



## 1- Presentación:

Soy Rocío Nevado y tengo 23 años.

Dejé el IES Mediterránea en el año 2004, mi clase fue la primera promoción de bachillerato de este instituto, bueno mejor dicho, de cuando todavía era “El nº 5” y las instalaciones de las que disponías eran bastante limitadas, algunos aún las recordareis... Recuerdo el último año del instituto muy duro, por la presión de la selectividad. Más incluso que la universidad, ya que ésta alterna períodos de agobio con otros más relajados.

El pasado año, 2008, terminé de estudiar la Licenciatura de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte en Murcia.

## 2- Explica la carrera que estás estudiando actualmente:

Elegí estudiar esta carrera porque siempre he practicado deporte, eran los estudios que más me gustaban y en lo que más interés tenía por hacer.

No cambiaría de carrera porque no me ha decepcionado en nada, me han encantado prácticamente todas las asignaturas que he tenido e incluso me hubiera gustado coger algunas otras asignaturas que no he podido hacer, debido a que tienes que elegir entre las diversas optativas.

En cuanto a si me ha costado esfuerzo, claro que sí, todo cuesta esfuerzo pero cuando estás estudiando algo que te gusta, el hecho de ‘empollar’ se hace más llevadero y ameno. Hasta asignaturas que pueden ser más difíciles como física, al estar toda ella aplicada al deporte, se hace más fácil su comprensión y estudio.

Si estás pensando: “Deporte o gimnasia, eso lo hace cualquiera”. Te equivocas. Mucha gente menosprecia esta carrera y piensa que todo el mundo podría hacerla, que no hay que estudiar, que sólo es hacer deporte, etc. Si estás pensando en hacerla, que sea porque te guste y no porque no sabes qué hacer o no te apetece estudiar mucho y crees que ésta sería una buena opción. Varios compañeros que empezaron conmigo la carrera, precisamente porque creían que sería fácil o porque no sabían que estudiar, no duraron ni un mes, algunos se cambiaron de estudios y otros simplemente lo dejaron. Yo era buena estudiante en el instituto y podría haber elegido hacer muchas otras carreras; es más, pedí fisioterapia en Alicante y me aceptaron, pero decidí irme a Murcia a estudiar Educación Física porque era lo que más quería.

Tampoco hace falta que seas un deportista de alto nivel para poder aprobar los exámenes prácticos; se trata de que aprendamos a enseñar y no a ganar unas olimpiadas.

## 3- Dificultades en tus estudios actuales:

Los cuatro años de carrera los he vivido fuera del domicilio familiar. Los dos primeros años estuve viviendo en una residencia en la que estaba sola en una habitación y no tenía que compartir nada con nadie. Así que, en cuanto al hecho de la convivencia, muy bien, porque prácticamente no la había, exceptuando algún vecino/a que ponía la música demasiado alta en algunas ocasiones, pero si se pasaba de la raya, se lo decías y asunto arreglado.

Los dos últimos años de carrera he estado compartiendo un piso con las dos chicas con las que mejor me llevaba de mi clase y la convivencia nos fue muy bien, mucho mejor de lo que hubiera imaginado. Era como estar con la familia e incluso pasábamos más tiempo juntas que lo que estás con tu familia porque íbamos a las mismas clases, cocinábamos para las tres y comíamos juntas, estudiábamos, salíamos de fiesta. Luego llegaba el fin de semana y cada una se iba a su casa con sus padres, así también descansabas de las compañeras. A mí me ha ido muy bien la convivencia, pero no suele ser así y la mayoría de gente que conozco ha tenido problemas con algún compañero de piso: que si no limpia, que si no respeta a los demás, que si trae a casa todos los días a gente y molestan, etc. Lo mejor que se puede hacer para evitar o minimizar discusiones, es organizar las tareas de la casa (y estén escritas en papel a la vista de todos) e intentar hablar sobre lo que te molesta o les molesta a los compañeros antes de llegar a situaciones extremas.

En cuanto a elegir seguir viviendo con los padres, vivir en un piso con otros estudiantes o en una residencia, todo dependerá de tus posibilidades económicas y personales. En mi caso, no me quedaba otro remedio que vivir fuera de la casa de mis padres porque no iba a estar yendo y viniendo de Benidorm a Murcia. Cuando llegué a Murcia el primer año, preferí vivir sola porque no conocía a nadie allí y, meterte en un piso con gente a la que no conoces, suele acabar en desastre. Si vas a estudiar en Alicante o San Juan, estas universidades están cerca y yendo en el ABEU (autobús) sale económico: lo malo son los horarios de autobuses que no siempre son los que querías (como es lógico, esto no lo cuento por propia experiencia, pero sí por la de mi hermana, que estudia en Alicante). Otra pega es que pierdes tiempo en ir y venir todos los días. El coger un piso cerca de la universidad, realmente tiene más “pegas” que ventajas: hay que limpiar, cocinar, discutir con los compañeros, lavarse la ropa y un largo etcétera. Por lo tanto, el tiempo ése que ganarías quedándote en un piso y no tener que ir y venir en autobús, no compensa porque pierdes mucho más tiempo y tienes muchas más tareas domésticas que si te quedas en casa en donde, probablemente, esas tareas las hace tu madre. Pero vivir en un piso tiene algunas ventajas, no van a ser todo inconvenientes: más posibilidades de quedar con los compañeros para hacer los trabajos de la carrera (y esto es algo importante si en tu carrera te mandan muchos trabajos, ya que quedar con la gente es complicado porque a nadie le viene bien quedar el mismo día), más independencia, más vida social, más fiestas...se adquieren unas nociones básicas de lo que significa vivir sólo, digo unas nociones básicas porque al final, siempre están el padre y, sobre todo, la madre, para resolverte muchas cosas.

La economía familiar se ve seriamente afectada, sobre todo al vivir fuera del domicilio familiar, además de tener que añadirle gastos de viajes y material escolar como las muchísimas fotocopias que necesitas. En la universidad, no se suelen comprar libros. Puede que algún profesor/a te exija o te recomiende algún libro, pero generalmente se acude a la biblioteca a consultar lo que necesites. Por lo tanto, no gastarás tanto dinero como en el instituto en comprar libros, pero sí lo gastarás en imprimir y fotocopiar apuntes que dejan los profesores/as y compañeros/as.

#### 4- Compara el IES con la Universidad:

La relación con los profesores de la universidad es menor que la que se da con los profesores del instituto, porque en el instituto somos menos alumnos en las clases, los profesores están constantemente encima de nosotros para explicarnos la materia y se preocupan más por nosotros si tenemos algún problema académico o personal. En la universidad las relaciones son más frías, aunque siempre hay algún profesor/a con el/la que tienes más confianza.

Lo mismo pasa con los compañeros de clase. En general tienes más relación con los del instituto que con los de la universidad porque en este último caso somos muchos en clase y al final solo tienes más relación con unos pocos. Aunque debido a las características de mi carrera, en las que tenemos bastantes prácticas, probablemente sea una de las carreras en las que, por lo menos, conozcas como se llama el resto de compañeros. En mi caso, sigo quedando con muchos de los compañeros/as del instituto porque somos un grupo que seguimos quedando los fines de semana cuando volvemos de nuestras respectivas universidades. Con algunos compañeros/as de la universidad hablo por el messenger y con los/las que son más amigos los veo cuando voy a Murcia de visita.

Las instalaciones de la universidad, como es lógico, son mayores y mejores, puesto que se dispone de una biblioteca mayor y con más recursos materiales. Tienen lo último en tecnologías, dispones de ordenadores y acceso a internet, hay más cafeterías e instalaciones deportivas.

Yo asistía regularmente a clase y me sentaba en las primeras filas porque si no era imposible ver nada con los 'armarios-chicos' de mi clase. Había clases aburridas y divertidas, todo depende de la asignatura, del profesor y de tu interés.

Prefería estudiar en casa y de manera individual porque me concentro mejor y me distraigo menos que en la biblioteca con tanta gente, pero eso depende de cada persona. Por ejemplo, mi compañera de piso prefería ir a la biblioteca porque en casa tenía muchas distracciones (televisión, internet...) y le costaba más ponerse a estudiar. Sí que fui a algunas tutorías, sobre todo para preguntar dudas acerca de los trabajos y éstas vienen muy bien. En mi carrera tenía bastantes trabajos grupales, lo cual hace perder mucho tiempo para ponerte de acuerdo con los compañeros y al final terminan haciendo la mayor parte del trabajo, uno o dos del grupo (éstos son las grandes desventajas de los trabajos grupales). Destacaría también, que en la universidad cuesta más ponerse a estudiar porque no tienes a los profesores detrás de ti, como en el instituto, exigiéndote que lleves la materia al día, por lo que, cuando te quieres dar cuenta, se te ha echado el tiempo encima y ya tienes los exámenes cerca.

Además de las muchas instalaciones que ofrece la universidad, también se ofrecen muchas otras cosas como competiciones deportivas dentro, cursos de variados temas, becas para estudiar dentro y fuera de España, becas de prácticas, becas de investigación, etc. Como si no tuviéramos poco con la propia carrera, algunos estamos un poco tarados y nos gusta aprender otros idiomas, adquirir conocimientos en otros temas que no se nos ofrece en la carrera, aprender a investigar, etc. En mi caso, he asistido a diversos congresos para formarme más y mejor, he realizado diferentes cursos de socorrismo, atletismo, árbitro de fútbol, escalada, fisiculturismo... todo ello de manera externa a la carrera aunque facilitado por la misma. Cuando estaba en segundo, solicité una beca Erasmus para estudiar en Inglaterra al año siguiente y me la dieron, pero por diversas razones personales decidí no ir. Y dentro de la universidad, el tercer año de carrera me metí de alumna interna: esto consiste en incorporarse en un grupo de investigación de los que hay en cada departamento y que están formados por varios profesores y algunos alumnos. Y para continuar con lo aprendido ese año, en el último año de carrera solicité una beca de iniciación a la investigación, la cual me concedieron. ¿Qué me ha aportado esto de alumna interna y de la investigación? He aprendido diversas cosas que te enseñan en la carrera, he podido ver y utilizar materiales e instrumentales que valen un "pastón" y que probablemente no pueda volver a utilizar si no es a través de una universidad, pones en práctica cosas que en la carrera sólo puedes conocer a nivel teórico, te permite estar en contacto con deportistas tanto amateurs como profesionales (por ejemplo, tuve la oportunidad de conocer y realizar diversas pruebas a las chicas de la selección española de waterpolo), también te permite conocer qué es esto de la investigación y te orienta para tu futuro en cuanto a la posibilidad

de seguir estudiando algún máster y doctorado. Durante el año de la beca, llevé a cabo un inicio de investigación sobre un tema de mi interés y tuve la oportunidad de exponer mi trabajo en un congreso.

Algo que también ofrece la universidad es que permite poner en práctica muchas de las cosas aprendidas: son las prácticas de la carrera. Tendrás entre varias opciones para elegir. En mi caso podíamos hacerlas de gestión, de educación en institutos, en gimnasios, en centros de salud prescribiendo ejercicio físico, entrenando en diversos deportes. Yo decidí realizar las prácticas con la ONCE y en un centro ocupacional. Con la ONCE realicé prácticas de psicomotricidad con niños, y de gerontogimnasia con los mayores y, también estuve en un campamento con los niños. Después me llamaron para contratarme como monitora en un campamento de verano. Y en cuanto al centro ocupacional, para los que no sepáis lo que es, digamos que se asemeja a un instituto para personas adultas con alguna discapacidad psíquica. Aquí se les enseñan diversos oficios y también tienen clases de Educación Física. En estas clases es donde yo hice las prácticas con los diversos grupos que había y con sus diferentes discapacidades. Para los sorprendidos, ¡Sí, estos colectivos de personas, también practican actividad física!. Me encantaron estas prácticas y las volvería a elegir porque me han aportado muchos beneficios personales, además de los académicos. Te hacen darte cuenta de las cosas tan insignificantes de las que nos quejamos todos, cuando hay gente que sí tienes problemas serios y apenas se queja.

## 5- Consejos que darías a los alumnos de este instituto y que te habría gustado que te hubieran dado a ti:

En cuanto a los consejos que puedo dar a los futuros universitarios: a pesar de algunas desventajas que haya escrito acerca de estudiar en la universidad, también hay ventajas y seguramente serán los mejores años de tu vida (vives por tu cuenta y haces lo que quieres sin tener que dar explicaciones a nadie, conoces mucha gente y hay fiestas todos los días de la semana). Así que, estudiad lo que os gusta, pero también mirando a lo que os queréis dedicar en un futuro y disfrutad de los años de universidad al máximo porque se pasan demasiado rápido.