



El juego y la recreación para el desarrollo integral



Instituto
Nacional de
Aprendizaje

Núcleo Salud, Cultura y Artesanías



En este documento estudiaremos:

- Los conceptos de juego, lúdica y recreación, así como algunas de sus características.
- Beneficios del juego y la recreación para el desarrollo integral.
- Juego en la primera infancia.
- El juego guiado y juego libre.
- El juego y la afectividad.



Juego, lúdica y recreación

Los conceptos de juego, lúdica y recreación se interrelacionan y complementan en la labor de asistencia para la niñez; todas las situaciones de aprendizaje que experimenta el niño y la niña deben tener un carácter lúdico para que tengan mejor sentido; “es mediante el juego que la niñez desarrolla la imaginación, lo gozoso, la creatividad y la libertad” (BCEP, señalado por la Subsecretaría de la Educación Parvularia, 2019). A continuación, la definición de cada uno de estos conceptos según algunos autores:

Gómez (2017), define el **juego** como “una actividad placentera, libre y espontánea, sin un fin determinado, pero de gran utilidad para el desarrollo infantil”. Constituye la principal herramienta para el aprendizaje, la construcción de la identidad, la iniciativa y la confianza para actuar y desenvolverse en la sociedad.



La **lúdica**, es una cualidad humana que favorece la creatividad, permitiendo ver y representar situaciones, desde distintas perspectivas creativas, fomentando las emociones positivas y placenteras (Domínguez, 2015). Es una actitud de diversión y disfrute ante las diversas actividades de la vida.

La **recreación** es el desenvolvimiento placentero y espontáneo de la persona en el tiempo libre para satisfacer: el descanso, entretenimiento, expresión, aventura y socialización (García, 2017).

El juego, la lúdica y la recreación son vitales para el desarrollo del niño, niña y adolescentes porque propician: bienestar, satisfacción y oportunidades de aprendizaje para la vida.

“Jugar no es un descanso del aprendizaje. Es un aprendizaje interminable, encantador, profundo, atractivo y práctico. Es la puerta al corazón del niño.”

Vince Gowmon



En el siguiente cuadro se establecen algunas características de cada uno de estos conceptos:

Juego	Lúdica	Recreación
Reglas establecidas.	Sin reglas.	Sin reglas.
El aprendizaje es libre y espontáneo.	Método de aprendizaje (intención).	El aprendizaje es libre y espontáneo.
Tiempo y lugar determinados.	Momentos de entretenimiento y disfrute para aprender.	Momentos en espacios de relajación o entretenimiento.
Juegos de todo tipo.	Dinámicas y juegos instructivos.	Actividades seleccionadas por gusto personal.
Manifiesta la naturaleza humana y cultural.	Expresa necesidad de comunicar sentimientos, y producir emociones de gozo y placer y diversión.	Estimula la relajación y la socialización.

Es importante llevar a cabo actividades lúdicas, de juego y recreación en los contextos educativos o de cuidado y asistencia a la niñez, ya que permiten el desarrollo de competencias, habilidades y valores sociales y culturales. Al jugar generalmente se siguen algunas reglas preestablecidas, se interactúa de manera dinámica con otros y se comparte la diversión al permitir la expresión de emociones y sentimientos, por lo que los tres conceptos se encuentran siempre interrelacionados.





Beneficios del juego y la recreación

El juego y la recreación son importantes en el desarrollo integral de los niños, niñas y adolescentes, porque mejora su calidad de vida y les proporciona importantes beneficios emocionales, cognitivos, y físicos. Además, impulsa el desarrollo creativo, social y cultural.

Emocionales:

- Genera placer y diversión.
- Fomenta el intercambio de valores.
- Establece y fortalece vínculos entre pares y con las personas adultas.
- Permite expresar puntos de vista, experiencias y frustraciones.
- Favorece la comunicación y expresión de emociones como sorpresa, expectación o alegría.
- Posibilita el aprendizaje y la práctica de las habilidades sociales básicas.
- Promueve destrezas para tomar decisiones y descubrir los intereses propios.
- Crea habilidades de negociación, trabajo compartido y hábitos de cooperación.
- Promueve la valoración de la regulación de los conflictos con sus pares mediante pactos y acuerdos.
- Desarrolla la autoconfianza y la capacidad de recuperarse rápidamente de los contratiempos o de las adversidades.
- Favorece la inclusión social, la empatía, y la participación en comunidad. Además, de prevenir comportamientos antisociales, violentos y disruptivos.
- Permite que la niñez sea autocrítica respecto a sus actitudes incoherentes con la amistad y la convivencia dentro del grupo y en las relaciones interpersonales.





Cognitivos:

- Estimula varios tipos de aprendizaje.
- Desarrolla la concentración y atención.
- Posibilita que la población infantil descubra sus alrededores.
- Permite valorar la importancia de las normas y reglas.
- Ayuda a comprender los diferentes roles de las personas adultas.
- Enseña a aprender, pensar, recordar y resolver problemas.
- Facilita comprobar y experimentar creencias sobre el mundo.
- Despierta la imaginación, y conecta a la PME con su entorno.
- Favorece el desarrollo de la imaginación, creatividad y memoria.
- Aumenta la autoconfianza al vencer desafíos e imprevistos del entorno.
- Incrementa el vocabulario sobre los contenidos del centro de interés del juego.
- Desarrolla la capacidad de relacionarse, empatizar y resolver conflictos adecuadamente.
- Desarrolla la capacidad sensorial y estética hacia sus propias realizaciones y las de otras personas.
- Estimula el enfrentar y resolver nuevas dificultades, aprendiendo de las diferentes experiencias.
- Favorece la comprensión de nociones como: tamaño, forma y textura, así como, las relaciones espaciales.
- Mejora la preparación para el aprendizaje y desarrollo cognitivo, al permitirles recrearse sin temor al fracaso.
- Desarrolla la atención, la concentración y la capacidad de expresarse en el diálogo entre iguales y con las personas adultas.
- Permite identificar comportamientos agresivos, egocéntricos o elitistas frente a comportamientos respetuosos, solidarios o afectuosos.





Físicos:

- Mejora la ubicación en tiempo y espacio.
- Desarrolla la coordinación y el equilibrio.
- Estimula el movimiento y actividad física.
- Favorece el desarrollo de diferentes destrezas motoras.
- Mejora la percepción corporal y el control de los propios movimientos.



Juego en la primera infancia



Videos:

[Juego en la primera infancia](#)

[El juego guiado](#)

[El juego libre](#)

[El juego y la afectividad](#)

[La PME y el juego](#)





Referencias

De Educación Parvularia, S. (2019). Taller complementario N° 1: Principios pedagógicos de la Educación Parvularia.

<https://bibliotecadigital.mineduc.cl/bitstream/handle/20.500.12365/16824/2019-08-07-taller-final.pdf?sequence=1>

Domínguez, C. (2015). *La lúdica, una estrategia pedagógica despreciada*.

<http://www3.uacj.mx/DGDCDC/SP/Documents/RTI/2015/ICSA/La%20ludica.pdf>

García, P. (2017). *El concepto de la recreación en el ámbito educativo*.

<https://elcasopablo.com/2017/06/20/el-concepto-de-recreacion-en-el-ambito-educativo/>

Gómez, J. (2017). *El juego infantil y su importancia en el desarrollo*.

<https://www.slideshare.net/JuliethPaolaVanegasGil/el-juego-infantil-y-la-importancia-en-su-desarrollo-73034263>

Nota: Las imágenes, iconografía, fotografías y demás elementos utilizados para ilustrar los diferentes temas expuestos, fueron extraídos de diferentes sitios web externos a nuestra Institución. Sin embargo, con el fin de respetar los derechos de autor y convexos aclaramos, que estás serán utilizados única y exclusivamente con fines educativos.