

# El juego como herramienta principal en las clases de educación física



**TRABAJO FIN DE GRADO**

**OPCIÓN: REVISIÓN BIBLOGRÁFICA**

**TITULACIÓN: GRADO EN CIENCIAS DE LA AF Y EL DEPORTE**

**UNIVERSIDAD MIGUEL HERNÁNDEZ DE ELCHE**

**CURSO ACADÉMICO: 2015/2016**

**ALUMNO: MANUEL PÉREZ BLEDA**

**TUTORA ACADÉMICA: CELESTINA MARTÍNEZ GALINDO**

## ÍNDICE

1. CONTEXTUALIZACIÓN .....	1
2. PROCEDIMIENTO .....	4
3. REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA .....	4
4. DISCUSIÓN.....	12
5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN .....	13
6. BIBLIOGRAFÍA.....	16
7. ANEXOS.....	19

## 1. CONTEXTUALIZACIÓN

Los cambios sufridos en nuestro país, en terreno político, económico y educativo han provocado una renovación de esquemas y conceptos. La actividad física ha ampliado sus horizontes en los que durante un largo tiempo tan solo había cabida para el mundo del cuerpo (Blázquez, 1992). Los movimientos ciudadanos reivindicando el derecho a hacer ejercicio físico que estamos experimentando en los últimos tiempos por medio de organizaciones y participaciones en eventos deportivos en “terreno de todos” (calles, plazas, laderas de los ríos, etc.) han sensibilizado y reactivado el interés por analizar y regenerar la cultura del cuerpo. Toda esta evolución ha provocado luchas, enfrentamientos, posturas opuestas, en definitiva, según Blázquez (1992.), crisis. Ahora bien, esta crisis se puede entender como un movimiento decisivo a partir del cual se produce o bien una progresión o bien una regresión. Es por ello que, para provocar la primera consecuencia (progresión) esta preocupación, rebelión y/o transformación debería ser común y estar organizada entre los diferentes órganos competentes responsables, esto es, educación – política - social.

El ámbito educativo no ha escapado a todas estas transformaciones, de manera que también han impregnado a la educación física escolar. Así, durante este tiempo de evolución, han sucedido hechos, han evolucionado modalidades y tendencias que han provocado que algunos profesionales no supieran adaptarse a los cambios provocados por la excesiva velocidad del cambio (Blázquez, 1992). Ejemplo claro de ello lo encontramos en la consideración hacia el deporte y la actividad física. De manera que hemos pasado en veinte años de infravalorarlo a considerarlo elemento indiscutible en nuestra vida; de ser algo anecdótico en los medios de comunicación a ser uno de los ejes de mayor expectativa social. De igual forma, si nos fijamos en la pedagogía, fenómenos como la psicomotricidad, sociomotricidad, expresión corporal, etc.... hacen que la lista de transformaciones se haga cuanto menos larga y cuanto más confusa.

En definitiva, todo lo acontecido en la sociedad ha provocado cambios en la orientación de la educación física. Sin embargo, tal y como hemos comentado, uno de los aspectos a tener en cuenta ha sido la velocidad con la que se han provocado estos cambios (un ejemplo lo tenemos en la cantidad de leyes que han regido el marco educativo español en los últimos tiempos), ya que todo proceso de cambio necesita de tiempo para afianzarse y acomodarse. De lo contrario, puede provocar confusión y desorientación y consecuentemente puede generar caos y descontrol. Es por ello que, tal y como defiende Blázquez (1992), los cambios excesivamente vertiginosos sufridos en la educación no han permitido reflexionar de forma crítica y serena sobre la dirección y el rumbo hacia las que dirigir las energías y esfuerzos docentes. De manera que ha habido una tendencia colectiva a dejarse llevar por la inercia centrífuga de los acontecimientos.

Ante esta situación de caos político, de enrevesadas leyes educativas, de en saltación social desmesurada, etc., el docente de educación física puede olvidarse de su función, del porqué y el para qué de su tarea, de sus objetivos, contenidos y finalidades, convirtiéndose en mera marioneta de intereses comerciales, institucionales o ideológicos. Se hace necesario un momento de pausa en la evolución de la enseñanza de la educación física que permita a los docentes asimilar los cambios, recuperar metodologías y/o herramientas válidas de tiempos atrás que descartaron por dejarse llevar por la corriente y de crear nuevas propuestas con sentido crítico y real (atendiendo a la situación de la sociedad y la juventud de hoy en día).

Es por ello que, mediante el presente trabajo se pretende recuperar como herramienta pedagógica en educación física al **juego**. Si bien, podemos pensar que su importancia está y ha estado presente durante un tiempo ya en el currículum por medio del bloque de contenidos destinado al mismo (Juegos y Deportes), sin embargo esto no es más que una aproximación a la realidad. Y esta la realidad es que el juego ha sido uno de los grandes marginados de la EF ya

que continuamente han tenido que enfrentarse al deporte de masas, elemento privilegiado de nuestra materia, de manera que, la mayoría de las ocasiones, su puesta en escena ha sido un tanto anecdótica y muy excepcional. Para ello, tan solo hay que revisar los contenidos a impartir en este bloque recogidos por los decretos curriculares respectivos (el 112/2007 para ESO en 2º y 4º ESO y el 87/2015 para 1º y 3º ESO durante este curso lectivo en la Comunidad Valenciana) con el fin de observar como éstos hacen referencia fundamentalmente a su “hermano” el deporte (ver tabla 1 y 2).

**Tabla 1. Contenidos curriculares del BC de Juegos y Deportes para la 2º y 4º ESO**

Decreto 112/2007	<b>CONTENIDOS PARA 2º ESO</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>El juego como marco de aprendizaje y desarrollo personal.</b></li> <li>- Las habilidades específicas.</li> <li>- Características básicas y comunes de las habilidades deportivas: normas, reglas, aspectos técnicos y tácticos.</li> <li>- Ejecución de distintas combinaciones de habilidades gimnásticas y acrobáticas</li> <li>- <b>Práctica de juegos regulados y adaptados, convencionales y modificados, populares y tradicionales, que faciliten el aprendizaje de los fundamentos técnicos/tácticos y las estrategias de ataque y defensa comunes a los deportes individuales, de adversario y colectivos.</b></li> <li>- Realización de actividades cooperativas y competitivas encaminadas al aprendizaje de los fundamentos técnicos y tácticos de un deporte individual, de adversario y colectivo.</li> <li>- <b>Conocimiento y práctica de juegos y deportes populares y tradicionales de la Comunitat Valenciana.</b></li> <li>- <b>Práctica de actividades lúdicas y deportivas individuales y colectivas, de ocio y recreación: los deportes lúdicos, los juegos populares, los juegos cooperativos, los juegos de confianza.</b></li> <li>- Respeto y aceptación de las normas y los reglamentos.</li> <li>- Valoración de los juegos y deportes populares y tradicionales de la Comunitat Valenciana, con especial atención a la Pelota Valenciana en sus modalidades más sencillas, de ejecución y práctica, como parte de un patrimonio cultural que hace falta preservar.</li> <li>- <b>Valoración de las posibilidades lúdicas del juego y el deporte para la dinamización de grupos y el disfrute personal.</b></li> </ul>
	<b>CONTENIDOS PARA 4º ESO</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Los deportes dentro de la sociedad actual: aspectos sociológicos, culturales y económicos.</li> <li>- <b>El juego y el deporte en el tiempo de ocio.</b></li> <li>- La competición dentro de la práctica deportiva: el valor recreativo añadido.</li> <li>- Realización de actividades encaminadas al aprendizaje y al perfeccionamiento del deporte individual, de adversario o colectivo.</li> <li>- Planificación de propuestas de actividades aplicables a los deportes que se practican, y llevarlas a la práctica de manera autónoma.</li> <li>- <b>Práctica de actividades individuales y colectivas de ocio y recreación.</b></li> <li>- Planificación y organización de campeonatos deportivos.</li> <li>- Realización de un trabajo crítico sobre el tratamiento mediático de las diferentes modalidades deportivas, género y el deporte u otros temas de interés sociológico.</li> <li>- <b>Resolución de conflictos en situaciones reales de juego mediante técnicas de relajación y de dinámica de grupo.</b></li> <li>- Cooperación y aceptación de las funciones atribuidas dentro de una tarea de equipo.</li> <li>- <b>Valoración del juego y el deporte como medios de aprendizaje y desarrollo de cualidades físicas, psicomotrices y socioafectivas.</b></li> <li>- Apreciación de las repercusiones que la práctica habitual de actividades físicas-deportivas tienen sobre la salud y calidad de vida.</li> <li>- Interés por la procedencia del material deportivo utilizado en el marco del comercio justo.</li> <li>- Conocimiento y práctica de las diferentes modalidades de Pelota Valenciana, con especial atención a las modalidades más complejas de realización dentro de las prácticas de deportes populares y tradicionales de la Comunitat Valenciana, como un medio de disfrute y conservación del patrimonio cultural de nuestra Comunitat.</li> </ul>

Tabla 2. Contenidos curriculares del BC de Juegos y Deportes para la 1º y 3º ESO

Decreto 87/2015	<b>CONTENIDOS PARA 1º ESO</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Adquisición de habilidades básicas gimnásticas globales: desplazamientos, saltos, equilibrios, giros, trepas, etc.</li> <li>- Explicación y realización de actividades cooperativas y competitivas encaminadas al aprendizaje de los fundamentos técnicos y tácticos de un deporte individual, como por ej. Actividades acuáticas, actividades atléticas, etc.</li> <li>- Utilización de figuras, en función de sus posibilidades motrices desarrollando actitudes no competitivas de cooperación y participación. El movimiento coordinado: equilibrio y agilidad, como base para la experimentación de golpeos, lanzamientos y recepciones de móviles con una y dos manos.</li> <li>- Práctica de actividades cooperativas y competitivas encaminadas al aprendizaje de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios de los juegos como el colpbol y deportes de colaboración-oposición como p.ej. el baloncesto y fútbol-sala y de oposición como p.ej. las actividades de lucha, etc.</li> <li>- <b>Preparación y práctica de juegos y deportes adaptados como p.ej. el goalball para desarrollar comportamientos inclusivos entre el alumnado.</b></li> <li>- <b>Valoración de las posibilidades lúdicas del juego y el deporte como dinámica de grupos y disfrute personal.</b></li> <li>- <b>Estrategias básicas de los juegos y deportes de oposición: enfrentamiento, espacios de acción próximos, tiempo limitado, crear desequilibrios en el oponente.</b></li> <li>- <b>Estrategias básicas de los juegos y deportes de colaboración-oposición: participantes, espacio y tiempo de juego y utilización de objetos, comunicación y contracomunicación motriz, subroles estratégicos, técnica.</b></li> <li>- Golpes específicos de la pelota valenciana con distintos móviles, aplicándolos a un juego de equipo como el raspall básico.</li> <li>- Historia de la Pelota Valenciana, como parte de un patrimonio cultural que hace falta preservar.</li> <li>- <b>Juegos populares y tradicionales de nuestro entorno y del mundo: de percepción, de persecución, de saltar y montar, de habilidad y lanzamiento, etc.</b></li> <li>- <b>Los juegos populares y tradicionales para potenciar la inclusión y respeto a las tradiciones y la multiculturalidad.</b></li> </ul>
	<b>CONTENIDOS PARA 3º ESO</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- El factor cualitativo del movimiento: los mecanismos de percepción, decisión y ejecución de los deportes individuales, respecto al modelo técnico planteado.</li> <li>- <b>Aplicación de las habilidades específicas a los juegos y deportes individuales, aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios como por ej. actividades acuáticas y actividades atléticas, respetando las normas y reglas establecidas, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.</b></li> <li>- Práctica de figuras afianzando el equilibrio en diferentes posturas y situaciones, desarrollando actitudes de cooperación y participación, fomentando actitudes no competitivas (p.ej. acrogimnasia) .</li> <li>- El movimiento coordinado y su aplicación en la práctica mediante la realización de actividades circenses como juegos malabares, diábolo, juegos acrobáticos y de equilibrio y actividades de patinaje, mejorando su nivel técnico, mostrando actitudes de esfuerzo, autoexigencia y superación.</li> <li>- Realización de actividades cooperativas y competitivas encaminadas al aprendizaje de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios de juegos como p.ej. el Softball, deportes de colaboración-oposición como p.ej. Unihockey y rugby imagen, y de oposición como p.ej. las actividades de lucha.</li> <li>- <b>Preparación y práctica de juegos y deportes adaptados como p.ej. boccia para desarrollar comportamientos inclusivos en el alumnado.</b></li> <li>- <b>Actividades lúdicas y deportivas colectivas, de ocio y recreación: los deportes alternativos, los juegos con material reciclado, los juegos cooperativos, los juegos de confianza, valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.</b></li> <li>- <b>Estrategias básicas de los juegos y deportes de oposición: enfrentamiento, espacios de acción próximos, tiempo limitado, crear desequilibrios en el oponente.</b></li> <li>- <b>Estrategias básicas de los juegos y deportes de colaboración-oposición: participantes, espacio y tiempo de juego y utilización de objetos, comunicación y contracomunicación motriz, subroles estratégicos, técnica.</b></li> <li>- Los golpes específicos y los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios de las modalidades de pelota valenciana como raspall al carrer y trinet, nyago y frare.</li> <li>- Aspectos sociológicos y culturales de la pelota valenciana en la actualidad.</li> <li>- <b>Juegos populares y tradicionales de nuestro entorno y del mundo: de percepción y velocidad de reacción, de palmas y choque de manos, de fuerza, de pelota, etc.</b></li> <li>- <b>Los juegos populares y tradicionales para potenciar la inclusión y respeto a las tradiciones y la multiculturalidad.</b></li> </ul>

Atendiendo a todo lo expuesto, este trabajo se articula en torno a la propuesta del juego con el objeto de ofrecer conocimientos sobre el mismo (conceptos, clasificaciones, beneficios, etc.), debatir y aportar información que permita determinar si el juego es un contenido que debe cobrar peso en las programaciones didácticas de la materia de EF, en todos sus niveles tal y como ya han defendido otros estudios (Bañeres, Bishop, Cardona, Garaigordobil, y Rodríguez, 2008; Miranda, Cáceres, Fernández, García, y Velázquez, 1995; Torres, 2007). Atendiendo a la bibliografía revisada, se defenderá su utilización, y si realmente puede ser útil para los docentes en sus clases de educación física (Rivero, 2008) concluyendo con una propuesta de intervención con la que ofrecer a los profesores una herramienta para llevar a sus clases de educación física.

## 2. PROCEDIMIENTO

Para la revisión bibliográfica de este trabajo se han utilizado las siguientes bases de datos:

- Revista Apunts
- Researchgate
- Revista Iberoamericana de Educación
- Dialnet
- Google Académico

Las palabras clave introducidas en la búsqueda fueron: *Juego, educación física, beneficios del juego, historia juego*.

Al finalizar la búsqueda, se obtuvieron un total de 65 artículos. Tras su análisis, 51 fueron los seleccionados por su relación directa sobre el trabajo y por aportar información válida al mismo. De todos ellos, ningún artículo fue de lengua inglesa, mientras que los 51 artículos usados son de lengua española.

## 3. REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

Previo a introducirnos en defender el valor educativo de los juegos y su importancia como contenido a impartir en la Educación Secundaria Obligatoria, se hace necesario, en primer lugar realizar una **aclaramiento conceptual** de los términos a tratar, debido al empleo indistinto que se utiliza en la bibliografía especializada. Así, tal y como hemos observado, el uso de unos términos u otros está supeditado a la **evolución histórica** que ha sufrido el juego y el deporte en nuestro país. Atendiendo a la revisión realizada de las diferentes aportaciones y justificaciones dadas por especialistas en la temática (García Serrano, 1974; Lavega Burgués, 2000; Martín Nicolás, 2002; Moreno Palos, 1992; Parlebás, 1989, 2001), podemos extraer como concepto del término juego a toda *actividad libre, espontánea, placentera y con una finalidad en sí misma*. Diferenciándolo así de otro término al que tradicionalmente se ha vinculado como es el término deporte (situación motriz, sujeta a reglas que definen una competición, rasgo que descarta las actividades libres e improvisadas).

Situación similar a la conceptualización del término juego ha sufrido su **clasificación**. Al respecto, encontramos de igual forma, diferentes aportaciones en la bibliografía no exentas de discusión ya que en la mayoría de las ocasiones, las clasificaciones no se refieren al aspecto a clasificar en sí, el juego, sino que responden a la forma que adquieren algunos elementos del mismo (material, lugar, acción, jugadores o la finalidad) y/o se remiten tan solo a las prácticas

lúdicas de adultos, obviando a la población infantil y adolescente, que es el ámbito en el que nos centramos en este trabajo.

Al respecto, García Serrano (1974) clasifica los juegos de acuerdo a unos criterios básicos de actividades que guardan relación entre sí, distinguiendo entre:

- Juegos atléticos (ejercicios de fuerza)
- Pruebas de puntería
- Juegos de pelota
- Juegos y deportes hípicos
- Lucha de animales.

Por su parte, Moreno Palos (1992), elaboró la siguiente clasificación basada fundamentalmente en criterios asociados al ámbito de la EF:

- Juegos y deportes de locomoción
- Juegos y deportes de lanzamiento (a distancia y precisión)
- Juegos y deportes de pelota y balón
- Juegos y deportes de lucha
- Juegos y deportes de fuerza
- Juegos y deportes acuáticos
- Juegos y deportes con animales
- Juegos y deportes de habilidad en el trabajo
- Otros juegos y deportes diversos no clasificados.

Autores como Caceres, Fernandez, García, y Velázquez, C. (1995) distinguían entre:

- Juegos de destreza y adaptación
- Juegos de cooperación y cooperación/oposición
- Juegos de iniciación a las habilidades deportivas
- Juegos tradicionales y autóctonos

Posteriormente, Ferreres (2004) modificó la propuesta de Lavega y Olaso (1999) estableciendo la siguiente clasificación:

- Juegos o formas jugadas individuales:
  - Juegos o formas jugadas individuales sin competición ni interacción.
  - Juegos individuales con competición.
    - Los jugadores pueden participar de forma separada pero en el mismo espacio (juego de bolos y tiro al blanco, por ejemplo),
    - Los jugadores pueden participar al mismo tiempo pero en otro espacio (carreras de sacos, carreras con un huevo en una cuchara, etc.).
- Juegos individuales con competición de oposición.
  - Con interacción entre los miembros, como en los juegos de lucha, de coger el pañuelo que lleva colgado el adversario...
  - Sin interacción entre los miembros, como en el frontón, la pelota vasca...

- Juegos colectivos:
  - Juegos colectivos de cooperación.
  - Juegos colectivos de colaboración.
  - Juegos colectivos de competición.
  - Juegos colectivos de competición con oposición.
  - Juegos colectivos de competición con colaboración/cooperación y oposición.
  
- Juegos mixtos: Aquí se integran todas las combinaciones que pueden hacerse entre los juegos individuales (con objetivo individual) y los juegos colectivos (con objetivos comunes).

Más recientemente, autores como Lavega, Filella, Agulló, Soldevila, y March, (2011) han clasificado el juego en 4 niveles:

- Juegos psicomotores
- Juegos cooperativos
- Juegos de oposición
- Juegos de cooperación/oposición

Por su parte, William y Magalhaes, (2011) diferenciaron entre:

- Juegos sensoriales
- Juegos motores
- Juegos intelectuales
- Juegos sociales

En definitiva, si atendemos a los conceptos mencionados, así como a las clasificaciones existentes sobre el juego, podemos decir que **la Evolución que sigue el juego** desde que nace o se crea hasta que se transforma en un deporte autóctono pasaría por los siguientes estadios:

**1º estadio: JUEGO.** A través de una iniciativa personal o grupal más o menos espontánea.

**2º estadio: JUEGO POPULAR.** Se propone a otros y se difunde.

**3º estadio: JUEGO POPULAR-TRADICIONAL.** Se mantiene en el tiempo.

**4º estadio: del JUEGO POPULAR-TRADICIONAL al DEPORTE POPULAR-TRADICIONAL.** Cuando por transmisión a otros lugares se unifican reglas.

**5º estadio: DEPORTE POPULAR-TRADICIONAL.** Aparecen representaciones institucionales. Finalmente aparece una federación que regula y controla esta actividad.

**6º estadio: DEPORTE AUTÓCTONO.** Se consolida la federación pertinente de acuerdo a la legislación vigente que la determina bajo el concepto autóctono.

Si atendemos a su concepto y a sus diferentes clasificaciones, podemos concluir afirmando que el juego presenta un gran **valor educativo**, debiendo ser contenido ineludible en toda programación de EF, en todos sus cursos y/o niveles. Sin embargo, tal y como hemos comentado en la introducción, su importancia en la formación de los adolescentes reflejada en la consideración como contenido curricular a impartir dentro del ámbito educativo ha sido un

tanto anecdótica, quedando supeditada a la voluntad del docente y con ello al currículum oculto.

Al respecto, si atendemos a la consideración de los especialistas en la temática quienes defienden que el juego forma parte de la vida de las personas desde que nacen, que todo el mundo juega o ha jugado alguna vez en su vida, y que el juego es inherente para el ser humano y está presente en todos nosotros, el juego debería estar presente también en una etapa y en un contexto en el que se fragua la personalidad de los alumnos. Afines a este pensamiento encontramos a numerosos autores (Acad y Normales, 2005; Cadarso, 1990; Euceda Amaya, 2007; Hernández, 2010; Hervas Anguita, 2008; Issn, Legal, y Jim, 2006; López Chamorro, 1989; López y Vallejo, 2002; Montañés, Parra, Sánchez, López, Latorre, Blanc, Sánchez, Serrano, y Turégano, 2000; Torres, 2007; William y Magalhaes, 2011;) para quienes el juego es importante porque está integrado en nuestras vidas y forma parte de nuestro día a día. Por ello, según estos autores, debe ser contenido independiente e ineludible a tratar en el contexto educativo y en toda programación de EF con el fin de contribuir con ello a la formación de personas en pro de una sociedad más tolerante y respetuosa para con los demás, así como productiva.

Si nos centramos en el sistema educativo en general, en los últimos tiempos estamos siendo testigos de un cambio importante en el mismo. Prueba de ello son las diferentes leyes educativas que en los últimos años han regido el panorama educativo español. Algunos de estos cambios no han sido más que productos de ideologías políticas que han provocado modificaciones en formato, pero no tanto en forma. Otros, por el contrario sí han permitido avanzar en el proceso de enseñanza-aprendizaje del alumnado, reflejándose estos últimos en los cambios a emplear por el docente en el aula en relación a los elementos metodológicos.

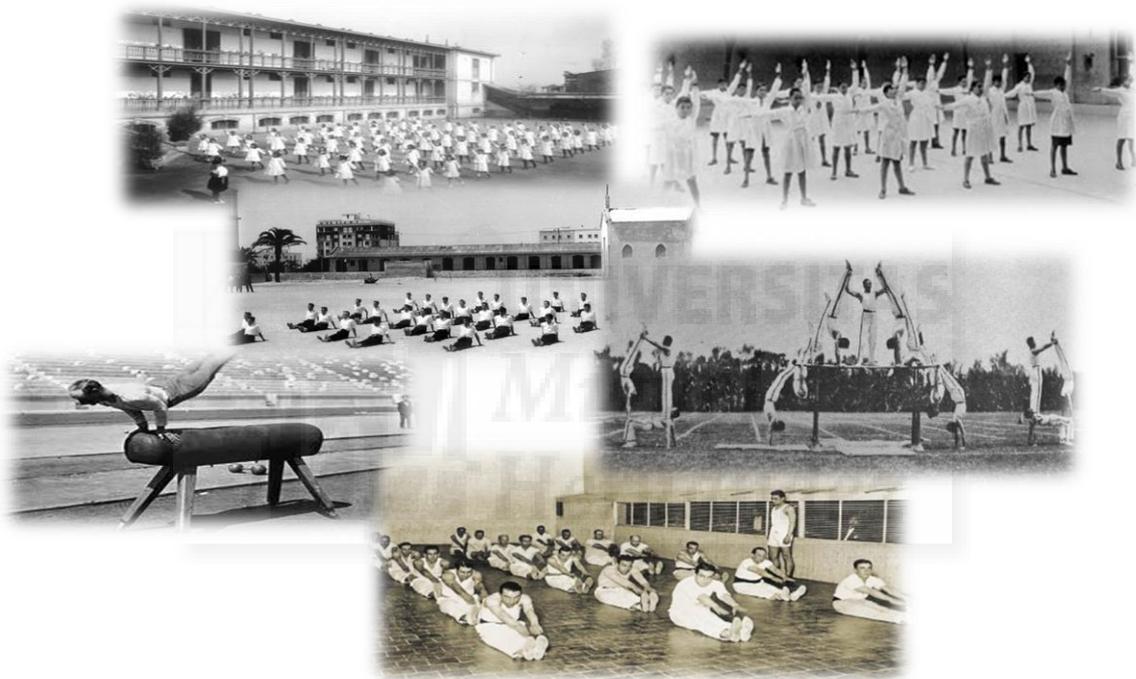
Así, en líneas generales y afectando a todas las materias del currículum, ha habido un cambio sustancial en el modelo de intervención empleado por los docentes en los últimos tiempos. Así, hemos pasado del paradigma asociacionista, que daba origen a la **pedagogía del modelo**, dirigida exclusivamente por el profesor, al que los alumnos imitaban adquiriendo un aprendizaje que se integraba automáticamente en la memoria (Ertmer y Newby, 1993; Moreno, 2000); al paradigma humanista, que surgió como reacción al paradigma asociacionista y dio origen a la **pedagogía de los ambientes**, donde el docente tenía menor protagonismo y buscaba el crecimiento personal de los alumnos creando diferentes situaciones y favoreciendo el aprendizaje por exploración (Cruces, 2008; Fabela, 2006; Hernández, 2014); y finalmente al paradigma constructivista, desarrollado en la década de los ochenta y que irrumpió en nuestro país de la mano de la reforma educativa planteada en los noventa. Su aplicación práctica en España todavía está en fase de desarrollo. La enseñanza bajo este paradigma está regulada por el profesor, que **presenta tareas significativas** para los alumnos y genera en éstos procesos reflexivos que les llevan a comprender e integrar los nuevos aprendizajes que se les van proponiendo, evitando que aprendan contenidos aislados y sin conexión aparente (Carretero, 2000; Lemini, 2008).

En base a esta evolución, en los planteamientos actuales de los currículos referentes a la intervención didáctica se propone una nueva perspectiva de los procesos de enseñanza-aprendizaje basada en la autonomía del alumno, lo que implica que éste participe activamente en la reconstrucción de sus esquemas de conocimiento previos para integrar en ellos, de manera significativa, las nuevas adquisiciones.

Si centramos estas corrientes pedagógicas en el tratamiento de la educación física, la evolución de las clases de esta materia ha sufrido un cambio importante en los últimos tiempos. Así, la visión y la intervención de los docentes ha pasado de un enfoque analítico y primordialmente físico, a una visión más íntegra y desarrolladora para el alumno, tanto física

como intelectual y emocionalmente (Dalmau, Zabala, y Gargallo, 2005). En este sentido, las clases de educación física tradicionales se regían por las siguientes características (ver figura 1):

- ▶ Por privar al alumnado de libertad, por la ausencia de iniciativa y por basarse en la rigidez escolar (William, y Magalhaes, 2011).
- ▶ Por centrarse en ejercicios gimnástico, teniendo como objetivo único, el desarrollo de las cualidades físicas y rítmicas (López Ros y Eberle, 2003; Dalmau, Zabala, y Gargallo, 2005)
- ▶ Por aplicar agrupaciones individuales, donde se buscaba la mejora de la condición física y técnica, preparación laboral y preparación para la vida militar (Devís y Gómez, 1996; Martínez Álvarez, 2000; Pascual, 1992;).
- ▶ Por la práctica de deportes únicamente tradicionales: atletismo, baloncesto, balonmano, etc. (Arroyo, 1989).



**Figura 1. Imágenes representativas de la Educación Física tradicional**

Contrario a esta tendencia tradicional, la última década se ha caracterizado por las aportaciones surgidas a la enseñanza, especialmente de los juegos deportivos, tratando de evitar la orientación mecanicista y técnica dominante en el panorama español de la educación física (Devís y Gómez, 1996; Pascual, 1992). Es por ello que la educación física de hoy en día dista mucho de la impartida anteriormente (ver figura 2). Los avances en el ámbito de la salud, de la psicología y de la ciencia, en general, han producido un cambio en la educación y por consiguiente un cambio en nuestra materia (Euceda Amaya, 2007; Flávio, Araújo, y Sales, 2010; Franco-mariscal y Serafín, 2012). Así, ahora el desarrollo moral y emocional del alumnado cobra especial importancia junto con su desarrollo físico (Euceda Amaya, 2007), de manera que en las clases de educación física se busca que las experiencias del alumnado sean emocionales y racionales, al mismo tiempo que se activa la parte cognitiva y física, lo que ayudará al alumno a desarrollarse de manera completa y armónica (Lavega y Cols. 2011).



Figura 2. Imágenes representativas de la Educación Física actual

Es bajo esta contextualización del nuevo sistema educativo, bajo la que el juego debe tener un peso importante como herramienta para fomentar una educación en valores que ya la derogada LOGSE propugnaba (educación ambiental, educación para la salud, para el consumidor, para la igualdad de sexos, para la paz, las nuevas tecnologías y el civismo) y que el resto de leyes educativas han seguido incentivando mediante el desarrollo competencial (LOE) y los elementos transversales (LOMCE), tales como: la comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual, las Tecnologías de la Información y la Comunicación, el emprendimiento y la educación cívica y constitucional, la igualdad efectiva entre hombres y mujeres, la actividad física y la dieta equilibrada y la educación en seguridad vial. Este tratamiento competencial y transversal va a propiciar el trabajo interdisciplinar, aspecto por el que las dos leyes vigentes en nuestro país en el presente curso lectivo abogan mediante la realización y puesta en práctica de **proyectos interdisciplinares**.

Así, para dar respuesta a lo que nos postula el actual marco legislativo en materia educativa, tanto el desarrollo competencial del alumno (LOE) como la adquisición de los elementos transversales (LOMCE) pueden verse satisfechos si atendemos a los beneficios que de la práctica del juego se desprenden, ya que tiene una gran influencia para el desarrollo equilibrado del niño en sus aspectos psico-motores, cognitivos, afectivos y sociales, además de desarrollar otras características como el lenguaje, ingenio, observación, voluntad, paciencia, agudeza visual, táctil y auditiva, la noción del tiempo, elegancia, soltura y agilidad (William y Magalhaes, 2011). De igual forma, a través del juego los alumnos pueden ser capaces de gestionar conflictos, debido a que durante el mismo se dan interacciones tanto con las normas del propio, como con los compañeros que muchas veces desencadenan en un conflicto que el alumno debe gestionar, debiendo intervenir el docente tan solo como último recurso para

proporcionar libertad y autonomía al razonamiento del alumno (López Ros y Eberle, 2003), tal y como promueve el actual paradigma educativo comentado anteriormente.

En esta línea, y afianzando la idea de que por medio del juego se puede educar en valores (y con ello dar respuesta a las leyes educativas) según resultados obtenidos en diferentes estudios (Bañeres y Cols. 2008; Lavega y Cols. 2011; Ripoll, 2006; Torres, 2007), los juegos favorecen la vivencia de distintas emociones. Cuando el alumno es capaz de reconocer y separar las emociones sentidas en cada juego podrá auto-gestionarse, y podrá tener una actitud positiva y crítica hacia la vida, y por consiguiente un mayor bienestar personal. Por ello, el juego no solo ayuda a divertirnos, sino que también a crear unas bases sociales y emocionales útiles para la vida diaria.

Por todo lo expuesto, resulta de suma importancia que el profesorado de educación física adquiera conocimientos dirigidos a predecir el tipo de emociones que se pueden activar acorde a los juegos utilizados. Además de proponer actividades con un diseño lógico, relacionado con la práctica corporal involucrada necesaria para cumplir el objetivo (Ripoll, 2006; Rivero, 2008). En este sentido, la metodología a emplear será fundamental para garantizar la motivación del alumnado. Si bien, uno de los rasgos prácticamente inherente de los juegos es su alto componente motivacional, si la metodología aplicada por el docente no es la correcta, puede generar el efecto contrario y con ello, el abandono de la práctica deportiva por parte del alumno.

Al respecto, en el estudio realizado por Roque, García, y Lucas (2013), en el cual se medían las emociones vividas por los alumnos al realizar distintos tipos de juegos por medio de la escala *Games and Emotions Scale* (GES) (ver anexo 1) se obtuvieron los siguientes resultados:

- Las emociones positivas tuvieron mayores resultados que las negativas.
- Los juegos sociomotores elevaban la percepción de vivencia positiva.
- En los juegos individuales y cooperativos la competición parecía ser un factor para incrementar la vivencia positiva.
- Los juegos psicomotores en solitario, sin ayudas ni adversarios mostraron una intensidad emocional inferior.

Posteriormente, Delgado, Burgués, Lozano, Martínez, y Soler, (2014), examinaron qué tipo de vivencias emocionales tenían los alumnos al aplicar diferentes clases de juegos deportivos con presencia y ausencia de competición, por medio de la escala GES, obteniendo similares conclusiones a las anteriores. A destacar:

- Los juegos sociomotores promovían emociones positivas intensas.
- La presencia de adversarios en los juegos de oposición y cooperación-oposición producía un aumento de la intensidad en las emociones negativas.
- Introducir la competición en juegos psicomotores aumentaba la intensidad de las emociones positivas.
- Introducir la competición en los juegos sociomotores aumentaba la intensidad de emociones negativas.

En otro trabajo realizado por algunos de los autores anteriores con la misma escala y ampliando las variables de estudio (Delgado, Burgués, Santandreu, Tamarit, y Curós, 2015) encontraron que:

- Los juegos sociomotores con adversario y sin competición, y los juegos de colaboración-oposición sin competición elevaban las emociones positivas de los alumnos, concretamente la alegría y el humor.

- Las juegos psicomotores no competitivos disminuían la satisfacción del alumno.
- La felicidad aumentaba en los juegos cooperativos no competitivos.
- La intensidad de las emociones negativas aumentaba con la presencia de la competición.
- La derrota en los juegos competitivos aumentaban las emociones como la ira y la ansiedad.
- Los juegos deportivos producían mayor aumento en emociones positivas que en negativas.

Como conclusión a los tres estudios anteriores que usaban la escala GES, podemos decir que gracias a los juegos deportivos los alumnos experimentarán sensaciones positivas, pero además, dependiendo de qué tipo de juego esa sensación se puede ver incrementada. Los datos de los tres estudios coinciden en afirmar que los juegos sociomotores son los que más elevan las emociones positivas de los alumnos. Además, nos dicen que los juegos psicomotores debería tener un carácter competitivo para fomentar las sensaciones positivas, mientras que en los juegos sociomotores la presencia de la competición eleva las emociones negativas.

De todo ello se desprende que el **juego sociomotor** debe cobrar especial importancia en las clases de educación física ya que es el que más sensaciones positivas crea en los alumnos. Según Parlebas (2001), en estos juegos los alumnos se relacionan de manera motriz, estableciendo un enlace motor y emocional con compañeros (cooperación) y con adversarios (oposición), o bien con ambos (cooperación-oposición). Dentro de un enfoque didáctico, podemos encontrar que el juego sociomotor puede analizarse desde tres perspectivas que van unidas a él:

- ▶ Juego en sí mismo como actividad recreativa y agradable (Parlebas, 2001).
- ▶ El juego como elemento desarrollador de la cognición del alumno (Omeñaca, y Ruiz, 2001).
- ▶ El juego como un medio socializador, mediante las capacidades sociales y relacionales permiten incorporar normas, reglas, cooperación y respeto (Moyle, 1990).

Otros estudios que han analizado la incidencia del juego en las clases de educación física como el reciente de López Nadal, Camerino Foguet, y Castañer Balcells, (2015) en el que estudiaron las tendencias motivacionales de los alumnos por medio del test AMPET (ver anexo 2), concluyeron con la necesidad de recomendar el uso de los juegos en las clases de educación física para aumentar la motivación de los alumnos, debido a los resultados positivos encontrados hacia el juego. En esta línea, otros estudios (Calvo, Santos-Rosa, Jiménez, 2005; Martí Contreras y Valls Lafuente, 2009) también han defendido la utilización del juego en clases de educación física ya que provocaba un aumento del clima motivacional y la cohesión del grupo y fomentaba la participación en vez de la competición.

Así, la utilización de un juego u otra va a estar condicionada a las características de la tarea y de los alumnos. Al respecto, los juegos deportivos y cooperativos activan las emociones positivas de los alumnos y con ello el clima del aula, pudiendo ser estos una opción válida para usar regularmente en las clases (Lavega y Cols. 2011).

Por consiguiente, con la información aportada se la ha proporcionado al docente información valiosa y justificada sobre la importancia de aplicar el juego en sus clases de educación física con el objeto de propiciar emociones agradables en los alumnos, lo que les llevará a una mayor motivación y como consecuencia una mayor adherencia a la actividad física en general y a las clases de educación física, en particular.

### 4. DISCUSIÓN

La introducción del juego en las clases de educación física es el resultado de la evolución en la docencia a consecuencia de una evolución en la ciencia. Ha quedado patente que el juego le da al alumno mucho más que diversión y movimiento.

En la revisión realizada se defiende y apoya que este cambio en la metodología es la mejor opción para crear un clima positivo y motivacional en el aula, ya que es lo que provoca tener como herramienta principal el juego, además de desarrollar de manera completa al alumno, tanto físicamente como emocionalmente.

El gran cambio se dio al pasar de actividades analíticas y sin componente lúdico, a la cara opuesta, diversión, ejercicios y juegos donde el desarrollo cognitivo, social y armónico del alumno se ve afectado de manera positiva.

Esta tendencia se está viendo cada día más, aspecto que antes no era así, puesto que las calificaciones obtenidas eran a consecuencia del buen o el mal estado físico del alumno, y las clases se limitaban a ese fin, la mejora física. Ahora el desarrollo cognitivo del alumno debe ir unido al desarrollo físico, puesto que el crecimiento emocional es tan importante como tener una buena capacidad física. Este tipo de desarrollo físico-emocional dista mucho de las prácticas convencionales, gracias en gran parte a actividades mediante los juegos. El juego tiene un valor educativo donde transmite al alumno una serie de normas y valores muy útiles para ese desarrollo armónico que tanto se busca, además produce mejoras físicas ya que el movimiento es un rasgo característico del juego.

Varios estudios concluyen que los juegos sociomotores son los más indicados para producir emociones positivas más intensas en los alumnos que los otros tipos de juegos, siendo esta información obtenida en los resultados de mucha utilidad para la docencia.

Poniendo un *“pero”*, es posible que no sea oro todo lo que reluce, y que haya situaciones donde esas actividades analíticas que se han criticado, sean necesarias para poder aprender o perfeccionar una técnica deportiva que mediante un juego puede ser insuficiente para el alumno a causa de su estado de alegría y diversión en la actividad, no centrándose en la ejecución correcta de sus acciones. Lógicamente no siempre se podrá aprender un gesto técnico mediante la forma jugada, pero la tendencia a seguir debe ser la introducción del juego por sus numerosas ventajas que tienen sobre el desarrollo del alumno y sobre el clima de la clase. Se ha visto como una sesión de aprendizaje del bote en baloncesto puede ser perfectamente eficaz con juegos donde el alumno use y aplique el bote que se quiera practicar.

En definitiva, el enfoque de las clases actuales resulta más lúdico que el de antes. Sin embargo, esta metodología lúdica no está avalada actualmente por el sistema educativo quien sigue priorizando al deporte por encima del juego en los contenidos a impartir en cada uno de los cursos que componen la ESO (tal y como hemos demostrado en la introducción del tema). De manera que su utilización queda supeditada a variables personales (gusto o no por el juego) y profesionales (formación) del docente. Para Arroyo (1989) el fin de la enseñanza con los juegos, no solo es mejorar el rendimiento de los alumnos, sino también favorecer la diversión y participación, y como consecuencia promover un estilo de vida más saludable, ya que su adherencia y diversión hace que indirectamente al alumno le apetezca moverse.

Para concluir, lo que se ha pretendido con este trabajo es conocer los beneficios del juego y demostrar su incidencia positiva en la formación de los alumnos en edades críticas. Demostrados han quedado los valores que del juego se desprende y, consecuentemente, demostrado ha quedado también la necesidad de reivindicar un espacio propio y mayor para

este contenido dentro del currículum. Los docentes deberían recordar el porqué y para qué de su finalidad profesional a fin de propiciar en sus clases situaciones y momentos que faciliten el desarrollo integral del alumno (físico, psíquico y social). Al respecto, tal y como se ha demostrado, el juego tiene una gran abanico de beneficios para los alumnos, aspecto que deberían tener presente los docentes en la elaboración tanto de sus programaciones didácticas como de aula. Por ello, en el siguiente apartado se presentan unas propuestas de intervención a realizar en futuros trabajos que parten de la revisión realizada y tiene como objetivo dar respuesta a la cuestión que Blázquez planteaba en el año 1992: ¿Hacia donde queremos que vaya la educación física?

### 5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

En el siguiente apartado se presentan una serie de propuestas de intervención que se desprenden del trabajo presentado:

Así, la primera propuesta pasaría por promover **programas de formación** del profesorado orientados a la utilización de estrategias motivacionales con las que fomentar climas motivacionales positivos en sus clases y con ello la adherencia a la práctica físico-deportiva tanto en el centro educativo como fuera del mismo.

De igual forma, se hace necesario incentivar la creación de **proyectos interdisciplinares** en los centros educativos con los que los alumnos puedan integrar los conocimientos adquiridos en las diferentes materias, fomentando con ello la relación de conocimientos: saber-saber /saber-hacer / saber-ser, tal y como propugna la LOE y LOMCE, así como sus respectivos decretos curriculares. De esta manera evitaremos aprendizajes “estanques” y propiciaremos aprendizajes inter-conexionados en un compartimiento único y para un fin común: formarse para una vida productiva, respetuosa y cívica.

Por último, aspecto importante para poder llevar a cabo las anteriores propuestas pasa necesariamente por realizar un **cambio metodológico** en el diseño y puesta en práctica de nuestras sesiones. En relación a este último aspecto, a continuación presentamos dos ejemplos de cómo convertir una clase tradicional en otra alternativa por medio del juego.

Se muestran dos sesiones de dos bloques de contenidos distintos de educación física con una metodología tradicional (color rojo), y una modificación de esas sesiones utilizando el juego como herramienta principal conservando los objetivos principales de la sesión (color verde), siguiendo las aportaciones de Devís y Gómez (1996); Pascual (1992). El objetivo de esta modificación es comparar de manera directa cómo se puede introducir el juego de manera sencilla en las clases sin modificar los objetivos principales de la sesión, fomentando además la participación del grupo de manera conjunta y hacia un fin común, de manera que la competición no aparece como fin en sí misma sino como medio para conseguir otro fin.

<b>BLOQUE: Condición física y salud</b>	<b>U.D Que la fuerza te acompañe</b>	<b>CURSO: 4º ESO</b>	<b>SESIÓN:1</b>
<b>OBJETIVOS: - Trabajar la fuerza muscular. Controlar la postura corporal</b>			<b>CONTENIDO: Fuerza- resistencia</b>
<b>TRADICIONAL</b>		<b>ALTERNATIVA</b>	
<p><b><u>Calentamiento</u></b></p> <p>Carrera continua y movilidad articular por la pista</p>		<p><b><u>Calentamiento</u></b></p> <p>- <b>Pilla-pilla</b> introduciendo variantes de salvarse y la forma de pillar</p>	
<p><b><u>Parte principal</u></b></p> <p><b>Circuito</b> por parejas de postas donde en cada posta se ejercita un grupo muscular durante 45”:</p> <p>1- Saltar a la comba 2- Abdominales 3- Empujar al compañero 4- Lucha en cuclillas 5- Subir y bajar por la espaldera 6- Arrastrar al compañero cogido de la cintura 7- Saltar de lado a lado un banco sueco</p>		<p><b><u>Parte Principal</u></b></p> <p>- <b>Carrera de relevos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* Carrera normal</li> <li>* En cuclillas</li> <li>* Haciendo la carretilla</li> <li>* Saltando obstáculos</li> </ul> <p>- <b>“Robando al ladrón”:</b> Poniendo un montón de material variado en cada extremo de la pista, cada equipo deberá ir al campo contrario y traer una pieza de material, cuando se acabe el tiempo el equipo que más material tenga en su campo gana.</p> <p>* <u>Variante:</u> Todos subidos al caballito.</p>	
<p><b><u>Vuelta a la calma</u></b></p> <p>Estiramientos</p>		<p><b><u>Vuelta a la calma:</u></b></p> <p>- Con el material obtenido en el anterior juego, los alumnos deberán formar una imagen o figura.</p>	

<b>BLOQUE: Juegos y deportes</b>	<b>U.D: Conociendo el baloncesto</b>	<b>CURSO: 1º ESO</b>	<b>SESIÓN:1</b>
<b>OBJETIVOS: - Conocer y aplicar los principales botes de baloncesto</b>			<b>CONTENIDO: Bote</b>
<b>TRADICIONAL</b>		<b>ALTERNATIVA</b>	
<p><b><u>Calentamiento</u></b> Carrera continua y movilidad articular</p>		<p><b><u>Calentamiento</u></b> - <b>Pilla-pilla</b> botando el balón</p>	
<p><b><u>Parte Principal</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Explicación teórica del bote ofensivo o de progresión y bote defensivo.</li> <li>- Correr de lado a lado de la pista usando el bote ofensivo</li> <li>- Por parejas: Uno de la pareja intenta robar el balón y el otro protegerlo</li> <li>- Aplicar lo aprendido en un partido</li> </ul>		<p><b><u>Parte principal</u></b></p> <p>Mediante indagación, intentar que el alumno descubra qué dos tipos de bote hay y después ponerlo en común.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Nido de cocodrilos:</b> La mitad de la clase con un balón botando dentro de media pista, la otra mitad intentando robar cada uno un balón, a quien le roban pasa a ser cocodrilo e intentar robar el balón. Aquí se practica el bote defensivo.</li> <li>- <b>Pañuelo con bote:</b> El juego del pañuelo pero con la variante que se lleva un balón botando para practicar el bote ofensivo y a la vez levantar la cabeza.</li> </ul>	
<p><b><u>Vuelta a la calma</u></b> Estiramientos</p>		<p><b><u>Vuelta a la calma</u></b></p> <p><b>Director de orquesta:</b> Todos botando el balón menos una persona que deberá adivinar quien está llevando el ritmo de bote de todos los compañeros</p>	

## 6. BIBLIOGRAFÍA

- Acad, F., y Normales, E. (2005). Licenciatura en Educación Física Juego y educación física Índice.
- Bañeres, D., Bishop, A. J., Cardona, M. C., I, O. C., Infantil, E., Garaigordobil, M., ... Rodríguez, F. L. (2008). El juego como estrategia didáctica Claves para la innovación educativa, 1–8.
- Blázquez Sánchez, D. (1992). Evaluar en Educación Física/2ª Edición INDE Publicaciones. *Impreso en España*.
- Burgués, P. L. (2000). *Juegos y deportes populares tradicionales* (Vol. 567). Inde.
- Caceres, M. P., Fernandez, M. I., García, M. D., y Velázquez, C. (1995). El juego no competitivo como recurso didáctico en el currículo escolar de Educación Física. *Interuniversitaria de Formación Del Profesorado*, 22, 51–60.
- Cadarso, I. A. (1990). El juego en el area de la expresion corporal. *Revista Interuniversitaria de Formación Del Profesorado*, 7, 101–111.
- Calvo Tomás, Santos-rosa Francisco, Jiménez Ruth, C. E. (2005). El clima motivacional en las clases de Educación Física: una aproximación práctica desde la Teoría de Metas de Logro. *Revista Apunts Educación Física y Deportes*, 81, 21–28.
- Carretero, M. (2000). *Constructivismo y educación*. Editorial Progreso.
- Cruces, M. G. A. (2008). La persona como eje fundamental del paradigma humanista. *Acta Universitaria*, 18(Esp), 33-40.
- D.Arroyo. (1989). El juego y su utilización en la educación física, 99–114.
- Dalmau, J. M., Zabala, M., y Gargallo, E. (2005). La Educación Física hasta su convergencia con Europa: III . - La situación actual convergencia c on Eur opa de EF ante el de, 8, 1–3.
- De, A., Issn, I. I. I., Legal, D., y Jim, E. (2006). La importancia del juego, III, 1–11.
- DECRETO 112/2007, de 20 de julio, del Consell, por el que se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunitat Valenciana.
- DECRETO 87/2015, de 5 de junio, del Consell, por el que establece el currículo y desarrolla la ordenación general de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato en la Comunitat Valenciana.
- Delgado, C. D., Burgués, P. L., Lozano, A. P., Martínez, R. M., y Soler, G. P. (2014). Educación física emocional en secundaria. El papel de la sociomotricidad/Emotional Physical Education in High School. The Role of Sociomotricity. *Apunts. Educació física i esports*, (117), 23
- Delgado, C. D., Burgués, P. L., Santandreu, C. S., Tamarit, M., y Curós, J. I. (2015). Educación Física emocional en adolescentes. Identificación de variables predictivas de la vivencia emocional. *Cultura, ciencia y deporte: revista de ciencias de la actividad física y del deporte de la Universidad Católica de San Antonio*, (28), 5-18.

- Devís, J., y Gómez, R. S. (1996). La enseñanza alternativa de los juegos deportivos: antecedentes, modelos actuales de iniciación y reflexiones finales, (Enero 1996), 159–184.
- Díez, M. D. G., Callado, C. V., Arranz, M. I. F., y García, M. P. C. (1995). El juego no competitivo como recurso didáctico en el currículo escolar de Educación Física. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, (22), 51-60.
- Ertmer, P., y Newby, T. (1993). Conductismo, cognitivismo y constructivismo: una comparación de los aspectos críticos desde la perspectiva del diseño de instrucción. *Performance improvement quarterly*, 6(4), 50-72.
- Euceda Amaya, T. M. (2007). El Juego Desde El Punto De Vista Didáctico a Nivel De Educación Prebásica.
- Fabela, J. L. G. (2006). ¿Qué es el paradigma humanista en la educación?. *Qué es el paradigma humanista en la educación*, 1(2), 3.
- Ferreres, J. O. (2004). *La animación deportiva, el juego y los deportes alternativos*. Inde.
- Flávio, M., Araújo, M. De, y Sales, A. L. De. (2010). Validación de juego educativo para la enseñanza de la valoración cardiovascular, 83–91.
- Franco-mariscal, A. J., María, J., y Serafín, O. (2012). Una revisión bibliográfica sobre el papel de los juegos didácticos en el estudio de los elementos químicos . Primera parte : los juegos al servicio del conocimiento de la Tabla Periódica, 23(3), 338–345.
- García Serrano, R. (1974). *Juegos y Deportes tradicionales en España*. Madrid: INEF de Madrid.
- Hernández, C. O. (2010). Juegos para el calentamiento en Educación Física. *EmásF: Revista Digital de Educación Física*, 6(6), 62–75.
- Hernández, G. (2014). Caracterización del Paradigma Humanista.
- Hervas Anguita, E. (2008). “Importancia del juego en primaria.” *Córdoba*, Nº 13, 1–9.
- Lavega Burgués, P., y Olaso Climent, S. (1999). *1000 Mil juegos y deportes populares y tradicionales: la tradición jugada*.
- Lavega, P. ., Filella, G. ., Agulló, M. J. ., Soldevila, A. ., y March, J. . (2011). Understanding emotions through games: Helping trainee teachers to make decisions [Conocer las emociones a través de juegos: Ayuda para los futuros docentes en la toma de decisiones]. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 9(2), 617–640.
- Lemini, M. A. R. (2008). Constructivismo educativo, actividad y evaluación del docente: relato de algunas posibles incongruencias. *Reencuentro*, 53, 125-134.
- López Chamorro, I. (1989). El Juego En La Educación Infantil Y Primaria. *Revista de La Educación En Extremadura*, 19–37.
- López, N. R., y Vallejo, J. M. B. (2002). El juego didáctico como estrategia de atención a la diversidad. *Agora digital*, (4), 13.

- López Nadal, A., Camerino Foguet, O., y Castañer Balcells, M. (2015). Evaluar la motivación en la educación física, una aplicación con AMPET. *Tándem: Didáctica de La Educación Física*, (47), 55–64.
- Martínez Álvarez, L. (2000). A vueltas con la historia: una mirada a la educación física escolar del s. xx. *Revista de Educación, Extraordin*, 83–112.
- Martí Contreras, J., y Valls Lafuente, M. (2009). Motivación y juego en el aula: La implicación del alumno en las clases de E/LE. *Foro de Profesores de E/LE*, (5), 1–10.
- Mantín Nicolas, J. C. (2002). *Juegos tradicionales y deportes autóctonos de Castilla y León*. Barcelona: Paidotribo
- Montañés, J., Parra, M., Sánchez, T., López, R., Latorre, J. M., Blanc, P., Sánchez, M. J., Serrano, J. P. y Turégano, P. (2000). El juego en el medio escolar.
- Moreno, A. S. (2000). La tecnología educativa ante el paradigma constructivista. *Revista informática educativa*, 13, 1.
- Moyles, J. R. (1990). *El juego en la educación infantil y primaria* (Vol. 16). Ediciones Morata.
- Omeñaca, R., y Ruiz, J. V. (2001). Los juegos cooperativos: una alternativa en la práctica lúdica dentro de la Educación Física. *Explorar, Jugar, Cooperar: Bases Teóricas y Unidades Didácticas para la Educación Física Escolar Abordadas Desde Las Actividades, Juegos y Métodos de Cooperación*, 19.
- Palos, C. M. (1992). *Juegos y deportes tradicionales en España*. Alianza Editorial.
- Parlebas, P. (1989). *Perspectivas para una educación física moderna*.
- Parlebas, P. (2001). Léxico de praxiología motriz. *España, Paidotribo*.
- Pascual, J. G. (1992). Educación física en España y Javier Granja Pascual.
- Ripoll, O. (2006). El joc com a eina educativa. *Educació Social. Revista D'intervenció Sòcioeducativa*,(33),11–27.
- Rivero, I. V. (2008). ¿Qué aprendemos a enseñar? El juego en la formación del profesor de Educación Física: el juego en la formación del profesor de Educación Física. *Educación Física Y Deporte*, 27(1), 43–58.
- Roque, J. I. A., García, G. G., y Lucas, J. L. Y. (2013). Formación emocional y juego en futuros docentes de Educación física. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado*, 16(1), 97-108.
- Ros, V. L., y Eberle, T. (2003). Utilizar los juegos para aprender a resolver conflictos.
- Torres, C. M. (2007). El juego como estrategia de aprendizaje en el aula. *Saber.Ula.Ve*, 1–96.
- Velazquez Callado, C. (coord.) (1995) Ejercicios de Educación Física para Educación Primaria. Fichero de juegos no competitivos. Escuela Española. Madrid.
- William, R., y Magalhaes, S. (2011). A educacion física y el juego, *14*(26), 105–112.

**7. ANEXOS**

**Anexo 4. Escala GES**

*Escala GES (Games and Emotion Scale)*

Número Alumno/a: .....Nombre del Juego:.....

Instrucciones: Lee atentamente la lista de emociones que se enumeran a continuación. Después de leer cada emoción rodea con un círculo EL NÚMERO que mejor describa QUÉ SIENTES EN ESTE MOMENTO. Los números se ordenan según la intensidad manifestada: desde 0, que significa "nada", hasta 10, que se refiere a "muchísimo".

Resultado del juego	Indica si el juego realizado es:											
	Juego sin Victoria <input type="checkbox"/> Juego con Victoria <input type="checkbox"/> ¿Cómo has quedado en este juego? Vencedor/a <input type="checkbox"/> Perdedor/a <input type="checkbox"/>											
FELICIDAD	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
COMPASIÓN	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
SORPRESA	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
ALEGRÍA	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
TRISTEZA	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
MIEDO	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
HUMOR	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
ANSIEDAD	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
AMOR	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
IRA	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
RECHAZO	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
VERGÜENZA	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
ESPERANZA	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

**Anexo 2 (TEST AMPET)**

Cuestionario AMPET						
<p>Este cuestionario busca conocer cómo piensas, sientes y vives las situaciones que se te presentan en las clases de educación física y deportes. Se te presentan 37 enunciados para que los leas atentamente y respondas con sinceridad, según sea tu grado de acuerdo o desacuerdo con ellos. Por eso, rodea al lado de cada enunciado el número que más se acerque a tu opinión. La escala va de 1 a 5. Si estás totalmente de acuerdo, rodea el 5; si estás en total desacuerdo, rodea con un círculo el número 1. Los enunciados dudosos contéstalos utilizando 2, 3 o 4, según se acerque más tu opinión al acuerdo o al desacuerdo.</p> <p>No hay respuestas correctas ni incorrectas, no se trata de un examen. No es necesario que pongas tu nombre, pero sí el resto de los datos. Recuerda que todo lo que expreses en este cuestionario será tratado de forma privada y confidencial, por eso se ruega que respondas con sinceridad.</p> <p>Gracias por tu colaboración.</p>						
<p>Datos personales: .....</p> <p>Edad (cuántos años tienes): .....</p> <p>Sexo: chico – chica</p> <p>Curso: .....</p> <p>Colegio: .....</p>						
1.	Me concentro mucho en lo que tengo que hacer en clase de EF.	1	2	3	4	5
2.	Creo que soy mejor que muchos compañeros en la clase de EF.	1	2	3	4	5
3.	A menudo, me pongo nervioso y mi rendimiento baja cuando tengo que hacer los ejercicios.	1	2	3	4	5
4.	Practico una y otra vez para conseguir hacer bien los ejercicios y los deportes.	1	2	3	4	5
5.	Antes de practicar en clase de EF, estoy intranquilo por el recuerdo de mis errores.	1	2	3	4	5
6.	A menudo, he recibido felicitaciones por ser mejor que otros compañeros en las clases de EF.	1	2	3	4	5
7.	Siempre sigo los consejos de quien me enseña bien.	1	2	3	4	5
8.	Me pongo nervioso y no puedo actuar tan bien como me gustaría.	1	2	3	4	5
9.	Puedo llegar a practicar muy intensamente, si veo que mi rendimiento en clase mejora.	1	2	3	4	5
10.	Estoy más preocupado en pensar que no lo voy a hacer bien que en pensar que sí lo conseguiré.	1	2	3	4	5
11.	Cuando en la clase de EF practico, sigo al pie de la letra las normas que establecen mis compañeros.	1	2	3	4	5
12.	Pienso que tengo mejores capacidades que otros compañeros y compañeras.	1	2	3	4	5
13.	Cuando tengo que actuar ante muchos compañeros y compañeras de la clase, hago las cosas peor de lo que acostumbro.	1	2	3	4	5
14.	Cuando practico en clase de EF, trato de mejorar, aunque sea un ejercicio difícil para mí.	1	2	3	4	5
15.	Me preocupa a menudo la derrota antes de un juego o un partido.	1	2	3	4	5
16.	Hasta ahora, soy bueno en educación física y deportes sin realmente esforzarme a serlo.	1	2	3	4	5
17.	Normalmente, escucho las cosas que me dice mi profesor o profesora de EF.	1	2	3	4	5
18.	Cuando estoy delante de los compañeros y compañeras de EF, me pongo nervioso/a y hago las cosas peor de lo que soy capaz.	1	2	3	4	5
19.	Trato de trabajar más intensamente que otros compañeros o compañeras para poder ser bueno en EF.	1	2	3	4	5
20.	Otros/otras me dicen que soy un/una deportista completo/a capaz de realizar bien cualquier ejercicio en la clase de EF.	1	2	3	4	5
21.	A menudo, me pongo nervioso/a cuando practico los ejercicios en público.	1	2	3	4	5
22.	Me tomo las clases de EF de manera más seria que otros compañeros y compañeras.	1	2	3	4	5
23.	No quiero hacer ejercicio o participar en las competiciones deportivas porque tengo miedo de cometer errores o de perder.	1	2	3	4	5
24.	Aunque no pueda hacer bien los ejercicios, nunca abandono, sino que continúo con mis esfuerzos hasta conseguirlo.	1	2	3	4	5
25.	Cuando práctico en la clase de EF, suelo llegar a ponerme más nervioso/a que otros compañeros/as.	1	2	3	4	5
26.	Obedezco los consejos de mi profesor, sin dejarlos de lado o evitarlos.	1	2	3	4	5
27.	Aunque solo cometa un error durante el juego, deseo que venga otro compañero o compañera a sustituirme.	1	2	3	4	5
28.	Puedo hacer cualquier tipo de ejercicio, por intenso que sea, si esto me puede ayudar a mejorar mi rendimiento en EF.	1	2	3	4	5
29.	En educación física y deporte, siempre tengo la sensación de ser superior, de ser mejor que los otros compañeros y compañeras.	1	2	3	4	5
30.	Cuando practico, sigo al pie de la letra las reglas y reglamentos establecidos.	1	2	3	4	5
31.	Cuando hay público, me pongo tenso/a y no puedo actuar como habitualmente lo hago.	1	2	3	4	5
32.	Practico con paciencia para conseguir hacerlo bien.	1	2	3	4	5
33.	Cuando participo en clase en una competición, a veces deseo escapar de allí porque tengo miedo de perder.	1	2	3	4	5
34.	Siempre me tomo el calentamiento muy seriamente antes de practicar en la clase EF.	1	2	3	4	5
35.	Soy bastante malo/a actuando delante de mis compañeros y compañeras de clase.	1	2	3	4	5
36.	Pienso que tengo las cualidades necesarias para ser bueno/a en EF.	1	2	3	4	5
37.	Cuando llega la hora de actuar en clase, a menudo vacilo porque temo cometer errores.	1	2	3	4	5