats extraescolars o no. Si l'alumne/a realitza activitats extraescolars, ha de respondre un total de 10 preguntes. En canvi, si l'alumne/a no en realitza cap, ha de respondre un total de 4 preguntes. Per tant, el qüestionari està format per una part comuna i una segona part que varia en funció de la pràctica o la no pràctica d'activitats extraescolars.

Les preguntes que es fan en l'estudi tenen una base teòrica dels diferents estudis explicats en el marc teòric, tot i que estan adaptades als objectius d'aquesta investigació.

La part comuna del qüestionari està format per una petita descripció de l'estudi i tres preguntes. La primera es tracta d'una pregunta oberta on el participant ha d'escriure un codi donat pel centre per així mantenir l'anonimat. La segona és una pregunta tancada politònica (s'ha d'escollir entre tres respostes possibles) per conèixer el sexe del participant i la tercera és una pregunta tancada dicotòmica (s'ha d'escollir entre dues respostes) per conèixer la pràctica o no d'activitats extraescolars. En funció de la resposta d'aquesta última qüestió, l'enquestat haurà de respondre unes preguntes o unes altres.

Pels que no realitzen activitats extraescolars, han de respondre una pregunta semioberta, és a dir, una pregunta amb opcions de resposta però amb una opció de lliure resposta. En aquesta es demana el motiu pel qual no realitzen activitats extraescolars.

Pels que realitzen activitats extraescolars, han de respondre un total de set preguntes. La primera i la segona pregunta són de resposta tancada politònica (s'ha d'escollir entre diverses respostes proposades) per conèixer quina quantitat d'activitats extraescolars realitzen els participants i de quin tipus són. La tercera i la quarta pregunta són de resposta tancada politònica de multi resposta amb una opció de resposta lliure, ja que la tercera serveix per conèixer quina o quines activitats extraescolars esportives o culturals realitzen, i la quarta serveix per conèixer quina o quines activitats extraescolars acadèmiques realitzen. Si realitzen un dels dos tipus d'activitats, només han de respondre la pregunta que tracti sobre el seu tipus d'extraescolar. La cinquena, sisena i setena pregunta d'aquesta part del qüestionari tenen una resposta tancada politònica, ja que amb aquestes es pretén conèixer la quantitat de dies i hores setmanals que realitzen activitats extraescolars i la franja horària que dediquen en fer-les.

El segon instrument que s'ha utilitzat per dur a terme aquesta recerca és l'anàlisi de documents. Aquesta base de dades és molt utilitzada en *estudis ex-post facto retrospectius* (o antigament anomenats *estudis descriptius mitjançant l'anàlisi de documents*). Una característica d'aquests estudis és que no permet la manipulació de variables, ja que els fets que s'estudien ja han succeït i el que disposa l'investigador són els testimonis o documents relacionats amb el tema a investigar (Montero i Leon, 2005 citats per Klappenbach, 2014).

Per això, els documents analitzats en la recerca han estat les qualificacions acadèmiques que van obtenir els participants al llarg del primer trimestre. En aquestes qualificacions hi consta la nota mitjana del primer trimestre i les notes de les assignatures de llengua catalana, castellana i anglesa, matemàtiques, coneixement del medi social i natural, plàstica, música, Educació Física i religió/educació en valors. Les qualificacions de cada matèria poden ser: NA (No assolit = 1 punt), AS (Assoliment Satisfactori = 2 punts), AN (Assoliment Notable = 3 punts), AE (Assoliment Excel·lent = 4 punts).

4.3. Disseny i procediment

Primer de tot, aquesta investigació es tracta d'un estudi empíric quantitatiu, ja que tal com anoten Montero i León (2007) hi ha una recollida de dades a través de la utilització d'un qüestionari. Per això s'engloba dins d'un paradigma positivista. Aquesta recollida s'ha fet a partir d'un qüestionari perquè amb aquest estudi es pretén avaluar com influeix la pràctica d'activitats extraescolars en el rendiment acadèmic dels infants de 6è de primària d'una escola concertada del Vallès Oriental.

A més a més, seguint la classificació d'estudis que proposen Montero i León (2007), es tracta d'un estudi descriptiu perquè té com a objectiu descriure una població. En aquest cas, s'ha estudiat un grup de persones de sisè de primària. També és un estudi transversal, ja que s'han fet diferents comparacions en un mateix moment temporal. Per tant, l'estudi que s'ha realitzat és empíric, quantitatiu, descriptiu i transversal.

Pel que fa al procediment de l'estudi, el primer que vaig fer va ser elaborar el qüestionari. Quan vaig tenir clar què és el que volia investigar, és a dir, quins objectius tenia amb aquesta recerca i quines hipòtesis em formulava, vaig elaborar unes preguntes. Després, vaig fer una recerca bibliogràfica de diferents autors que haguessin parlat sobre el que m'interessava i d'aquesta manera vaig poder modificar algunes de les preguntes inicials elaborades. Una vegada elaborat el qüestionari, vaig fer una prova pilot amb un grup de persones per tal de comprovar que no hi hagués dubtes i funcionés correctament.

Pel que fa al contacte amb els participants, vaig aprofitar que aquest curs realitzava l'assignatura de les *Pràctiques III* i vaig fer l'estudi al centre on estava. Durant les primeres setmanes de pràctiques (gener del 2020), em vaig posar amb contacte amb l'equip directiu del centre per demanar-los permís per poder fer el meu estudi. Així doncs, vaig explicar-los en què consistia i van acceptar sense posar problemes.

Quan ja vaig tenir les qualificacions dels alumnes, em vaig posar en contacte amb el meu tutor de les pràctiques del centre, el mestre d'Educació Física. Vam estar parlant en quin moment els infants podien realitzar l'enquesta i vam tenir una bona idea. Com que per respondre el qüestionari es necessitava l'ordinador, vam creure que el més adequat seria que els participants el responguessin durant l'hora d'informàtica. Em vaig posar en contacte amb el mestre d'informàtica per demanar-li permís i no va posar cap inconvenient.

Així doncs, durant la setmana del 9 de març del 2020 els infants van respondre el qüestionari a l'hora d'informàtica. Primerament, els vaig explicar el motiu de la recerca i

l'estructura de l'instrument, tot seguit els participants podien formular dubtes si alguna cosa no havia quedat clar, i finalment responien l'enquesta. Per fer-ho, cada infant disposava d'un codi per tal de mantenir l'anonimat, i el mestre de l'assignatura els va repartir unes etiquetes personals amb el codi que havia creat l'equip directiu. Els infants van tardar entre 5 i 15 minuts en respondre l'enquesta.

El dilluns 9 de març, els participants de 6è D van ser els primers a respondre el qüestionari a les 12:00 h, després el mateix dia els participants de 6è B a les 16:00 h, i finalment el dijous 12 de març van respondre el qüestionari els participants de 6è C a les 15:00 h. En aquesta recerca, també estava previst que participessin els i les alumnes de 6è A, però aquests tenien classe d'informàtica el divendres 13 de març, just el dia que els centres van haver de tancar a causa del coronavirus. En la recerca tampoc van poder participar dues persones (una alumna de 6è B i un alumne de 6è D), ja que van estar absents el dia en què els infants van respondre l'enquesta.

4.4. Anàlisi de les dades

Tal com s'ha esmentat anteriorment, els i les participants de l'estudi van respondre l'enquesta amb un ordinador a través d'un formulari de Google que vaig crear. Una vegada tothom l'havia contestada, em vaig descarregar les respostes en un full de càlcul de Microsoft Excel. En aquest document vaig introduir manualment les qualificacions de totes les assignatures de cada alumne/a. Per fer-ho, em vaig fixar amb els codis, mantenint l'anonimat de cada un/a.

Per una banda, a partir de les respostes del qüestionari vaig elaborar un total de dues taules i set gràfics. D'aquesta manera, es va explicar com era el grup que s'havia estudiat. En les taules es poden observar el nombre i el percentatge d'alumnes que no realitzen activitats extraescolars i els que sí que en practiquen. A més, també es poden veure més detalladament quants alumnes hi ha de cada tipologia d'extraescolar, és a dir, es poden veure el nombre i el percentatge d'alumnes que realitzen activitats acadèmiques, esportives i culturals o d'ambdues tipologies. També hi ha dos gràfics de barres i cinc gràfics circulars. Els primers serveixen per conèixer quines activitats practiquen els estudiants segons la seva tipologia. En canvi, els gràfics circulars serveixen per exposar les respostes de les preguntes de l'enquesta, i es poden observar els motius pels quals els participants no practiquen activitats extraescolars, el nombre total d'activitats que realitzen els enquestats, la quantitat de dies i hores que dediquen a practicar activitats i la franja horària en què els participants fan les extraescolars.

Per altra banda, utilitzant les respostes del qüestionari, s'han creat dues taules i quatre gràfics tenint en compte les qualificacions de l'alumnat. En les taules es poden comparar les qualificacions dels infants que no realitzen extraescolars i els que sí que en realitzen, i també es poden comparar les qualificacions dels infants en funció de la quantitat de dies a la setmana que dediquen a realitzar activitats extraescolars. A més, aquestes qualificacions també es poden comparar tenint en compte el sexe. Pel que fa als gràfics, en aquest apartat n'hi ha un de barres i tres de lineals. El de barres serveix per veure les qualificacions en funció del nombre d'activitats extraescolars que realitzen els infants. En els gràfics lineals es poden observar quines són les qualificacions dels infants tenint en compte la tipologia d'extraescolar, les hores dedicades a fer-la i la franja horària de pràctica.

5. Resultats

A continuació es presenten els resultats de l'enquesta. Per fer-ho, he dividit aquest punt en tres apartats. Els dos primers serveixen per descriure i conèixer com són els participants de la recerca segons si realitzen o no activitats extraescolars. L'últim apartat serveix per relacionar i comparar les qualificacions acadèmiques que obtenen els nens i nenes segons què han respost al qüestionari.

Si observem el taula 1, es pot veure la distribució dels participants segons si realitzen o no alguna activitat extraescolar i segons el seu sexe. Així doncs, s'observa que el 84,62% de l'alumnat (66 persones) realitza activitats extraescolars i només un 15,38% (12 persones) no realitza cap activitat extraescolar. Pel que fa al gènere, no s'observen gaires diferències entre els dos grups (els que no realitzen cap extraescolar i els que en realitzen alguna), ja que hi ha 32 nois (el 41,03%) i 34 noies (el 43,59%) que realitzen extraescolars, i 6 nois i 6 noies que no en realitzen (el 7,69%).

Taula 1. Distribució dels participants en funció de si realitzen o no alguna activitat extraescolar

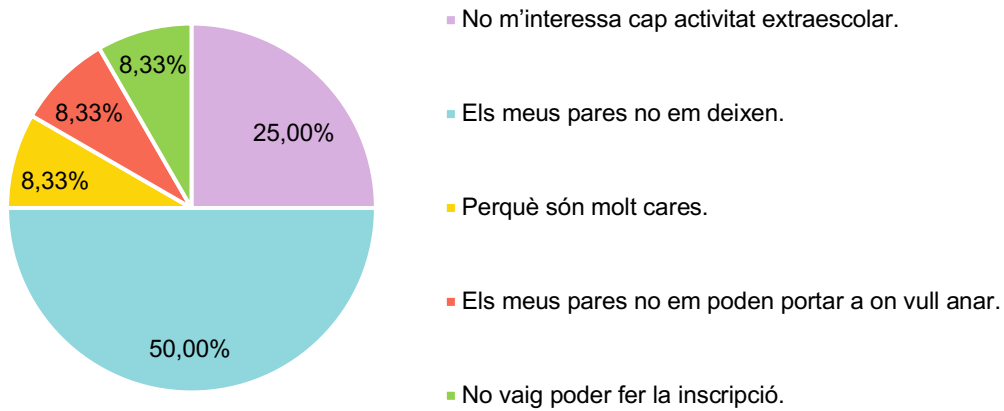
	Sexe				Total	%
	Masculí	%	Femení	%		
No realitzen cap activitat extraescolar	6	7,69%	6	7,69%	12	15,38%
Realitzen alguna activitat extraescolar	32	41,03%	34	43,59%	66	84,62%
Total	38	48,72%	40	51,28%	78	100%

Nota. En la primera fila hi consta els participants que no realitzen activitats extraescolars segons el seu sexe. En canvi, en la segona fila hi consta els participants que realitzen alguna activitat extraescolar segons el seu sexe.

5.1. Els participants que no realitzen activitats extraescolars

El gràfic 1 mostra les raons per les quals el 15,38% dels participants no realitzen cap activitat extraescolar. Un total de tres persones no en fan perquè no els interessa cap extraescolar, sis persones no en fan perquè els seus pares no els deixen, una persona no en fa perquè són molt cares, una altra perquè els seus pares no la porten al lloc on vol fer l'activitat i una perquè no va poder fer la inscripció quan tocava.

Motius pels quals no realitzen activitats extraescolars

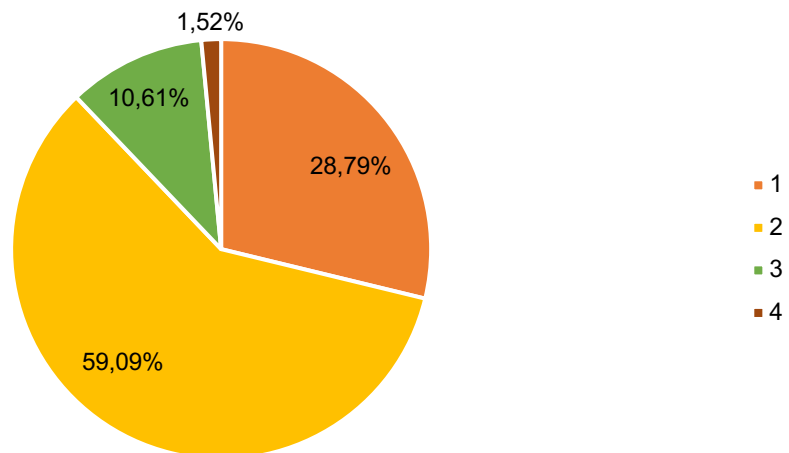


Gràfic 1: Mostra els motius pels quals els participants de l'estudi no realitzen cap activitat extraescolar.

5.2. Els participants que realitzen activitats extraescolars

Tal com mostrava la taula 1, en l'estudi hi ha un total de 84,62% de persones que realitzen activitats extraescolars. Així doncs, aquest gràfic número 2 mostra la quantitat d'activitats extraescolars que realitzen aquests enquestats. S'observa que la majoria realitza dues activitats extraescolars (el 59,09%), tot i que també hi ha molts participants que realitzen només una activitat (el 28,79%). En tercer lloc, el 10,61% dels participants realitzen tres activitats extraescolars i l'1,52% en realitza quatre.

Nombre d'activitats extraescolars



Gràfic 2: Mostra la quantitat total d'activitats extraescolars que realitzen els infants al llarg de la setmana.

Pel que fa als participants que realitzen activitats extraescolars, s'han classificat en tres grups segons la tipologia de l'activitat. Per tant, hi ha alumnes que només realitzen activitats esportives i/o culturals (com la pràctica d'algun esport, el ball...), d'altres que només realitzen activitats acadèmiques (com classes de música, aprenentatge d'idiomes, informàtica...) i d'altres que realitzen activitats que formen part dels dos grups, és a dir, que fan activitats acadèmiques i esportives/culturals.

Com es pot veure en la taula 2, un total de 17 alumnes realitzen activitats esportives i/o culturals (9 del sexe masculí i 8 del sexe femení), 9 alumnes realitzen només activitats acadèmiques (2 del sexe masculí i 7 del sexe femení) i 40 alumnes realitzen tots dos tipus d'activitats extraescolars (21 del sexe masculí i 19 del sexe femení). Per tant, el que més predomina és realitzar activitats d'ambdues tipologies (60,61%), tot i que un 25,76% només realitza activitats esportives i/o culturals i un 13,64% només realitza activitats acadèmiques.

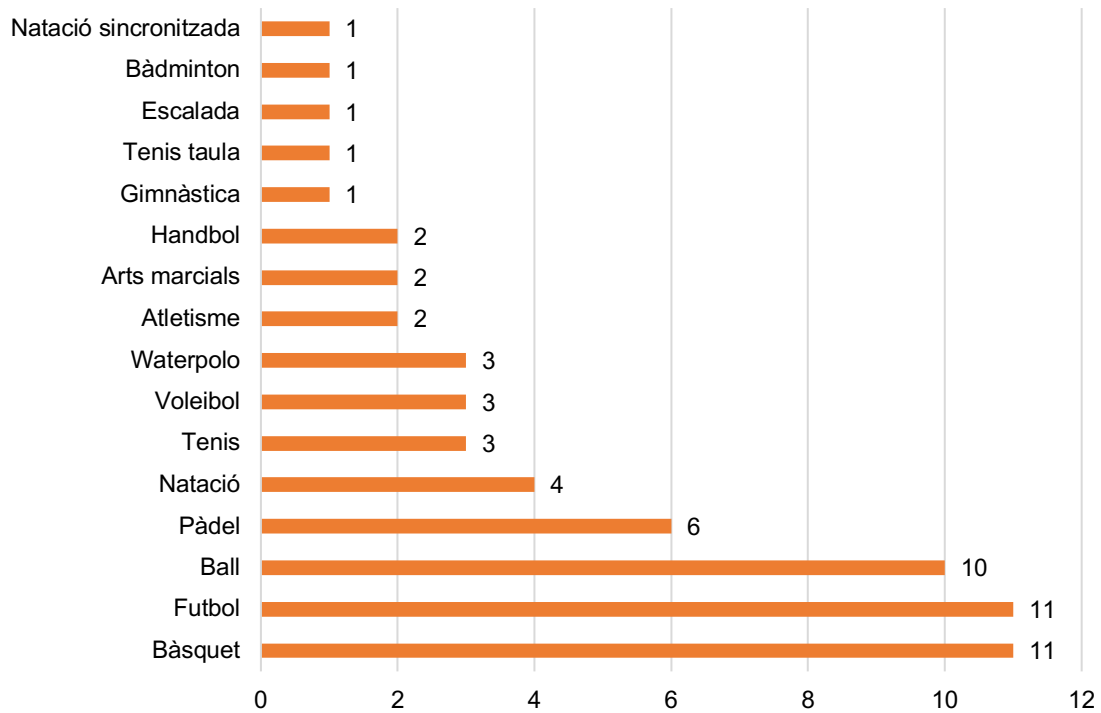
Taula 2. Classificació dels participants que realitzen activitats extraescolars segons la tipologia d'aquestes

	Sexe				Total	%
	Masculí	%	Femení	%		
Activitats esportives i/o culturals	9	13,64%	8	12,12%	17	25,76%
Activitats acadèmiques	2	3,03%	7	10,61%	9	13,64%
Ambdós tipus d'activitats extraescolars	21	31,82%	19	28,79%	40	60,61%
Total	32	48,48%	34	51,52%	66	100%

Nota. En la primera fila hi consta els participants que només realitzen activitats esportives i/o culturals, en la segona fila els que només realitzen activitats acadèmiques i en la tercera fila el que realitzen ambdós tipus d'activitats extraescolars. A més, es poden comparar els resultats segons el sexe dels participants.

El gràfic de barres número 3 mostra quines són les activitats esportives i/o culturals que fan els estudiants de la recerca. En el gràfic es pot observar com el bàsquet i el futbol són els dos esports més practicats entre aquests participants, amb un total d'onze participants en cada esport. Seguidament, la dansa és una altra de les activitats que més realitzen aquest grup estudiat (10 persones). També, però amb menys freqüència, els infants realitzen altres activitats esportives i/o culturals. Aquestes són natació (4 persones), tenis (3 persones), voleibol (3 persones), waterpolo (3 persones), atletisme (2 persones), arts marcial (2 persones), handbol (2 persones), gimnàstica (1 persona), tenis taula (1 persona), escalada (1 persona), bàdminton (1 persona) i natació sincronitzada (1 persona). A més, el gràfic ens mostra la gran varietat d'activitats esportives i/o culturals que realitzen aquest grup d'estudiants.

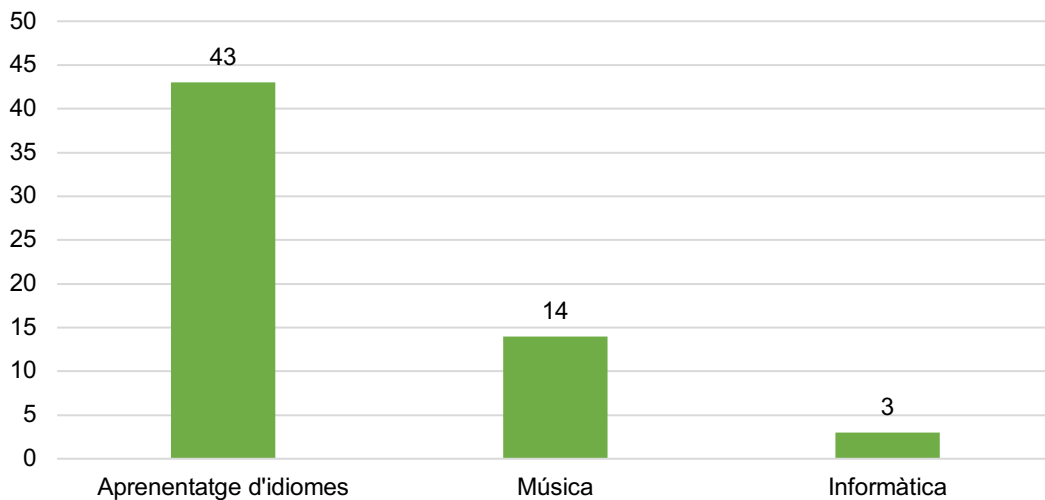
Activitats esportives i/o culturals



Gràfic 3: Mostra les diferents activitats extraescolars esportives i/o culturals que realitzen els infants de la recerca.

Si observem el gràfic número 4, ens mostra quines són les activitats acadèmiques que realitza la mostra estudiada. Amb una gran diferència, l'activitat extraescolar acadèmica que més realitzen és l'aprenentatge d'idiomes, amb un nombre total de 43 persones. Tot seguit, música és la segona extraescolar acadèmica que més es practica, amb un total de 14 participants. Finalment, la informàtica (3 persones) és l'activitat extraescolar acadèmica menys realitzada.

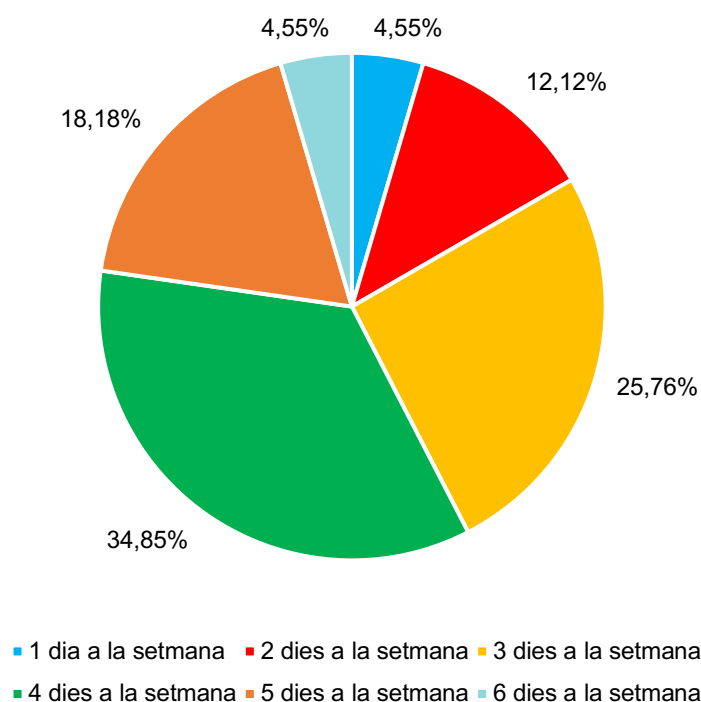
Activitats acadèmiques



Gràfic 4: Mostra les diferents activitats extraescolars artístiques que realitzen el grup d'estudiants de la recerca.

El gràfic 5 mostra el total de dies a la setmana que els infants de l'estudi dediquen a realitzar activitats extraescolars independentment de la tipologia d'aquestes. Així doncs, s'observa que la gran majoria realitza extraescolars entre quatre (el 34,85% que correspon a 23 alumnes) i tres (el 25,76% que correspon a 17 alumnes) dies a la setmana. A més, el 18,18% realitza extraescolars cinc dies a la setmana, el 12,12% realitza extraescolars dos dies a la setmana i la resta realitza extraescolars o bé un dia o bé sis dies a la setmana.

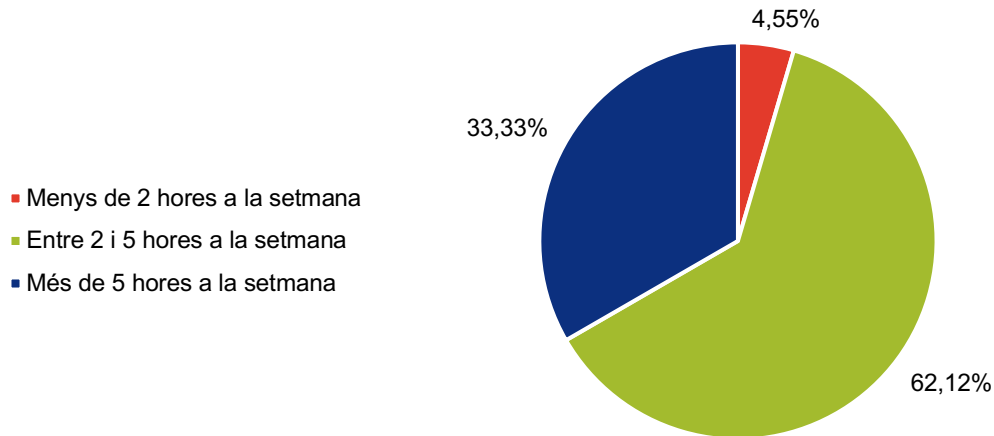
Dies a la setmana que fan activitats extraescolars



Gràfic 5: Mostra la quantitat de dies a la setmana que els estudiants dediquen a realitzar activitats extraescolars.

Pel que fa al gràfic 6, mostra la quantitat d'hores total que els infants dediquen a realitzar activitats extraescolars. El 62,12% dedica entre 2 i 5 hores a la setmana, que correspon a un total de 41 alumnes. Tot seguit, el 33,33% dedica més de 5 hores al llarg de la setmana a realitzar extraescolars, és a dir, un total de 22 alumnes. Per últim, el 4,55% dedica menys de 2 hores a la setmana a practicar alguna activitat extraescolar, que aquest correspon a 3 persones.

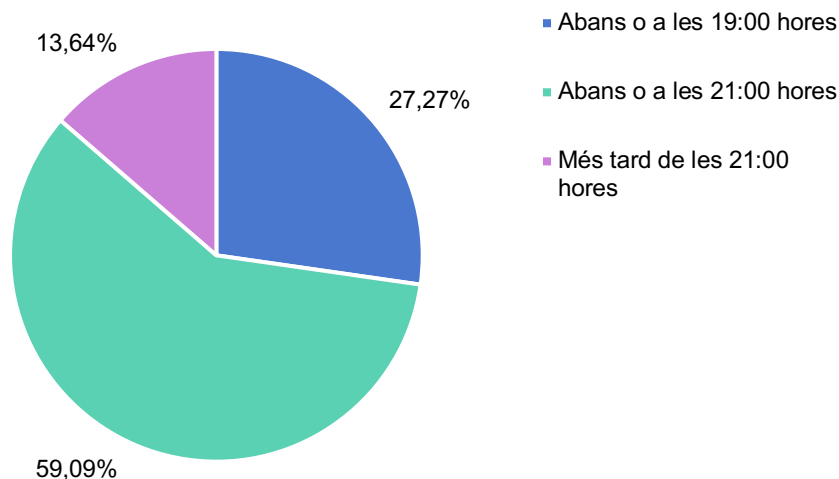
Total d'hores a la setmana que practiquen activitats extraescolars



Gràfic 6: Mostra la quantitat total d'hores que els i les alumnes dediquen a practicar activitats extraescolars al llarg d'una setmana.

Aquest gràfic número 7, mostra l'hora en què el grup estudiat acostuma a acabar les activitats extraescolars. Per això, s'ha classificat els estudiants en tres grans grups: aquells que acaben abans o a les 19:00 hores, els que acaben abans o a les 21:00 hores i els que acaben més tard de les 21:00 hores. Així doncs, tal com mostra el gràfic, el primer grup en formen part un total del 27,27%, és a dir, 18 alumnes acaben abans o a les 19:00 de la tarda. Del segon grup en formen part la gran majoria amb un total del 59,09%, és a dir, 39 alumnes acaben de fer les extraescolars abans o a les 21:00 hores. L'últim grup és el menys nombrós i en forma part el 13,64%, és a dir, 9 alumnes acaben de fer les seves extraescolars més tard de les 21:00 de la nit.

Hora a la que els infants acaben les extraescolars



Gràfic 7: Mostra la franja horària en la que els estudiants acaben de fer les activitats extraescolars.

5.3. Relació entre el rendiment acadèmic dels infants de 6è i les activitats extraescolars

Ara que ja es coneix al grup estudiat, en aquest apartat es parlarà sobre el focus de l'estudi: la influència que té la pràctica d'activitats extraescolars en el rendiment acadèmic. Per fer-ho, s'han tingut en compte quines són les qualificacions que obtenen els infants tenint en compte diferents variables.

Pel que fa al rendiment acadèmic, tal com s'ha explicat anteriorment en l'apartat 4.2 *Instruments*, s'han utilitzat les qualificacions que van obtenir els participants al llarg del primer trimestre. En aquestes hi consta la nota mitjana i les notes de les assignatures de llengua catalana, castellana i anglesa, matemàtiques, coneixement del medi social i natural, plàstica, música, Educació Física i religió/educació en valors. Les matèries estan qualificades segons el nivell d'assoliment de l'infant, que aquest està dividit en quatre: NA (No assolit = 1 punt), AS (Assoliment Satisfactori = 2 punts), AN (Assoliment Notable = 3 punts), AE (Assoliment Excel·lent = 4 punts).

Les variables que s'han tingut en compte per dur a terme l'estudi han estat: la pràctica o no d'activitats extraescolars, la quantitat d'activitats que realitzen els infants, la tipologia de les extraescolars, els dies i les hores setmanals que dediquen a realitzar activitats i la franja horària en què es desenvolupen les extraescolars.

En la taula 3 es poden comparar les qualificacions (de totes les matèries) que han obtingut els infants que no realitzen activitats extraescolars i els que sí que en realitzen. A més, també es poden comparar les qualificacions segons el sexe dels participants. Si observem la taula, aquells estudiants que realitzen alguna activitat extraescolar obtenen millor puntuació dels que no en realitzen cap. Aquesta relació també es compleix si comparem els sexes dels diferents grups, excepte en les qualificacions obtingudes pel sexe masculí en l'assignatura de música. En aquest cas, els que no realitzen extraescolars obtenen millors resultats.

A més, s'observa que en la qualificació mitjana del primer trimestre, els que no realitzen activitats extraescolars és de 2,40 en comparació dels que sí que en realitzen que és de 2,83. La diferència és de 0,43 sobre 4, una diferència força significativa. En canvi, si ens fixem en les qualificacions de cada assignatura, s'observa que en unes els resultats són més significatius que en altres. La matèria de medi social i natural és la que presenta més diferència entre les qualificacions dels dos grups estudiats, i és d'un total de 0,90 sobre 4. També en les assignatures d'anglès (diferència de 0,53) i de religió i valors

(diferència de 0,65) les qualificacions obtingudes per ambdós grups són força diferents. Tot i això, en altres assignatures la diferència no és tan gran, com és el cas de música (diferència de 0,05) i plàstica (diferència de 0,13).

Taula 3. Qualificacions mitjanes dels infants que no realitzen activitats extraescolars i dels que sí realitzen activitats extraescolars.

	Català			Castellà		
	Masculí	Femení	Tots	Masculí	Femení	Tots
No realitzen cap activitat extraescolar	2,00	2,33	2,17	2,17	2,50	2,33
Realitzen alguna activitat extraescolar	2,66	2,62	2,64	2,78	2,68	2,73

	Anglès			Matemàtiques		
	Masculí	Femení	Tots	Masculí	Femení	Tots
No realitzen cap activitat extraescolar	2,17	2,50	2,33	2,83	2,17	2,50
Realitzen alguna activitat extraescolar	2,97	2,76	2,86	3,00	2,76	2,88

	Medi (social i natural)			Plàstica		
	Masculí	Femení	Tots	Masculí	Femení	Tots
No realitzen cap activitat extraescolar	2,17	2,00	2,08	2,67	2,67	2,67
Realitzen alguna activitat extraescolar	3,00	2,97	2,98	2,75	2,85	2,80

	Música			Educació Física		
	Masculí	Femení	Tots	Masculí	Femení	Tots
No realitzen cap activitat extraescolar	2,67	2,83	2,75	2,33	2,00	2,17
Realitzen alguna activitat extraescolar	2,66	2,94	2,80	2,56	2,69	2,58

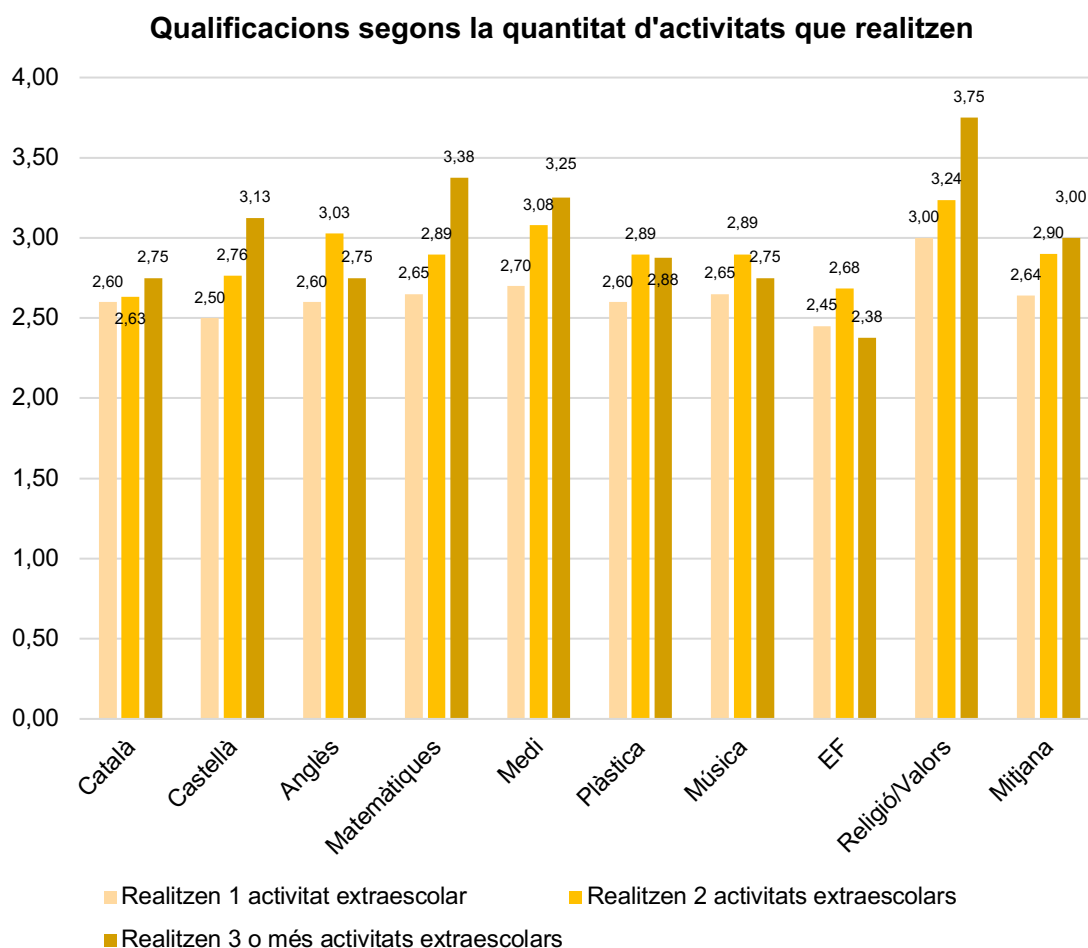
	Religió/Valors			Mitjana del primer trimestre		
	Masculí	Femení	Tots	Masculí	Femení	Tots
No realitzen cap activitat extraescolar	2,50	2,67	2,58	2,39	2,41	2,40
Realitzen alguna activitat extraescolar	3,19	3,26	3,23	2,84	2,83	2,83

Nota. En la taula es poden comparar les qualificacions mitjanes que obtenen els infants segons si realitzen o no extraescolars. A més, les notes es poden comparar segons nou assignatures diferents i la mitjana total del primer trimestre. També es pot observar quines qualificacions obtenen depenent del sexe.

El gràfic número 8 mostra les qualificacions acadèmiques obtingudes pels infants en funció del nombre d'activitats extraescolars que realitzen. Per això, s'ha dividit els enquestats en tres grups: els que realitzen només 1 extraescolar, els que en realitzen dues i els que en realitzen tres o més.

Si observem la qualificació mitjana de les assignatures del primer trimestre, els que realitzen tres o més extraescolars són els que obtenen millor rendiment (amb un 3,00 de mitjana). Tot seguit, els que fan dues extraescolars són els segons que obtenen millor rendiment acadèmic (amb un 2,90). Per últim, els que obtenen un pitjor rendiment són els que només realitzen una extraescolar (amb un 2,64). Tot i això, la diferència de qualificacions no és molt gran. En canvi, si ens fixem en les qualificacions de cada

assignatures, els que realitzen tres o més activitats extraescolars són els que obtenen millor rendiment acadèmic en la majoria de matèries, excepte en anglès, plàstica, música i Educació Física. Tot i això, s'observa una diferència força significativa respecte als altres dos grups en les assignatures de castellà, matemàtiques i religió i valors.

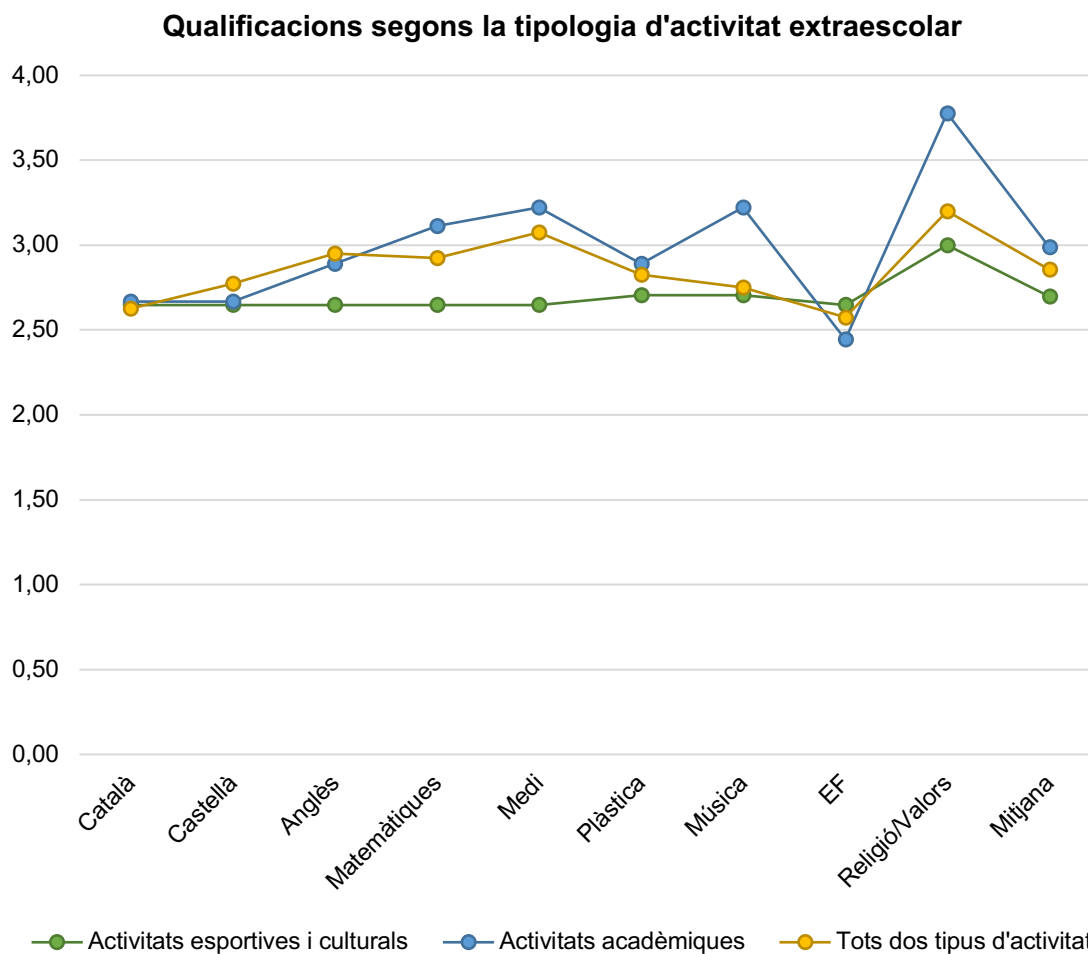


Gràfic 8: Mostra les qualificacions acadèmiques de cada assignatura en funció del nombre d'activitats extraescolars que realitzen els infants al llarg d'una setmana.

Pel que fa al gràfic número 9, es poden observar les qualificacions acadèmiques que han obtingut els infants de l'estudi segons la tipologia de l'activitat extraescolar que practiquen. Per això, s'han dividit els i les alumnes en tres grups: els que només realitzen activitats acadèmiques (línia blava), els que només realitzen activitats esportives i culturals (línia verda), i els que realitzen els dos tipus d'activitats (línia groga).

Si ens fixem en la línia blava, podem observar que els infants que realitzen només activitats acadèmiques són els que obtenen millor rendiment acadèmic. En la majoria de les assignatures són els que tenen millors qualificacions, excepte en l'assignatura d'Educació Física. Tot i això, on es veu una diferència força significativa és en l'assignatura de religió i valors. En canvi, si observem la línia verda es pot comprovar

que els que només realitzen activitats esportives i culturals són els que obtenen pitjor rendiment. En la majoria de les matèries són els que obtenen les pitjors qualificacions, però en l'assignatura de català i Educació Física obtenen la millor puntuació dels tres grups. Per últim, la línia groga mostra les qualificacions mitjanes de l'alumnat que practica ambdós tipus d'activitats. Amb aquest grup d'infants, es pot observar com en la majoria d'assignatures obtenen millor qualificació que els que realitzen activitats esportives i culturals, però pitjor qualificació que els que realitzen activitats acadèmiques.



Gràfic 9: Mostra les qualificacions mitjanes de cada assignatura en funció de la tipologia d'activitat extraescolar que realitzen els infants.

La taula número 4 mostra les qualificacions acadèmiques dels infants segons la quantitat de dies a la setmana que realitzen activitats. Per fer-ho, s'ha dividit al grup en quatre: els que realitzen extraescolars un dia a la setmana, els que en realitzen dos dies a la setmana, els que en realitzen tres o quatre dies a la setmana i els que en realitzen cinc o més dies a la setmana. A més, les qualificacions es poden observar segons el sexe dels enquestats.

Si observem les qualificacions mitjanes de totes les assignatures, aquells estudiants que practiquen activitats extraescolars entre dos i quatre dies a la setmana, són el que obtenen un millor rendiment acadèmic. Després, els que en realitzen només un cop a la setmana són els tercers que aconseguen un millor rendiment acadèmic. Per contra, aquells que realitzen extraescolars cinc o més dies a la setmana, són els que obtenen pitjor rendiment acadèmic.

Si ens fixem amb els resultats de les diferents assignatures, l'alumnat que realitza extraescolars dos dies a la setmana és el que obté millor rendiment acadèmic en totes les matèries excepte català i Educació Física. En canvi, els que realitzen una extraescolar a la setmana i els que en realitzen cinc o més, són els que tenen les pitjors qualificacions. Tot i això, si ens fixem en l'assignatura d'Educació Física, aquells alumnes que realitzen activitats cinc o més dies a la setmana, són els que tenen millor rendiment acadèmic.

Taula 4. Qualificacions mitjanes dels infants en funció de la quantitat de dies a la setmana que dediquen a realitzar activitats extraescolars.

	Català			Castellà		
	Masculí	Femení	Tots	Masculí	Femení	Tots
Realitzen extraescolars 1 dia/setmana	3,00	3,00	3,00	3,00	2,00	2,67
Realitzen extraescolars 2 dies/setmana	3,50	2,67	2,88	3,00	2,83	2,88
Realitzen extraescolars 3 o 4 dies/setmana	2,61	2,65	2,63	2,74	2,65	2,70
Realitzen extraescolars 5 o més dies/setmana	2,40	2,50	2,47	2,80	2,70	2,73

	Anglès			Matemàtiques		
	Masculí	Femení	Tots	Masculí	Femení	Tots
Realitzen extraescolars 1 dia/setmana	3,50	2,00	3,00	3,00	2,00	2,67
Realitzen extraescolars 2 dies/setmana	3,50	3,00	3,13	3,00	3,00	3,00
Realitzen extraescolars 3 o 4 dies/setmana	3,00	2,76	2,90	2,96	2,76	2,88
Realitzen extraescolars 5 o més dies/setmana	2,40	2,70	2,60	3,20	2,70	2,87

	Medi (social i natural)			Plàstica		
	Masculí	Femení	Tots	Masculí	Femení	Tots
Realitzen extraescolars 1 dia/setmana	3,50	2,00	3,00	2,50	3,00	2,67
Realitzen extraescolars 2 dies/setmana	3,50	3,17	3,25	3,50	2,83	3,00
Realitzen extraescolars 3 o 4 dies/setmana	2,96	2,94	2,95	2,74	2,88	2,80
Realitzen extraescolars 5 o més dies/setmana	2,80	3,00	2,93	2,60	2,80	2,73

	Música			Educació Física		
	Masculí	Femení	Tots	Masculí	Femení	Tots
Realitzen extraescolars 1 dia/setmana	3,00	2,00	2,67	2,00	3,00	2,33
Realitzen extraescolars 2 dies/setmana	3,00	3,17	3,13	2,50	2,50	2,50
Realitzen extraescolars 3 o 4 dies/setmana	2,74	2,94	2,83	2,65	2,41	2,55
Realitzen extraescolars 5 o més dies/setmana	2,00	2,90	2,60	2,40	2,90	2,73

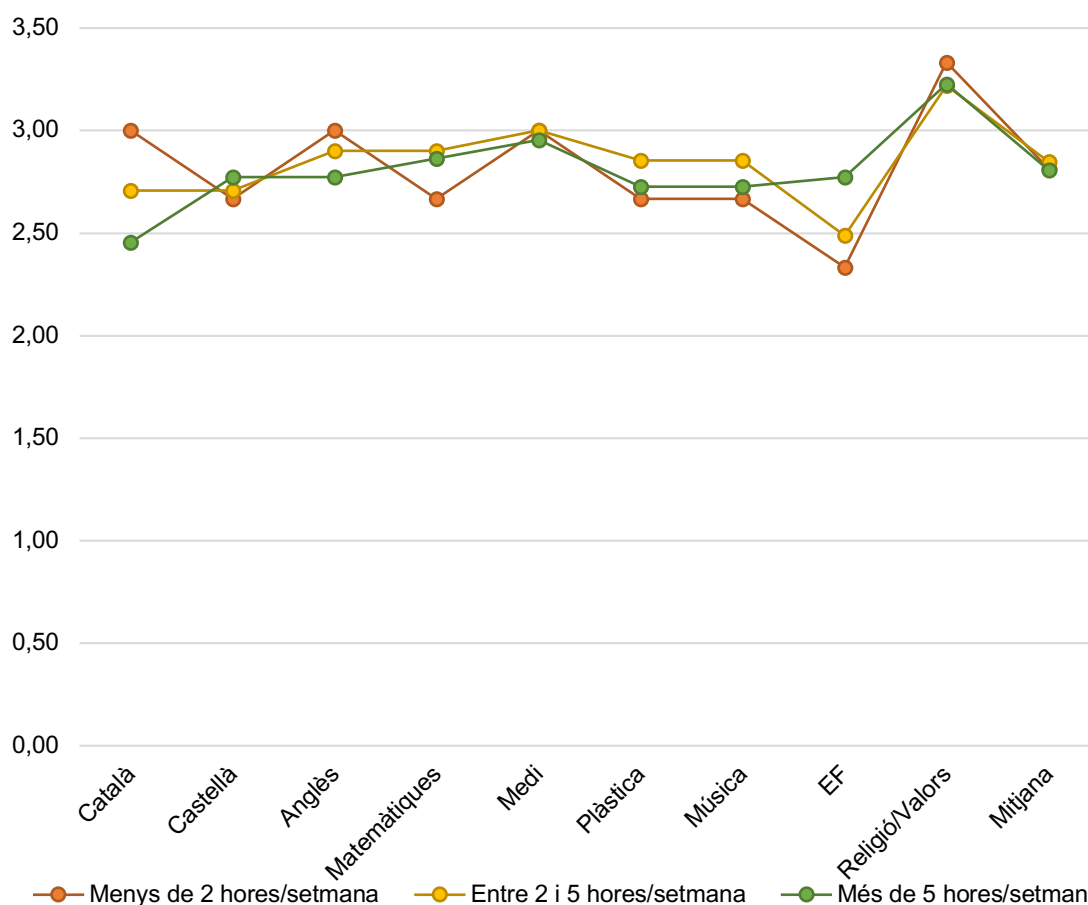
	Religió/Valors			Mitjana del primer trimestre		
	Masculí	Femení	Tots	Masculí	Femení	Tots
Realitzen extraescolars 1 dia/setmana	4,00	2,00	3,33	3,06	2,33	2,81
Realitzen extraescolars 2 dies/setmana	4,00	3,50	3,63	3,28	2,96	3,04
Realitzen extraescolars 3 o 4 dies/setmana	3,04	3,35	3,18	2,83	2,82	2,82
Realitzen extraescolars 5 o més dies/setmana	3,20	3,10	3,13	2,64	2,81	2,76

Nota. En la taula es poden comparar les qualificacions mitjanes que obtenen els infants segons els nombre de dies a la setmana que dediquen a realitzar activitats extraescolars. A més, les notes es poden comparar segons nou assignatures diferents i la mitjana total del primer trimestres. També es pot observar quines qualificacions obtenen depenent del sexe.

Si observem el gràfic número 10, mostra les qualificacions que obtenen els infants segons el nombre total d'hores que dediquen en realitzar activitats extraescolars al llarg d'una setmana. Per això, s'han dividit els infants en tres grups: els que realitzen extraescolars menys de 2 hores a la setmana (línia taronja), els que en realitzen entre 2 i 5 a la setmana (línia groga) i els que en realitzen més de 5 a la setmana (línia verda).

Si ens fixem en la mitjana del primer trimestre, els que practiquen activitats entre 2 i 5 hores a la setmana obtenen un rendiment acadèmic de 2,85 sobre 4, una qualificació lleugerament per sobre del 2,81 que obtenen els dos altres grups. En general, els tres grups obtenen qualificacions semblants en cada assignatura, excepte en la matèria de català i Educació Física, on la diferència és més significativa. En l'àrea de català, els que obtenen millor puntuació són els que realitzen extraescolars menys de 2 hores a la setmana i els que obtenen pitjor puntuació són els que en realitzen més de cinc hores a la setmana. En canvi, en l'àrea d'Educació Física, passa el contrari que en el cas anterior, i els que practiquen activitats extraescolars més de 5 hores a la setmana són els que obtenen millor puntuació.

Qualificacions segons les hores dedicades a fer extraescolars

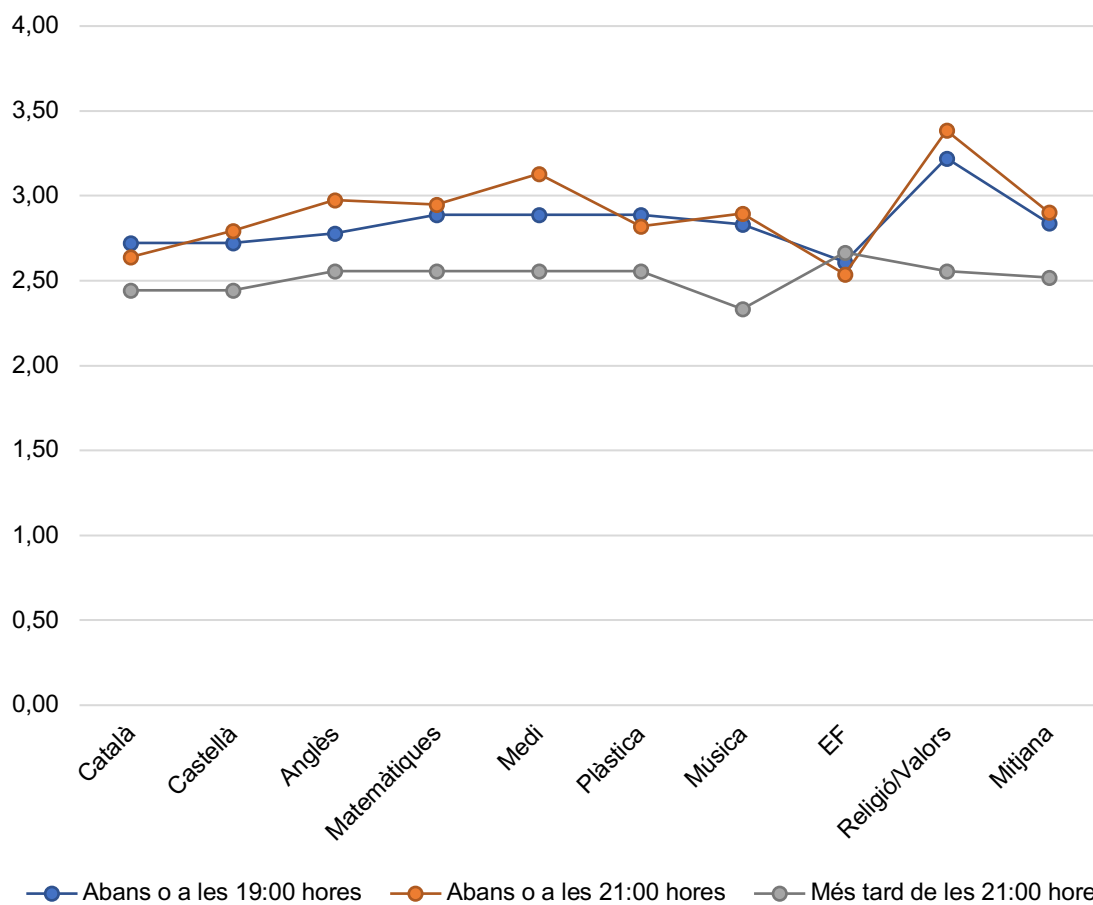


Gràfic 10: Mostra les qualificacions mitjanes de cada assignatura en funció de les hores que dediquen a practicar activitats extraescolars al llarg de la setmana.

El gràfic número 11 mostra quines són les qualificacions que han obtingut els enquestats en funció de l'hora que acaben de fer les extraescolars. Per això, s'han agrupat els participants en tres: els que acaben les activitats abans o a les 19:00 hores (línia blava), els que les acaben abans o a les 21:00 hores (línia taronja), i els que les acaben més tard de les 21:00 hores (línia grisa).

Si observem la qualificació mitjana del primer trimestre, els infants que acaben les activitats abans o a les 19:00 hores i els infants que les acaben abans o a les 21:00 hores, obtenen una qualificació molt semblant, força per sobre dels infants que acaben les extraescolars més tard de les 21:00 hores. De la mateixa manera, si ens fixem amb la resta d'assignatures, aquesta relació també es compleix, sent molt significativa en l'assignatura de religió i valors. Tot i això, en l'assignatura d'Educació Física s'observa tot el contrari, i és que els infants que acaben més tard de les 21:00 hores obtenen una lleugera millor qualificació que la resta d'alumnes.

Qualificacions segons l'hora de finalització de l'extraescolar



Gràfic 11: Mostra les qualificacions mitjanes de cada assignatura en funció de l'hora a la que els infants acaben les activitats extraescolars.

6. Discussió

Després que els infants hagin respost el qüestionari i s'hagin pogut analitzar els resultats, s'ha pogut comprovar que la gran majoria dels alumnes d'Educació Primària practiquen activitats extraescolars, sent d'un total del 84,62%. Una participació força semblant a la que van obtenir Hermoso, García i Chinchilla (2010) i la Fundació Jaume Bofill (2006) en les seves investigacions.

Més de la meitat dels alumnes realitzen dues activitats extraescolars, tot i que també n'hi ha que en realitzen una, tres o quatre. Tot i això, els infants que realitzen dues o més activitats extraescolars acostumen a realitzar alguna activitat acadèmica i alguna activitat esportiva i/o cultural, tenint en compte la classificació de Moriana et al. (2006). A més, les activitats esportives i/o culturals són més practicades que les activitats acadèmiques.

L'extraescolar més practicada segons els participants d'aquest estudi i amb molta diferència és l'aprenentatge d'idiomes, amb un total de 43 persones. Tanmateix, les altres extraescolars que predominen són la música (14 participants), el bàsquet (11 participants), el futbol (11 participants) i el ball (10 participants). Les dues primeres extraescolars, segons la classificació de Cladellas, Clariana, Badia i Gotzens (2015) formen part d'activitats de caràcter cognitiu, mentre que les altres tres formen part d'activitats de caràcter recreatiu. Tanmateix, si tenim en compte la classificació de Carmona, Sánchez i Bakeiva (2011) en aquest estudi predomina la pràctica d'activitats extraescolars relacionades amb l'àrea acadèmica.

A més, la gran majoria dels participants realitzen activitats entre 3, 4 o 5 dies a la setmana (el 78,79%) i les practiquen majoritàriament entre 2 i 5 hores a la setmana (el 62,12%) o bé més de 5 hores a la setmana (el 33,33%). Si comparem aquests valors amb els nivells que recomana l'OMS (2020), tenint en compte les hores que els infants practiquen extraescolars, fan Educació Física a l'escola i realitzen desplaçaments, estarien dins d'aquests nivells proposats.

Així doncs, els 66 participants de l'estudi que realitzen activitats extraescolars es beneficien dels avantatges que comporten aquestes, ja que tal com explica Varela (2006), realitzar extraescolar ajuda al desenvolupament de les competències interpersonals, s'obté majors aspiracions, un major nivell d'atenció, un augment de motivació, un pensament crític i una maduresa personal i social. De la mateixa manera, aquests participants també tenen una millora en l'estat depressiu, una disminució de

l'ansietat i un increment de l'autoestima segons Codina, Pestana, Castillo i Balaguer (2016).

Tanmateix, en els estudis de Varela (2006) i Moriana et al. (2017), es va comprovar que existeix una relació entre la pràctica d'extraescolar i el rendiment acadèmic, sent significativa entre aquells grups que practiquen activitats i els que no. De la mateixa manera, en aquest estudi s'ha pogut comprovar que aquells alumnes que realitzen activitats extraescolars obtenen un major rendiment acadèmic en comparació als que no en realitzen cap, tant en la qualificació mitjana com en totes les assignatures. A més, aquest rendiment acadèmic ha sigut força semblant pel que fa al sexe dels participants. En l'estudi de Cladellas, Clariana, Badia i Gotzens (2015) es va observar una diferència força significativa entre aquests dos grups en l'assignatura de matemàtiques, i en l'estudi d'Alfonso (2016) es van observar diferències significatives en les assignatures d'Educació Física i llengua anglesa. En canvi, en aquest estudi, les assignatures on hi ha una major diferència en les qualificacions entre aquests dos grups són la de medi social i natural, anglès i religió i valors.

Els motius principals pels quals els participants d'aquest estudi no realitzen activitats extraescolars són per motius familiars, ja siguin econòmics o d'organització. Tot i això, una petita part no en practiquen per desinterès. Aquests estudiants podrien arribar a fracassar a nivell escolar, ja que tal com expliquen Moriana et al. (2017) i tal com s'ha pogut comprovar en aquest estudi, obtenen menys rendiment acadèmic que els infants que realitzen extraescolars. González i Portoles (2014) van observar diferents variables que afecten en el rendiment acadèmic dels infants, que aquestes són variables distals, personals i conductuals. Per això, si ens fixem en el motiu pel qual aquest grup de persones investigades no realitzen extraescolars veiem que és per motius familiars (sobretot econòmics) i aquesta és una de les variables que poden arribar a provocar el fracàs escolar.

Per estudiar com afecta la pràctica d'aquestes activitats en el rendiment acadèmic dels alumnes de primària, s'han observat un total de cinc variables. Aquestes són la quantitat d'activitats extraescolars que realitzen, la tipologia d'aquestes, el total de dies i el total d'hores que inverteixen els infants a realitzar extraescolars i la franja horària a la qual dediquen a practicar les activitats.

Pel que fa a la quantitat d'activitats extraescolars, s'ha comprovat que realitzar-ne dues o més de dues s'aconsegueix un millor rendiment acadèmic que aquells que només en realitzen una. És a dir, aquells alumnes que només realitzen una activitat acadèmica

obtenen pitjors qualificacions que els que en realitzen dues, tres o més de tres. Així doncs, realitzar una única extraescolar té una menor influència en el rendiment. A més, si s'observen les qualificacions de les diferents matèries estudiades, els que realitzen tres o més activitats són els que obtenen un major rendiment.

Pel que fa a la variable de la tipologia d'activitats extraescolars, s'han obtingut uns resultats semblants als estudis de Jábega (2008) citat per Carmona, Sánchez i Bakeiva (2011) i Moriana et al. (2006), i és que aquells alumnes que realitzen activitats mixtes (acadèmiques i esportives i/o culturals) obtenen un millor rendiment que els que només realitzen activitats esportives, però no obtenen millors qualificacions que els estudiants que només practiquen activitats acadèmiques. Així doncs, els que fan extraescolars d'aquesta última tipologia són els que obtenen un millor rendiment acadèmic. A més, en aquesta recerca s'ha observat que els infants que realitzen activitats esportives i culturals obtenen el pitjor rendiment acadèmic en totes les assignatures respecte als altres grups, però en l'assignatura d'Educació Física són els que obtenen unes qualificacions més elevades. En canvi, els que només realitzen activitats acadèmiques obtenen un rendiment acadèmic superior en les assignatures de català, matemàtiques, medi social i natural, plàstica, música i religió/valors, obtenint unes qualificacions força més elevades en les dues últimes matèries esmentades.

Una altra de les variables que es va investigar va ser com afecta el total de dies de pràctica d'extraescolars al llarg d'una setmana en el rendiment acadèmic. S'ha observat que els infants que realitzen extraescolars de manera moderada (entre 2 i 4 dies a la setmana) obtenen unes millors qualificacions, però molt lleugerament per sobre d'aquells que en realitzen 1 o 5 dies a la setmana. Tot i això, els que realitzen extraescolars només dos dies a la setmana són els que obtenen un millor rendiment en totes les assignatures observades, excepte català i Educació Física. Així doncs, l'alumnat que fa extraescolars o bé 1 o bé 5 o més dies a la setmana són els que obtenen pitjors qualificacions. Per contra, en l'assignatura d'Educació Física, aquells que realitzen extraescolars 5 o més dies a la setmana obtenen unes millors qualificacions.

En els estudis que van realitzar Cladellas, Clariana, Badia i Gotzens (2015) i Alfonso (2016), van poder comprovar que no practicar extraescolar o practicar-ne durant un nombre d'hores molt elevat, comporta efectes negatius pel rendiment acadèmic. De la mateixa manera, en aquest estudi s'ha pogut comprovar que els i les alumnes que realitzen extraescolar entre 2 i 5 hores a la setmana els afecta positivament. Tot i això, la diferència en la nota mitjana respecte als que fan menys de 2 hores o més de 5 hores és molt poc significativa, quasi inexistent. A més, les qualificacions que obtenen els tres

grups en la majoria de les matèries és força semblant, però on s'observen diferències més significatives són en les assignatures de català i Educació Física. Pel que fa a la matèria de català, els que realitzen extraescolars menys de 2 hores a la setmana obtenen unes millors qualificacions i els que en realitzen més de 5 hores obtenen les pitjors qualificacions. En canvi, en l'assignatura d'Educació Física, els que realitzen extraescolars més de 5 hores obtenen un millor rendiment que la resta dels grups.

L'última variable que es va estudiar va ser l'horari en què els infants practiquen extraescolars. S'ha observat que les qualificacions que obtenen aquells estudiants que acaben les activitats més tard de les 21:00 hores són força inferiors a les dels estudiants que acaben les activitats abans de les 21:00 hores. Això podria ser degut a que aquests estudiants no tenen uns patrons de descans adequat, ja que tal com van estudiar Cladellas, Clariana, Gotzens, Badia i Dezcallar (2015), els i les alumnes de primària que van a dormir tard i es desperten d'hora (amb la conseqüència de dormir poques hores), el seu rendiment acadèmic hi influeix de manera negativa. A més, pel que fa a les notes de les diferents assignatures estudiades, els participants que acaben les extraescolars més tard de les 21:00 hores obtenen les pitjors qualificacions, excepte en l'assignatura d'Educació Física, que en aquest cas obtenen els millors resultats però poc per sobre de la resta.

7. Conclusions

Aquest estudi s'apropa a la realitat escolar, ja que s'ha pogut comprovar i demostrar que practicar activitats extraescolars afecta positivament en el rendiment acadèmic dels alumnes de primària. Així doncs, tenint en compte l'objectiu principal que em plantejava i després d'haver realitzat aquesta recerca, es pot afirmar que aquells alumnes que no practiquen extraescolars obtenen unes qualificacions més baixes que aquells que sí que en realitzen.

Tot i això, s'han pogut estudiar diferents variables relacionades amb les activitats extraescolars que afecten més o menys en el rendiment acadèmic. Una de les variables que afecta bastant en les qualificacions és la tipologia d'activitats que es practiquen, i és que realitzar extraescolars acadèmiques afavoreix a aconseguir un millor rendiment. En canvi, els que realitzen activitats esportives i/o culturals obtenen unes millors qualificacions respecte als que no fan extraescolars però pitjors dels que només realitzen activitats acadèmiques. A més, un altre factor que s'ha estudiat i que té molta influència en el rendiment és la franja horària en la qual els infants dediquen a practicar extraescolars, i és que aquells que acaben més tard de les 21.00 hores obtenen uns resultats acadèmics força inferiors als que les acaben abans de les 21.00 hores.

A més a més, en aquesta investigació també s'han observat altres variables relacionades amb les activitats extraescolars que afecten en el rendiment acadèmic dels infants però no tenen una influència tan gran com les altres variables esmentades anteriorment. Aquestes són el nombre d'extraescolars que es practiquen, el total de dies a la setmana que es dediquen a fer activitats i el nombre d'hores en una setmana que es destinen a realitzar-ne. Pel que fa al nombre d'activitats extraescolars, s'ha pogut observar que aquells que només fan una única activitat són els que obtenen unes qualificacions menors respecte als que en fan dos o més. Pel que fa al nombre de dies, s'ha estudiat que aquells estudiants que practiquen extraescolar entre 2 i 4 dies a la setmana obtenen millors resultats que els que en practiquen 1 o més de 4 dies a la setmana. Pel que fa al nombre d'hores dedicades, s'ha comprovat que aquells que realitzen activitats entre 2 i 5 hores a la setmana obtenen un millor rendiment. Tot i això, totes aquestes variables tenen una influència molt poc significativa en els resultats acadèmics dels infants.

Així doncs, les millors qualificacions dels infants d'Educació Primària les obtenen aquells estudiants que realitzen dues o més activitats extraescolars acadèmiques, realitzant-les entre 2 i 4 dies a la setmana, dedicant-hi entre 2 i 5 hores setmanals i acabant de practicar-les abans de les 21.00 hores.

L'estudi que s'ha dut a terme ha tingut algunes limitacions que cal tenir en compte. En primer lloc, en aquesta investigació hi han format part tres classes de sisè de primària, però en un principi havien de formar-ne part quatre. Això no ha estat possible a causa del tancament de les escoles provocat pel coronavirus. Per aquest motiu, aquest estudi s'havia de realitzar amb un total de 105 participants però al final n'han estat 78.

A més, tot i que la mostra d'aquest estudi és força significativa, tots els i les alumnes formen part d'un únic centre del Vallès Oriental. Per això, els resultats obtinguts no poden explicar la realitat de la població ni de la comarca, i per aquest motiu no es poden generalitzar. Així doncs, una possible línia de futur d'aquesta recerca seria agafar una mostra més extensa, i que en poguessin formar part diferents estudiants de sisè de primària de la ciutat, o bé diferents estudiants de la comarca, per així poder generalitzar els resultats. També, una altra línia de futur seria realitzar una investigació observant com influeixen les activitats extraescolars en edats inferiors i majors a la d'aquests participants, i així poder observar quin efecte tenen.

Per acabar, vull destacar que realitzant aquest treball m'ha permès analitzar com afecten les extraescolars en el rendiment acadèmic dels infants. Per tant, com a futur mestre considero que hauré de conèixer quins alumnes realitzen activitats extraescolars i quins no, saber quina extraescolar fan, quantes hores i quants dies a la setmana dediquen en realitzar-la i quin és el seu horari de pràctica. D'aquesta manera, per conèixer la realitat de cada nen/a i, a partir dels resultats obtinguts en aquest estudi, podré ajudar-los que obtinguin un millor rendiment.

8. Referències bibliogràfiques

Alfonso, R. M. (2016). Relación entre la actividad física extraescolar y el rendimiento académico en alumnos de Educación Secundaria. *Sportis: Revista Técnico-Científica del Deporte Escolar, Educación Física y Psicomotricidad*, 2 (2), 177-187.

Álvarez, R., Meling, L., i Arteaga, J. (2015). *Guía metodológica para la elaboración de proyectos de investigación de posgrado*. Mèxic: Centro de Producción Editorial.

Antelm, A. M., Gil, A., Cacheiro, M. L., i Pérez, E. (2018). Causas del fracaso escolar: Un análisis desde la perspectiva del profesorado y del alumnado. *Enseñanza & Teaching: Revista Interuniversitaria de Didáctica*, 36(1), 129-149.

Artunduaga, M. (2008). Variables que influyen en el rendimiento académico en la universidad. *Universidad Complutense de Madrid (España), Departamento MIDE (Métodos de Investigación y Diagnóstico en Educación)*, 108-122.

Carmona, C., Sánchez, P., i Bakieva, M. (2011). Actividades extraescolares y rendimiento académico: diferencias en autoconcepto y género. *Revista de Investigación Educativa*, 29(2), 447-465.

Carrillo, E., Civís, M., Blanch, T. A., Longás, E., i Riera, J. (2018). Condicionantes del éxito y fracaso escolar en contextos de bajo nivel socioeconómico. *REXE. Revista de Estudios y Experiencias en Educación*, 2(1), 75-94.

Castro, M. (1998). La programación de las actividades extraescolares en el ámbito rural gallego. Reflexión a partir de una experiencia. Dins Beas, M., García, J., Luengo, J. J. i altres (Eds.). *Atención a los espacios y tiempos extraescolares. Actas de las VIII Jornadas LOGSE sobre la atención a los espacios y tiempos extraescolares* (p. 153-164). Madrid: Grupo Editorial Universitario.

Cladellas, R., Clariana, M., Badia, M., i Gotzens, C. (2015). Actividades extraescolares y rendimiento académico en alumnos de primaria. *European Journal of investigation in health, psychology and education*, 3(2), 87-97.

Cladellas, R., Clariana, M., Badia, M., Gotzens, C., i Dezcallar, T. (2014). Tipología de actividades extraescolares y procrastinación académica en alumnado de educación primaria. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 12(2), 419-446.

Cladellas, R., Clariana, M., Badia, M., Gotzens, C., i Dezcallar, T. (2015). Patrones de descanso, actividades físico-deportivas extraescolares y rendimiento académico en niños y niñas de primaria. *Revista de psicología del deporte*, 24(1), 53-59.

Codina, N., Pestana, J. V., Castillo, I., i Balaguer, I. (2016). "Ellas a estudiar y bailar, ellos a hacer deporte": Un estudio de las actividades extraescolares de los adolescentes mediante los presupuestos de tiempo. *Cuadernos de psicología del deporte*, 16(1), 233-242.

Diccionari d'Institut d'Estudis Catalans. (2020). *DIEC*. Consultat 1 febrer 2020, des de <https://dlc.iec.cat/>

Edel, R. (2003). El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo. *REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 1(2), 1.

Eurostat (2014). *Europe 2020 education indicators in the EU28 in 2013*. Recuperat de <https://ec.europa.eu/eurostat/documents/2995521/5178598/3-11042014-AP-EN.PDF/4e01669e-2c2e-4c0e-a16b-487753183826>

Frago, J. M. (2014). *Niveles de actividad física en escolares de educación primaria: actividad física habitual, clases de educación física y recreos* (Tesi doctoral, Universidad de Zaragoza, Aragón). Recuperat de <https://zaguan.unizar.es/record/30642/files/TESIS-2015-003.pdf>

Fullana, J. (2008). *La investigació sobre l'èxit i el fracàs escolar des de la perspectiva dels factors de risc. Implicacions per a la recerca i la pràctica educatives*. Universitat de Girona, Girona.

Fundació Jaume Bofill (2006). *Debat familiar. Què opinen les famílies sobre les activitats educatives fora de l'horari escolar?*. Barcelona: Ajuntament de Barcelona.

González, J., i Portolés, A. (2014). Actividad física extraescolar: relaciones con la motivación educativa, rendimiento académico y conductas asociadas a la salud. *Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*, 9(1), 51-65.

Guerrero, A. (2009). Actividades extraescolares, organización escolar y logro. Un enfoque sociológico Extra-school activities, school organization and achievement. A sociological approach. *Revista de Educación*, 349, 391-411.

Hermoso, Y., García, V. i Chinchilla, J. L. (2010). Estudio de la ocupación del tiempo libre de los escolares. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 18, 9-13.

Klappenbach, H. (2014). Acerca de la metodología de investigación en la historia de la psicología. *Psykhé (Santiago)*, 23(1), 01-12.

López, G. (2010). Las actividades extraescolares en los centros educativos. *Revista Digital: Innovación y experiencias educativas* (26), 1-14. Consultado 9 febrero 2020, des de https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_26/GEMA%20LOPEZ%20GUERRERO.1.pdf

Mansilla, M. (2000). Etapas del desarrollo humano. *Revista de investigación en Psicología*, 3(2), 105-116.

Martínez, A. E., Inglés, C. J., Piqueras, J. A., i Ramos, V. (2010). Importancia de los amigos y los padres en la salud y el rendimiento escolar. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 8(1), 111-138.

Martínez, E., i Molina, E. (2017). Incidencia de factores académicos en el fracaso escolar. Reflexiones derivadas de la experiencia de profesores jubilados. *Profesorado, Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, 21(1), 191-211.

Montero, I., i León, O.G. (2007). Guía para nombrar los estudios de investigación en Psicología. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7(3), 847- 862. Consultado 15 noviembre 2019, des de http://www.psiencia.org/docs/GNEIP07_es.pdf

Moriana, J.A. et al. (2006). Extra-curricular activities and academic performance in secondary students. *Electronic Journal of Research in Education Psychology*, 4(8), 35-46.

Moriana, J. A., Alós, F., Alcalá, R., Pino, M. J., Herruzo, J., i Ruiz, R. (2017). Actividades extraescolares y rendimiento académico en alumnos de Educación Secundaria. *Electronic Journal of Research in Education Psychology*, 4(8), 35-46.

Muñoz, I., i Salgado, P. (2006). Ocupaciones de tiempo libre: Una aproximación desde la perspectiva de los ciclos vitales, desarrollo y necesidades humanas. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional*, (6), 39-45.

Organització Mundial de la Salut. (2020). *Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física i salud*. Consultat 8 febrer 2020, des de <https://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/es/>

Osgood, D. W., Anderson, A. L., i Shaffer, J. N. (2005). Unstructured leisure in the after-school hours. Dins J. L. Mahoney, R. W. Larson, i J. S. Eccles (Ed.), *Organized activities as contexts of development: Extracurricular activities, after-school and community programs* (pp. 45-64). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.

Oviedo, G., Sánchez, J., Castro, R., Calvo, M., Sevilla, J. C., Iglesias, A., i Guerra, M. (2013). Niveles de actividad física en población adolescente: estudio de caso. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (23), 43-47.

Pujol, J. T. (2015). *Estudi de la influència de les activitats extraescolars esportives en el rendiment acadèmic dels adolescents de l'Institut Antoni Pous i Argila de Manlleu* (Treball de Fi de Màster). Universitat de Vic, Catalunya.

Quivy, R., i Van Campenhoudt, L. (1997). Cinquena etapa: l'observació: visió panoràmica dels mètodes principals de recull de les informacions. Dins R. Quivy, i L. Van Campenhoudt, *Manual de Recerca en Ciències Socials* (p.182-204). Barcelona: Herder.

Tilano, L., Henao, G., i Restrepo, J. (2009). Prácticas educativas familiares y desempeño académico en adolescentes escolarizados en el grado noveno de instituciones educativas oficiales del municipio de Envigado. *El Ágora USB*, 9(1), 35-51.

Varela, L. (2006). Evaluación de programas extraescolares: importancia del nivel de participación en las percepciones sobre el tiempo libre, rendimiento académico y habilidad deportiva de los participantes. *Revista Galego-Portuguesa de Psicología e Educación*, 13, 207-219.