









Índice

[El juego (I): Introducción: Conceptos generales. Teorías del juego: causales, finales y estructurales. Evolución del juego en el ciclo vital humano. Antropología del juego. El juego como medio educativo. Clasificación epistemológica del juego motor. El juego motor en los programas de educación física y recreación](about:blank) 1

[Índice 2](#_heading=h.gjdgxs)

[1.](#_heading=h.30j0zll) Introducción 3

[2.](#_heading=h.1fob9te) Conceptos generales 4

[3.](#_heading=h.3znysh7) Teorías del juego: causales, finales y estructurales 5

[3.1.](#_heading=h.2et92p0) Teorías causales del juego 5

[3.2.](#_heading=h.tyjcwt) Teorías finales del juego 6

[3.3.](#_heading=h.3dy6vkm) Teorías estructurales del juego 6

[4.](#_heading=h.1t3h5sf) Evolución del juego en el ciclo vital humano 7

[5.](#_heading=h.4d34og8) Antropología del juego 10

[6.](#_heading=h.2s8eyo1) El juego como medio educativo 11

[7.](#_heading=h.17dp8vu) Clasificación epistemológica del juego motor 11

[8.](#_heading=h.3rdcrjn) El juego motor en los programas de Educación Física y recreación 14

[9.](#_heading=h.26in1rg) Bibliografía 15

# Introducción

El presente tema inicia el tratamiento de un fenómeno tan complejo como es el juego, que entronca con otros fenómenos culturales como puede ser el deporte y la educación física y que puede ser abordado desde muy distintas disciplinas y enfoques. El juego es característico de una etapa que llamamos infancia que, en caso de los humanos, es la más extendida dentro de todos los seres vivos.

El juego es fundamental para el desarrollo y aprendizaje de capacidades necesarias para la vida adulta. No solo desde el punto de vista meramente mecánico como correr, saltar, lanzar —que sin duda eran vitales por ejemplo en la era de cazadores-recolectores—, sino también es fundamental para el desarrollo de la inteligencia.

Si además sumamos a la actividad física desarrollada durante la actividad lúdica, la capacidad simbólica e imaginativa del juego de roles (somos superhéroes, piratas, tigres o leopardos…), el potencial de esa actividad lúdica crece exponencialmente. Y no solo en relación al desarrollo cognitivo sino además al desarrollo socio-afectivo, de relación con los demás. Es el lugar ideal para el desarrollo de la empatía (ponernos en el lugar del otro) mediante los distintos roles adoptados en el juego y la progresiva adquisición de reglas que van pasando de más egocéntricas a sociales.

Es por todo ello que el juego constituye una parte fundamental dentro del ámbito educativo y de formación no reglada de las personas, como puede ser en el ámbito de la recreación.

Para el desarrollo del tema vamos a establecer diversos apartados.

El primero de ellos se centrará en **definiciones y conceptos generales** vinculados a las manifestaciones lúdicas. Así mismo, veremos también las **raíces etimológicas** del juego, las **características** primarías y secundarias del juego.

En la siguiente sección nos ocuparemos de las distintas **teorías** que han tratado el tema del juego, agrupándolas en tres grandes categorías como son las teorías causales, finales y estructurales.

La siguiente sección trata la cuestión del juego en su **relación con las etapas madurativas y de desarrollo** del ser humano según diversos autores.

Continuaremos de forma breve con la exposición de cómo la antropología ha tratado la cuestión del juego, conectando la visión antropológica con un análisis evolutivo de las manifestaciones lúdicas en el reino animal y proponiendo líneas de intervención mediante programas informados mediante estudios antropológicos.

La siguiente sección introduce la realidad del **juego como medio educativo**, fundamentalmente vinculado a la educación formal en las clases de educación física pero también a ámbitos de formación fuera de la escuela como puede ser el recreativo. Continuamos con una **clasificación** epistemológica del juego, que va de más genérica a más específica y cierra con clasificaciones operativas vinculadas al ámbito de la educación física. Estas clasificaciones entroncan con la última sección que trata el **papel** de lo lúdico en programas de **educación física y recreación,** mostrando recomendaciones genéricas sobre su aplicación.

# Conceptos generales

El concepto de juego es más o menos fácil de entender en el uso cotidiano dentro de los distintos ámbitos que abarca. Pero a su vez, esa misma diversidad de usos hace compleja la definición desde un punto de vista científico-académico.

El juego se vincula:

* a actividades de destreza, astucia o azar, o combinaciones de las mismas
* a actividades físicas realizadas sin finalidad y sometida a reglas
* a actividades de diversión y entretenimiento de niños y en menor grado de adultos;
* a actividades relacionadas con el mundo del arte creativo (poesía, teatro, danza, pintura y música).

Al pertenecer a muy distintos ámbitos, el concepto de juego implica connotaciones diversas, que van desde la diversión y entretenimiento, a lo no útil o no productivo, lo no serio, lo realizado con facilidad, ligereza, frivolidad o irresponsabilidad, lo estético o artístico y llega hasta lo erótico/sexual y placentero.

En definitiva, esa diversidad hace complicado dar una definición cerrada y satisfactoria del fenómeno juego porque tanto los usos como las connotaciones han ido variando a lo largo de la historia. Además, cada disciplina científica trata el juego desde un enfoque específico y particular. Así, por ejemplo, el neurocientífico **Stuart Brown** (2014) considera que el juego no es lo opuesto al trabajo (concepción clásica sobre el juego como actividad no seria/no productiva) sino lo opuesto a la depresión, debido al estado de creatividad y vitalidad desarrollado en la actividad lúdica.

Han sido muchos los autores que a lo largo de los últimos dos siglos han tratado de definir la actividad conocida como juego, pero quizás la obra de **Johan Huizinga (1972)** ***Homo Ludens***, ha sido la que ha realizado un estudio más profundo sobre la cuestión. El autor holandés define el **juego** como:

**Actividad u ocupación voluntaria, que se realiza dentro de ciertos límites establecidos de espacio y tiempo, atendiendo a reglas libremente aceptadas, pero incondicionalmente seguidas, que tiene su objetivo en sí mismo y se acompaña de un sentimiento de tensión y alegría.**

Según **Huizinga**, el término juego proviene tanto de los vocablos latinos “ludus”, “ludere”, “lusus” (nociones referidas a juego infantil, recreo, competición, representación teatral, litúrgica y juegos de azar) como de la acepción posterior de “iocus”, “iocari” (vinculado al chiste, la broma).

Atendiendo a las **características del juego**, podemos diferenciar entre primarias y secundarias.

* Como **primarias** encontraríamos que es una actividad pura y con un fin en sí misma, espontánea y placentera.
* Como **secundarias** encontraríamos que es una actividad con límites espacio-temporales, reglada, competitiva y comunicativa y que puede implicar actividades de destreza física, estrategia, azar o combinación de varias de ellas.

# Teorías del juego: causales, finales y estructurales

Las distintas **teorías** que abarcan el **análisis del juego** pueden englobarse en tres grandes categorías:

* 1. **Teorías de causa eficiente o causales:** intentan descubrir las causas que provocan la aparición del juego. Responden a la pregunta **¿Por qué se juega?**
  2. **Teorías de causa final o teleológicas:** intentan desentrañar las finalidades u objetivos del juego. Responden a la pregunta **¿para qué se juega?**
  3. **Teorías estructurales:** investigan la propia esencia y estructura interna del juego. Responden a la pregunta **¿qué es o cómo se desarrolla el juego?**

### Teorías causales del juego

Dentro de las **teorías causales** encontramos principalmente:

* 1. **Teoría del descanso y la distracción:** el juego es distracción, elemento de recreo y de restitución de fuerzas perdidas. Se entiende como una actividad compensatoria.
  2. **Teoría de la energía superflua** (Herbert **Spencer**, con antecedentes en F. Schiller): en el animal inferior solo se aprecian actividades de subsistencia. El animal superior (como el ser humano) no emplea todo su tiempo en necesidades de subsistencia, obteniendo un exceso de energía que canaliza y consume a través del juego. Los juegos son actividades imitativas de los adultos.
  3. **Teoría del atavismo** (**Stanley Hall**): los juegos se suceden según etapas relativamente constantes y generales definidas por el contenido de la actividad lúdica. Esos contenidos se corresponden con actividades ancestrales cuyo orden de sucesión ha sido el mismo en el curso de la historia humana. El juego tiene como función esencial liberar a la especie de esos residuos ancestrales a la vez que apremia o acelera etapas superiores.
  4. **Teoría catártica** (**Harvey A. Carr**): el juego tiene como función servir de válvula de escape o catarsis de conductas negativas o antisociales, como la agresividad, violencia, autoridad coercitiva o dominio impositivo de los otros, o el afán de destrucción.

### Teorías finales del juego

Dentro de las teorías de **causa final o teleológicas** encontramos:

* 1. **Teoría del ejercicio preparatorio** (Karl **Gross**): los juegos son pre-ejercicios, actividades no utilitarias que aparecen de forma instintiva en la etapa de crecimiento de las especies animales superiores. El juego se canaliza a través de los instintos propios de cada especie y tiene como función preparar al animal para la vida adulta.
  2. **Teoría de la derivación por ficción** (Édouard **Claparède**): el juego es sustituto durante la infancia de las actividades serias de la adultez, a las que no se tiene acceso por no estar capacitado para ellas o no se le permite acceder. El juego es una actividad abierta a la ficción. La función simbólica es lo que caracteriza la naturaleza del juego. El juego permite al niño tener el protagonismo que la sociedad de adultos les niega.
  3. **Teoría psicoanalítica** (Sigmund **Freud**, Heinz Hartmann): el deseo (la libido) se manifiesta desde el nacimiento y se orienta hacia la consecución de objetivos que dan placer. La libido es fundamentalmente de carácter sexual y rige el instinto de vida/amor (Eros), contrario al instinto de muerte (Thanatos). Si no se alcanza lo querido, se dan frustraciones, traumas, complejos que quedan en el subconsciente. En el juego el niño puede realizar deseos inconscientes reprimidos. Además, le ayuda a compensar posibles traumas y la angustia producida por la vida misma.

Según **Anna Freud,** el juego no sería solo un mecanismo compensativo sino adaptativo: permite mediante la repetición, afrontar situaciones que generan ansiedad en el niño. **Heinz Hartmann** consideraba que las funciones principales del juego consistían en la satisfacción alternativa de los instintos del ser humano, la defensa contra la ansiedad y la aportación a la síntesis del ego.

### Test

Esto es un test

### Teorías estructurales del juego

Dentro de las **teorías estructurales** encontramos:

* 1. **Teoría de la dinámica infantil** (F.J. **Buytendijk**): la infancia explica el juego, ya que el niño juega porque es niño. El juego es un impulso originado por el afán de libertad, de independencia, propios del individuo. Es un ingrediente más de la conducta humana que sirve al niño para descubrir al mundo y a sí mismo. El juego es una forma de exteriorizar “lo infantil”. Es un medio terapéutico natural contra las posibles neurosis que llenan la infancia. Cuanto más se juega más se incrementa la posibilidad de evitar ser un neurótico traumático de adulto. En cuanto a su organización, el juego es esencialmente rítmico, es decir, existen en él actitudes de tensión – relajación, que son manifestaciones claras de su ambivalencia.
  2. **Teoría de la estructura del pensamiento** (Jean **Piaget**): el desarrollo cognitivo del ser humano pasa por etapas sucesivas invariantes. El organismo tiende al equilibrio y para ello va adaptando sus estructuras cognitivas y esquemas al interactuar con el medio. La adaptación implica un equilibrio entre “asimilación” (proceso por el cual se somete la realidad a esquemas existentes, incluso deformándola) y “acomodación” (proceso por el cual los esquemas deben variar para entender/operar sobre la realidad). El juego infantil es expresión, a nivel de conducta, de la asimilación de lo real al “yo” que se aleja o disocia de la acomodación, subordinándola y haciéndola funcionar por sí misma”. Como funciones principales se encuentran tanto la consolidación de esquemas sensorio motores o mentales como el favorecer la aparición y adquisición de nuevos esquemas más complejos.
  3. **Teoría socio-cultural** (Daniil **Elkonin**): esta teoría tiene sus bases en el análisis sobre el desarrollo cognitivo de Lev Vygotski, dependiente de la interacción con otros compañeros y adultos, adquiriéndose poco a poco funciones mentales superiores. Elkonin ve el juego en edad preescolar como la actividad rectora en ese nivel de desarrollo mental. El juego permite autoregulación (al ofrecerle experimentar entre objetivos a corto y largo plazo), descentramiento cognitivo (poder ver las cosas desde distintas perspectivas y coordinarlas), representaciones mentales (separando significado de objetos físicos presentes) y heteroregulación (asume reglas vinculadas a roles)

# Evolución del juego en el ciclo vital humano

Diversos autores desde la psicología o la psico-pedagogía han tratado el tema del juego dentro del desarrollo humano, desde la etapa infantil hasta la adolescencia (véase resumen en Fig. 1). Como **estudios clásicos más importantes** podemos destacar los de:

* + 1. **Guy Jacquin**, que en su obra *La educación por el juego* (1954), realiza un estudio de la evolución de los juegos de los niños de 4 a 15 años, en el que pone de manifiesto los juegos más característicos en las distintas edades.
* En los **3-5 años** se dan **juegos de proeza**. El niño/a se pone obstáculos a vencer de forma individual
* de los **5-6 años**, se dan **juegos de imitación exacta**
* de los **6-7 años**, **juegos de imitación ficticia**
* de los **7-9 años**, **juego colectivo descendente** en los que el niño/a se quiere integrar en el grupo, pero mandando o imponiéndose sobre los demás
* de los **9-11 años**, **juego colectivo ascendente** en el que el niño/a intentará entrar en un grupo con niños/as más mayores y participar en sus juegos
* de los **11-13 años**, **juegos colectivos de cooperación** o juego en gran colectivo.
* Etapa adecuada para la iniciación deportiva; de los **13-14 años**, **juegos de evasión**, vinculados a la duda por los cambios físicos
* de los **14-15 años**, **deportes variados y juegos de competición.**
  + 1. **Jean Chateau** en su obra *Psicología de los Juegos Infantiles* (1958), hace una clasificación de los juegos en dos grandes grupos, **juegos reglados** y **no reglados**, introduciendo entre ellos los **juegos de destrucción** (que se prolongarán en los de desorden y arrebato).
* Los juegos no reglados se dan fundamentalmente de los 0 a los 3 años. No tienen orden. Son comunes a todos los animales. Están destinados al conocimiento y desarrollo del propio cuerpo. Entre ellos encontramos los
  + 1. juegos funcionales, (arrastrarse, gatear, caminar),
    2. juegos hedonísticos (ruidos, tacto, juego con brazos, manos, dedos, morder, chupar…) y
    3. juegos con lo nuevo (juega con arena, objetos, cuna, etc.).
* Los juegos de destrucción están entre los no reglados y los reglados, y participan de las características de ambos. El niño comienza su autoafirmación. Son comunes a los animales (en el hombre mediante impulsos controlados, moralidad). Se producen durante los 3 primeros años, pero tienen su continuidad en los juegos de desorden y arrebato (de los 6 a los 10 años, que son juegos de tipo destructivo por impulsos de tendencias insatisfechas).
* Los juegos reglados, son específicos del ser humanos y se dan a partir de los 2-3 años. Desarrollan la personalidad del sujeto. Obedecer la regla hace que el individuo se autoafirme. Entre ellos encontramos
  + 1. **juegos de imitación o figurativos** (juegos de imitación familiar y entorno cercano: (2 a 6 años),
    2. **juegos de imitación ficticia** (de 7 a 8 años),
    3. **juegos de imitación colectiva** (8 a 13 años),
    4. j**uegos de construcció**n (de los 2 a los 4 años, aunque duran toda la vida),
    5. **juegos de regla arbitraria** (de los 3-4 a los 7 años),
    6. **juegos de proeza** (6-10 años),
    7. **juegos de competición**.
    8. **Charlotte Bühler** en su obra *La recreación infantil* (1965) diferencia varios tipos de juego. Encontramos el
    9. juego funcional, con el propio cuerpo (0 a 3 meses) y
    10. con objetos (3 meses a 2 años);
    11. juego de representación (o de acciones dramáticas) (1 a 6 años), diferenciando entre representación de contenido lúdico (sobre el año y medio) y de contenido simbólico (entre los 3 y 3 ½ años); y
    12. el juego de construcción (1 ½ a 14 años) cuyo origen está en el juego funcional con objetos.
    13. **Jean Piaget** en su obra *La formación del símbolo en el niño* (1961), afirma que el **juego es la expresión del pensamiento infantil**. La evolución de la inteligencia tiene que ir paralela con la evolución del juego. Afirma que hay tres tipos de inteligencia asociados a tres tipos de juego.
    - **La inteligencia sensoriomotriz** (de 0 a 2 años), se corresponde con los **juegos de simple ejercicio**, que son los juegos de los animales superiores, y sirven para el desarrollo funcional y para el desarrollo de la inteligencia en el caso del hombre. No aparecen en estos juegos ni ficción ni reglas.
    - **La inteligencia representativa** (de 18meses/2años a 12 años), se corresponde con los **juegos simbólicos**, que se componen de juegos de simple ejercicio a los que se les añade la capacidad de ficción o representación, elemento diferenciador entre el ser humano y el resto de animales.
    - La **inteligencia reflexiva**  (+ 7 años) se vincula a **juegos de reglas**, que se componen de juegos de simple ejercicio hechos en grupo y contienen tres características fundamentales: son de tipo social y persiguen un interés común; poseen carácter competitivo; son los juegos que sobreviven en la edad adulta.
    1. **Daniil Elkonin:** en su obra *La psicología del juego* (1980) diferencia **cuatro niveles de juego de roles o protagonizado**, de menos a más maduro. El juego avanza de estar centrado en el objeto (2-3 años) a estar centrado en las relaciones (4-5 años).

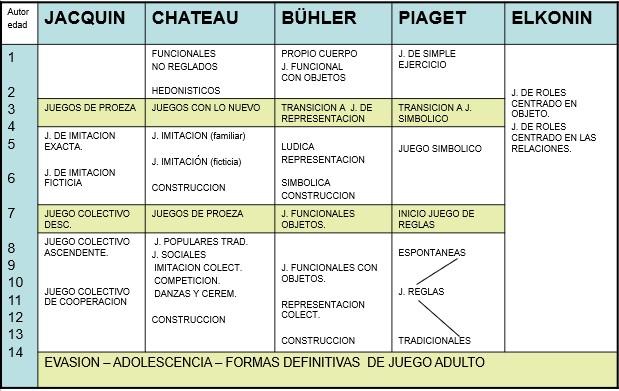


Figura. 1 Cuadro resumen sobre la aparición del juego en etapas de desarrollo humano según distintos autores.

# Antropología del juego

Hemos visto en anteriores apartados cómo el juego es una actividad esencial para el desarrollo del ser humano. Desde el punto de vista **biológico-evolutivo**, no solo los humanos juegan (hay muchos ejemplos de conducta lúdica en el reino animal, véase **Bekoff y Byers, 1998**), pero sí son los que más juegan. A medida que aumenta la complejidad biológica, aumenta también la autonomía respecto a los patrones genéticos heredados por la especie y más importancia toma el aprendizaje y eso que de forma genérica llamamos cultura.

Independientemente de la cultura a la que nos estemos refiriendo, el juego aparece como una constante en el desarrollo humano. Es por ello que la **antropología cultural** puede ocuparse del juego y así lo han hecho por ejemplo estudios clásicos como el de **Blanchard y Cheska** (1988), que analizaban las manifestaciones de juego en distintas culturas y su relación con los juegos competitivos que en la modernidad se institucionalizarían como deportes modernos.

Desde el punto de vista antropológico, el fenómeno del juego puede investigarse vinculado a distintas vías como por ejemplo la descripción de los comportamientos lúdicos y la cultura material (objetos, espacios, arquitecturas…) de una cultura específica o desde un punto de vista comparativo intercultural; el estudio de los juegos y deportes tradicionales en sociedades primitivas tribales; el análisis del juego como factor de enculturación, aculturación, conservación cultural y adaptación al cambio; o la relación del juego y el deporte con otras manifestaciones culturales de determinadas sociedades, como por ejemplo el ritual y las creencias religiosas.

A su vez, las investigaciones antropológicas sobre el juego podrían ayudar a una mayor y mejor comprensión del juego y el deporte como medio educativo multicultural que puedan informar programas o políticas de intervención y cooperación internacional o mediante el desarrollo y la administración de programas deportivo-recreativos para poblaciones migrantes o con características especiales (reclusos, marginación social, etc.) que constituyen en sí realidades culturales distintivas.

# El juego como medio educativo

El juego motor representa una pieza fundamental para el desarrollo de cualquier programa de enseñanza vinculado a niños/as y jóvenes, ya sea en el entorno de la educación física dentro de la escuela como en otros ámbitos de aprendizaje. El juego en el contexto educativo debe considerarse como medio y/o contenido de la educación física, junto con el deporte, el ejercicio sistemático, el movimiento expresivo o las actividades en el medio natural. De forma genérica, deberíamos tener en cuenta que el juego ha de tener mayor prevalencia en las **primeras edades infantiles**, con una presencia casi exclusiva en edad preescolar (2-6 años) y en equilibrio con otras actividades hasta los 12 años.

Como hemos visto en anteriores apartados, las manifestaciones lúdico-motrices son fundamentales desde el punto de vista del desarrollo humano, fomentan actitudes positivas como la colaboración, la solidaridad o la no discriminación y además contienen en sí un alto grado de motivación, lo que las hace muy propicias para el desarrollo de las clases.

De acuerdo con recientes investigaciones (Rudd et al., 2020) la **“alfabetización física”** de los niños/as ha disminuido respecto a generaciones anteriores y este hecho tiene que ver, entre otras cosas, con que las condiciones de vida actuales desincentivan la actividad física y el juego en la calle. Según estos autores, el juego es fundamental para generar patrones no estandarizados y situaciones cambiantes (tanto de objetivos como de medio ambiente) que demanden distintas soluciones motrices. Por tanto, los juegos son fundamentales para desarrollar esa amplia y rica alfabetización respecto a las actividades físicas; una razón de peso para su inclusión en el entorno educativo como ámbito de desarrollo social más amplio.

# Clasificación epistemológica del juego motor

La clasificación de los juegos motores había sido ya realizada por autores clásicos como el propio pionero de la educación física, **Guts Muths** (1759-1839) que los distinguía de los juegos de sociedad, de los de mesa y de tablero, de los de inteligencia y de adivinanzas y otras formas pobres en movimientos. Así, Muths distinguía dentro de los juegos motores diversidad de secciones, vinculadas a aspectos formales. Hablaba de juegos callejeros que dependían de la estación del año, de juegos menores, de juegos gimnásticos, escolares, juegos varios, de travesuras y otras denominaciones, juegos deportivos, juegos mayores de equipo, o juegos competitivos.

Propuestas más modernas se han centrado en clasificaciones genéricas sobre el juego (como la de **Caillois**), específicas sobre el juego motor (como la praxiológica de Parlebas) o incluso operativas vinculando juego a educación física (Blández o Hernández Antón y Moreno Palos).

**Roger Caillois** (1994) propuso una clasificación genérica sobre el juego que fácilmente es transferible al ámbito del juego motor. Para el autor, los juegos se diferencian en cuatro grandes familias:

* **agón** (**competición**),
* **alea** (**azar**),
* **illinx** (**vértigo**),
* **mimicry** (**simulacro, imitación**).

Cada una de esas categorías se debate entre los polos de la paidia (abarca las manifestaciones espontáneas del instinto de juego) y el ludus (referido al esfuerzo, al cálculo y paciencia para superar obstáculos). Como juegos/deportes dentro de estas categorías podríamos decir que todos los que implican competición más o menos reglada pertenecen a agón y los llamados juegos/deportes de aventura, extremos, de riesgo se vincularían a illinx. Los de mimicry aparecían en todos aquellos juegos en los que se trata de tomar un rol (cazador, brujo, carcelera, etc.) y los de alea siempre que algún elemento de azar se vincule al juego motor.

**Pierre Parlebas** (2001) propone una clasificación de los juegos deportivos, a los cuales el autor define como “Toda situación motriz de enfrentamiento codificado denominado “juego” o “deporte” por las instituciones sociales”. Lo hace atendiendo a tres criterios básicos que pueden estar presentes o ausentes en la actividad:

* **si existen o no compañeros** (C),
* **adversarios** (A)
* **incertidumbre** debida al medio en el que se dan las actividades (I).

Con la combinación de los tres criterios llegamos a ocho posibles categorías (ver Figura 2).

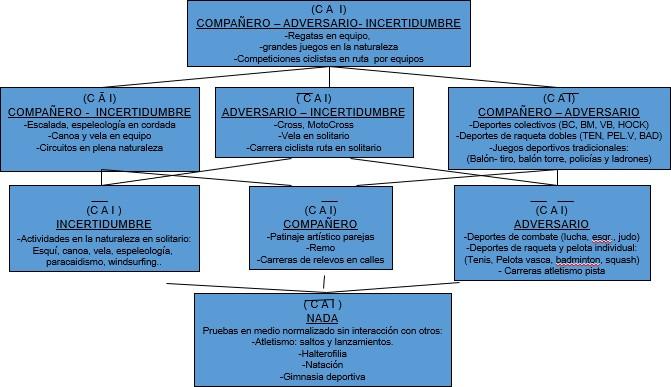


Figura. 2 **Clasificación de los juegos deportivos según Parlebas.** La presencia de — encima de las letras C, A, I implica ausencia de ese criterio en la categoría.

Centrándonos de manera más específica en los juegos que podemos observar dentro de la educación física, encontramos diversas propuestas de clasificación operativa.

**Blázquez** (1999) clasifica los juegos motores a partir de la situación motriz en la que se encuentra el alumnado al realizar la actividad. Así diferencia entre:

* **dimensión social** (juego individual, grupo o equipo),
* **grado de participación** (eliminación progresiva, participación total, intervención libre, intervención parcial),
* **nivel energético** (muy activos, activos, intensidad media, baja intensidad),
* en función de la **dificultad** (corporales, desplazamientos, dependientes del objeto),
* en función del **efecto** (sensoriales, motores, anatómicos, orgánicos, gestuales) o
* en función del **movimiento** (marcha, carrera, salto, lanzamientos, lucha, equilibrio, coordinación).

Por su parte, **Hernández Antón y Moreno Palos** establecen una clasificación basada en la utilización didáctica del juego motor en educación física y en el ámbito recreativo. Así, diferencian entre:

* ***Juegos sensoriales*:** tienen como contenido básico la sobreutilización de un sentido corporal mediante la anulación del resto. Presentan una media/baja intensidad ya que la anulación de los sentidos corporales entorpece el movimiento. Son especialmente adecuados para la última parte de la sesión porque favorecen la recuperación fisiológica activa.
* ***Juegos motores*:** implican una actividad motriz gruesa (carreras, saltos, desplazamientos…) y una alta intensidad. Son adecuados para las partes inicial y media de la sesión.
* ***Juegos de desarrollo anatómico*:** implican predominio del trabajo muscular y articular. Presentan intensidad media y son adecuados para la parte media de la sesión, siendo más estáticos que los motores.
* ***Juegos gestuales o predeportivos*:** implican la utilización de habilidades motrices básicas y específicas. Presentan intensidad media y son adecuados para la parte media de la sesión. Son utilizados en los procesos de iniciación y enseñanza deportivas.

# El juego motor en los programas de Educación Física y recreación

Atendiendo a la **clasificación de Navarro** (1992) sobre los juegos o formas jugadas organizadas que se pueden emplear en las clases de educación física o ámbito recreativo de ocio, encontramos:

1. ***Formas jugadas*:** son estructuras de juego muy simples y de duración corta. Se puede utilizar en las etapas de iniciación deportiva, o incluso en el entrenamiento deportivo para fomentar ciertos aspectos prácticos.
2. ***Juegos populares y tradicionales*:** fruto de la evolución de las sociedades y concebidos para el entretenimiento.
3. ***Juegos predeportivos*:** adaptados en su complejidad estructural y funcional para desarrollar la iniciación deportiva.
4. ***Juegos recreativos*:** en los que no se atiende tanto a la forma de aplicación o los objetivos específicos de enseñanza. Se trata de que todos/as puedan participar y disfruten.

Una ordenación lógica de los juegos vinculados a distintas **etapas educativas** progresaría desde:

* formas jugadas simples en los dos primeros ciclos de Primaria, con duración breve, reglas simples y poca exigencia técnica
* pasaría al predeporte y las formas jugadas para la iniciación deportiva de duración media, mayor complejidad de reglas y mayores exigencias técnicas en el tercer ciclo de Primaria y el primer ciclo de la ESO
* y llegaríamos al deporte (incluyendo las diferentes formas jugadas, juegos recreativos, y juegos predeportivos) con duración más larga, reglas complejas y alta exigencia técnica y física en el segundo ciclo de la ESO y en Bachillerato.

Tanto los juegos recreativos como los populares y tradicionales permiten una mayor flexibilidad a la hora de incluirse en cualquiera de las etapas educativas.

El acercamiento genérico realizado en este primer tema referido al juego ha mostrado la complejidad de un fenómeno tan amplio, pero tan esencial dentro del propio desarrollo del ser humano. A pesar de las distintas teorías y clasificaciones parece haber un consenso amplio sobre la utilidad de lo lúdico como herramienta fundamental dentro de ámbitos educativos, ya sean formales (clases de educación física) o informales (ej. programas de recreación). La especificación de cómo llevar a cabo sesiones en las cuales se puedan utilizar juegos como medio educativo en sí o como preparación para la iniciación deportiva se realizará en una segunda parte, tratada en el siguiente tema.

# Bibliografía

Bekoff, M., y Byers, J. A. (Eds.). (1998). *Animal play: Evolutionary, comparative and ecological perspectives*. Cambridge University Press.

Blanchard, K. y Cheska, A. (1988). *Antropología del deporte*. Barcelona. Bellaterra.

Blázquez, D. (1999). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Barcelona. Ed. INDE.

Brown, S. (2014). *Juega*. Madrid. Books for pocket.

Bühler, C. (1965). *La recreación infantil*. Buenos Aires. Paidós.

Caillois, R. (1994). *Los juegos y los hombres*. Madrid. Alianza.

Chateau, J. (1958). *Psicología de los juegos infantiles*. Buenos Aires. Kapelusz.

Elkonin, D. (1980). *La psicología del juego*. Madrid. Visor.

Huizinga, J. (1972). *Homo Ludens*. Madrid. Alianza.

Jacquin, G. (1954). *La educación por el juego*. Madrid. Atenas.

Navarro, V. (1992). El juego infantil. En VVAA (Eds) *Fundamentos de educación física para enseñanza primaria* (pp.629-653). Barcelona. Ed. INDE.

Parlebas, P. (2001). *Juegos, deporte y sociedad: léxico de praxiología motriz*. Barcelona. Paidotribo.

Piaget, J. (1961). *La formación del símbolo en el niño*. Méjico. FCE.

Rudd, J. R., Pesce, C., Strafford, B. W., y Davids, K. (2020). Physical literacy-a journey of individual enrichment: an ecological dynamics rationale for enhancing performance and physical activity in all. *Frontiers in Psychology*, *11*, 1904.