

Incremento de la motricidad en alumnado de infantil por medio de los juegos de mesa gigantes.

Una propuesta innovadora.

Resumen: Los juegos de mesa gigantes, son juegos de mesa tradicionales, pero a tamaño real, donde el tablero puede ser una sala, las fichas pueden ser personas y los dados son más grandes que un balón. Los juegos de mesa gigantes son un recurso muy lúdico y dinámico, siendo un medio innovador para incrementar el movimiento y la motricidad de los niños/as de la Etapa de Infantil. En este trabajo, se realiza una propuesta del juego de mesa gigante “La Oca Loca”, un juego divertido, con unas reglas generales, pero donde los contenidos de carácter motriz se van desarrollando en sesiones de educación física, adaptada a la unidad didáctica o al trabajo por proyectos de cualquier programación anual de centro. La finalidad de esta aplicación práctica es que el uso de este recurso a lo largo de todo el curso haga posible que el alumnado aumente sus niveles de actividad física y su motricidad.

Palabras clave: juego, infantil, actividad física, motricidad, educación.

1. Introducción.

La Educación Infantil (EI), es una etapa educativa que atiende a los niños y niñas desde el nacimiento hasta los 6 años, tiene como finalidad contribuir al desarrollo físico, afectivo, social, cognitivo y artístico del alumnado, así como la educación en valores cívicos para la convivencia (LOMLOE, 2020). Las edades comprendidas entre los 3 y los 6 años suelen coincidir con el primer período de etapa escolar del/la niño/a, siendo esta etapa muy significativa, debido a que todo lo que desarrolle en ella, va a servirle para las siguientes etapas de su vida (Abad et al., 2016); siendo a su vez, una etapa diana en la adquisición hábitos de vida activos y saludables, en todo su desarrollo integral (Kryst et al., 2016).

El profesorado de EI es el encargado, junto con las familias, de orientas al alumnado a lo largo de sus primeros años de vida, enseñándoles a adquirir hábitos de vida activos y saludables (Bermejo y Ballesteros, 2014). La práctica diaria de actividad física (AF) está asociada con múltiples beneficios para la salud, la AF temprana es vital para un crecimiento y desarrollo saludables en la infancia (Abad et al., 2014; Zhang et al., 2021). El alumnado que es inactivo a los 5 años de edad, tiende a serlo a lo largo de su niñez y adolescencia (Serrano, 2018). Según diferentes estudios, hay lugares en los que los/as niños/as en la etapa de EI son inactivos y no cumplen con las recomendaciones diarias de AF acordes a su edad (Coelho & Tolocka, 2020; González-Díaz et al., 2017). Se observa que las escuelas españolas contribuyen un 24 % a los niveles mínimos recomendados de AF (Lahuerta-Contell et al., 2021). Esto destaca que los entornos escolares son lugares valiosos que pueden ayudar a aumentar el nivel de AF del alumnado (Gauthier et al., 2012; Alhassan et al., 2019). En concreto, el las actividades aire libre y recreo pueden desempeñar un papel integral en la promoción de la AF y la disminución del comportamiento sedentario en este grupo de edad (Calahorro-Cañada et al., 2015; Zhang et al., 2021).

El juego, en todas sus posibilidades y dimensiones, es un recurso básico que la infancia utiliza para el conocimiento del mundo. En el continuo proceso de relación e interacción, que el juego supone, el niño y la niña van ampliando el conocimiento de sí mismo, avanzando en la construcción de su identidad y de las posibilidades de la relación social (Orden de 5 de agosto de 2008). Esto convierte al juego en el medio didáctico más idóneo para el incremento de la motricidad y la necesidad de crear propuestas didácticas innovadoras que contribuyan al desarrollo integral del alumnado de la etapa de EI (Gil-Espinosa et al., 2018). De este modo, los juegos de mesa gigantes se convierten en un recurso educativo muy útil para estimular el desarrollo integral del alumnado e incentivar su motricidad a lo largo de todo el curso escolar (Torres-Luque, 2015).

2. Los juegos de mesa gigantes en educación infantil.

Los juegos de mesa son juegos organizados que se practican sobre una mesa o una superficie parecida, en los que se emplean algunos objetos como pueden ser tableros, cartas, dados, fichas, etc. Son una buena herramienta educativa dinámica, lúdica y divertida, la cual estimula las habilidades y el desarrollo mental del alumnado, además de la creatividad y las buenas relaciones con otros compañeros/as (Pérez, 2011).

Los juegos de mesa gigantes, son juegos de mesa a tamaño real, en ellos el tablero es una sala, las fichas son personas y los dados son más grandes que un balón (Torres-Luque, 2015). En la etapa de EI

pueden utilizarse juegos de mesa populares (El parchís, Tres en raya, Las damas, etc.) o pueden ser inventados o creados como alternativa a otros ya existentes.

Los objetivos principales que se pretenden desarrollar con el uso de los juegos de mesa gigantes en el alumnado de EI son los siguientes:

- Desarrollar y fortalecer el trabajo en equipo, y con él, el juego limpio.
- Llevar a cabo actividades de motricidad de una forma muy motivadora y con las que se pretenda alcanzar un fin.
- Globalizar la enseñanza de diferentes áreas de conocimiento, como el área lingüística, matemática, plástica, geográfica, musical, etc.
- Aprender una serie de valores como la cooperación y ética frente a unas reglas de juego que se deben de respetar.
- Desarrollar los contenidos conceptuales (saber), procedimentales (saber hacer) y actitudinales (aprender a hacer).

Recomendaciones a tener en cuenta a la hora de realizar una sesión de juegos de mesa gigantes:

- Tener claro y elegir el juego de mesa que se quiere plantear en función de lo que se pretenda que el alumnado desarrolle.
- A la hora de crear el juego, elegir entre un juego de mesa que ya exista y hacerlo en tamaño real, o inventar un juego de mesa a tamaño real nuevo.
- Respecto al tablero, decidir si se quiere realizar el juego de mesa gigante con uno comprado, con uno elaborado por parte del profesorado o con uno elaborado entre el profesorado y el alumnado en el aula.
- Para llevar a cabo el juego de mesa gigante, dividir a la clase en equipos, los cuales deben de ser de más o menos miembros, dependiendo de la edad del alumnado.
- En relación a las reglas del juego de mesa gigante, se debe de tener en cuenta que, aunque los juegos de reglas se empiezan a introducir alrededor de los 4 años, hasta aproximadamente los 6 años el alumnado no empieza a tener una mayor conciencia de las mismas, por lo que las mismas deben establecerse ser adaptadas a los objetivos que se quieran conseguir y a la edad del alumnado.

Tipo de sesiones con los juegos de mesa gigantes:

- a) Sesión de Educación Física (EF): es una sesión programada para llevar a cabo durante la sesión de EF. El objetivo que se pretende desarrollar al realizar este tipo de sesión es: desarrollar las capacidades perceptivo-motrices y las habilidades motrices acordes a los objetivos de la sesión. En este tipo de sesión funcionan muy bien aquellos juegos de mesa adaptados o inventados por el profesorado para cada edad.
- b) Trabajo basado en proyectos o unidades didácticas (UD): este apartado posee dos posibilidades. Una de ellas, es que las sesiones de EF de esa UD o proyecto, se desarrollen acorde a la temática de la misma, pero por medio de un juego de mesa gigante. Por otro lado, se podría hacer una única sesión de EF al final, para que el juego de mesa gigante sirviese para analizar si el alumnado ha

adquirido los objetivos motrices determinados en esa UD o proyecto. Un ejemplo, este tipo de sesión sería un trivial en movimiento adaptado a la edad del alumnado.

- c) Programación anual: se utiliza el juego de mesa gigante durante varias ocasiones a lo largo de todo el curso escolar. El objetivo que se pretende desarrollar al realizar este tipo de sesión es: aplicar sesiones de EF con el mismo juego de mesa gigante varias veces a lo largo del curso, que siempre tiene las mismas reglas, pero el contenido cambia según el proyecto o la UD que se esté trabajando en ese momento. Un ejemplo de este tipo de sesión sería trabajar con un juego de la oca gigante, donde las casillas estén diseñadas en relación al avance en el proceso enseñanza-aprendizaje.

3. Propuesta práctica: “La Oca Loca”.

La propuesta que se presenta es emplear un juego de mesa gigante denominado “La Oca Loca”, el cual se empleará a lo largo de toda la programación de aula, con un formato de base similar, pero donde el contenido irá variando en función de la UD o proyecto que se esté desarrollando en el aula. Este recurso permitirá todos los beneficios que tiene el juego, por un lado y, fundamentalmente desarrollar la motricidad en el infante, así como incrementar los niveles de AF, así como evitar desarrollar altas conductas sedentarias en edades tempranas.

3.1. Objetivos.

- *Objetivos generales (Orden de 5 de agosto de 2008):*
- b) “Adquirir autonomía en la realización de sus actividades habituales y en la práctica de hábitos básicos de salud y bienestar y desarrollar su capacidad de iniciativa”.
- Objetivo de la primera área “Conocimiento de sí mismo y autonomía personal” y en el bloque 2: Vida cotidiana, autonomía y juego:
- 3) “Descubrir y disfrutar de las posibilidades sensitivas, de acción y de expresión de su cuerpo, coordinando y ajustándolo cada vez con mayor precisión al contexto”.
- *Objetivos específicos:*
- ❖ Desarrollar una propuesta para favorecer el desarrollo motor en el alumnado de infantil a lo largo de todo el curso académico.
 - ❖ Desarrollar las capacidades perceptivo-motrices, las habilidades motrices y las capacidades coordinativas del alumnado.
 - ❖ Mejorar los niveles de condición física (CF) del alumnado.
 - ❖ Aumentar los niveles de AF del alumnado.
 - ❖ Fomentar la competición entre el alumnado como modelo de aprendizaje.
 - ❖ Integrar las sesiones de EF como parte del contenido de la programación anual.
 - ❖ Fomentar el movimiento y el juego.
 - ❖ Conocer la importancia y los beneficios de la realización diaria de AF.

3.2. Metodología.

El juego de mesa gigante “La Oca Loca”, se llevará a cabo durante todo el curso escolar y las sesiones se trabajarán en conjunto con los proyectos o las UD que el alumnado esté trabajando en ese momento. “La Oca Loca” es un juego de mesa que el alumnado elaborará en clase junto con el profesorado, siendo el recurso principal de todas las sesiones que se realicen. Para jugar al juego de mesa gigante, la

clase debe dividirse en equipos pequeños de entre 3 y 4 alumnos/as, en función de la edad. Si los grupos fueran muy numerosos, podrían realizarse varios tableros; aspecto que es mas recomendable que hacer grupos más grandes si el alumnado no está preparado para ello. Un enfoque que se ha llevado con éxito, es emplear el juego de mesa gigante 2 veces por semana, con una duración de cada sesión de entre 45 y 60 minutos, adaptando siempre el tiempo a la edad del alumnado y los objetivos de la programación de aula que se quieran conseguir.

“La Oca Loca” consistirá en realizar un recorrido de casillas a lo largo de un espacio, donde se comenzará en una casilla de “salida” y el objetivo será llegar a la de “meta”, avanzando al ritmo de un dado y donde en cada casilla habrá que superar una prueba a nivel motriz. En este sentido, algunas recomendaciones metodológicas: Para el desarrollo del juego de mesa gigante, una vez dividida la clase en grupos, se elegirá por sorteo el turno de cada equipo. El primer equipo debe tirar el dado, avanzar por las casillas en función del número que le haya tocado y realizar la actividad que dicha casilla le indica. En el caso de no realizar la tarea o de hacerlo de manera incorrecta, el equipo deberá retroceder a la casilla anterior en la que se encontraba. Ganará el equipo que llegue antes a la casilla de meta.

El tablero será una sala grande, el gimnasio o el aula y tendrá una forma cuadrada delimitada con diferentes casillas (Figura 1). Si en algún momento determinado se quisiera modificar la forma del tablero en función del espacio elegido o bien, para el trabajo de la percepción espacial del alumnado, este podría ser circular o recto e indicar dicha forma además de con la colocación de las fichas, con el uso de alguna cuerda que indique la dirección que el alumnado debe seguir.



Figura 1: Tablero

Las casillas serán elaboradas con diferentes cartulinas, donde cada una de ellas representará una casilla del juego (Figura 2). Estas cartulinas, se modificarán con el contenido que quiera el profesorado trabajar dependiendo del contenido del proyecto o la UD que estén trabajando en ese momento. A su vez, estas casillas pueden ser elaboradas en el aula con el propio alumnado. Las casillas que deben aparecer siempre serán, como se ha comentado anteriormente, la de salida y meta. Además, se incluirán casillas como “salta a la siguiente casilla” o “retrocede una casilla”. A partir de ahí, las casillas serán tan diferentes como se quiera en relación a la temática de la UD o proyecto. Algunos ejemplos de este tipo de casillas, conexionados con la temática, sería:

- Balanza: cuando el grupo caiga en esta casilla, deberán realizar un circuito. Todos los miembros del equipo de colocarán en fila, el primer miembro cogerá un elemento que estará delante del circuito, hará el circuito completo y dejará dicho elemento al final del mismo. Despues saldrá el siguiente miembro del equipo y hará lo mismo, así hasta que todos los miembros del grupo hayan hecho el circuito. Ejemplo: si en ese momento se está trabajando el proyecto de la prehistoria, al principio del circuito el primer miembro del equipo puede coger dos piedras, hacer el circuito y dejarlas al final, los demás miembros del equipo harán lo mismo, y cuando llegue el último miembro tendrán todas las piedras para poder encender su fuego prehistórico.
- Cara sonriente: cuando el grupo caiga en esta casilla, deberán realizar una actividad. Todos los miembros del equipo se colocarán alrededor de unos aros que tendrán dentro un elemento de un color, cuando el/la profesor/a diga un color cada miembro del equipo debe meterse rápido en el aro que tenga el elemento de ese color. Si todos los miembros consiguen hacerlo en 3 ocasiones, podrán llevarse ese elemento para seguir su historia. Ejemplo: si en ese momento se está trabajando el proyecto de la prehistoria, el elemento que está dentro del aro pueden ser huesos, si consiguen acabar la actividad, podrán unir todos los huesos como un puzzle y formar un animal prehistórico.
- Caja con el payaso: cuando el grupo caiga en esta casilla, deberán realizar un juego de relevos. Todos los miembros del equipo de colocarán en fila, el primer miembro saldrá corriendo hasta el otro lado, cogerá una imagen que el/la profesor/a le indique, volverá y la dejará en la caja, cuando la haya dejado saldrá el siguiente compañero y así hasta que todos hayan realizado el juego. Si todos los miembros del grupo han cogido las imágenes correctas podrán seguir jugando. Ejemplo: si en ese momento se está trabajando el proyecto de la prehistoria, las imágenes que tendrán que coger serán pinturas rupestres.



Figura 2: Casillas

El número de casillas podrá variar en función de la longitud del recorrido, el volumen de participantes, etc., aspectos que el profesorado elegirá en relación a su clase concreta.

Respecto al dado, existen diferentes tipos adaptados a las características evolutivas del alumnado. Algunos ejemplos de los mismos se presentan en la Figura 3.

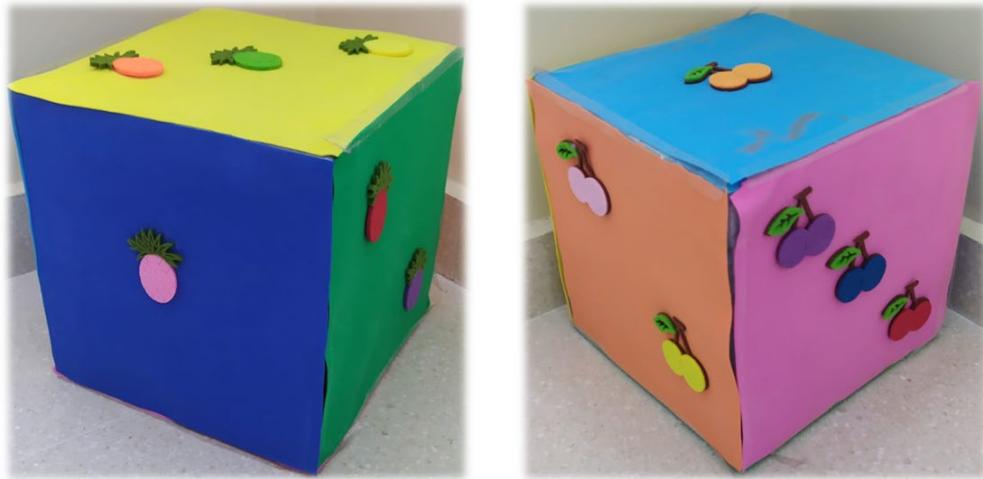


Figura 3: Dados

Estos dados, podrán ser clásicos, es decir, que contengan puntos del 1 al 6; pueden llevar el número como tal y no puntos; podrán contener imágenes de piñas, cerezas, simplemente diáfano y donde caiga esa es la casilla que tengo que desarrollar, etc. (Figura 3).

3.3. Evaluación.

La evaluación de la propuesta será continua, global y formativa. La misma se llevará a cabo a través de la observación directa y de diferentes listas de control y escalas de estimación. Se evaluará tanto la propuesta en sí misma, como el aprendizaje del alumnado.

En cuanto a la propuesta, se evaluará:

- La adecuación y el desarrollo de la misma.
- Los objetivos planteados.
- Los contenidos a desarrollar.
- La temporalización de la propuesta completa y de cada una de las sesiones.
- Los recursos utilizados.
- Los espacios para el desarrollo de las sesiones
- Las actividades desarrolladas.
- Los resultados obtenidos.

En cuanto al alumnado, se evaluará:

- La consecución de los objetivos propuestos.
- El interés y la participación de forma global en la propuesta completa y de forma específica en cada una de las sesiones.

- Las facilidades encontradas a la hora de realizar las actividades.
- Las dificultades que han aparecido durante el desarrollo de las actividades.

4. Conclusión

El uso de los juegos de mesas gigantes como un recurso educativo de gran utilidad tanto para incrementar la motricidad en el alumnado de EI, como para integrar las sesiones de EF en el aula acorde con la programación anual.

5. Referencias.

- Abad Galzacorta, B., Cañada López, D. & Miraflores Gómez, E. (2016). *Actividad física y salud de 3 a 6 años: guía para docentes de educación infantil*. Madrid: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad.
- Alhassan, S., St Laurent, C. W., Burkart, S., Greever, C. J., & Ahmadi, M. N. (2019). Feasibility of Integrating Physical Activity Into Early Education Learning Standards on Preschooler's Physical Activity Levels. *Journal of physical activity & health*, 16(2), 101–107. <https://journals.human kinetics.com/view/journals/jpah/jpah-overview.xml>
- Bermejo, B. & Ballesteros Regaña, C. (2014). Manual de didáctica general para maestros de Educación Infantil y Primaria. 2ª Edición. Madrid: Pirámide.
- Coelho, V., & Tolocka, R. E. (2020). Levels, factors and interventions of preschool children physical activity: a systematic review. *Ciencia & saude coletiva*, 25(12), 5029–5039. <https://www.cienciaesaudecoletiva.com.br/>
- Gauthier, A. P., Laurence, M., Thirkill, L., & Dorman, S. C. (2012). Examining school-based pedometer step counts among children in grades 3 to 6 using different timetables. *The Journal of school health*, 82(7), 311–317. <https://onlinelibrary.wiley.com/journal/17461561>
- Gil-Espinosa, F.J., Romance, A.R. y Nielsen, A. (2018). Juego y actividad física como indicadores de calidad en Educación Infantil. *Retos*, 34, 252-257. <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/index>
- González-Díaz, I.M.; Raúl Fraguela-Vale, R.; Varela-Garrote, L. (2017). Niveles de actividad física en Educación Infantil y su relación con la salud. Implicaciones didácticas. *Sportis*, 3(2), 358–374 <https://revistas.udc.es/index.php/SPORTIS>
- Kryst, Ł., Woronkowicz, A., Jankowicz-Szymańska, A., Pociecha, M., Kowal, M., Sobiecki, J., Brudecki, J., & Żarów, R. (2016). Physical fitness of overweight and underweight preschool children from southern Poland. *Anthropologischer Anzeiger; Bericht über die biologisch-anthropologische Literatur*, 73(2), 10.1127/anthranz/2016/0561. <https://www.schweizerbart.de/journals/anthranz>
- Lahuerta-Contell, S., Molina-García, J., Queralt, A., & Martínez-Bello, V. E. (2021). The Role of Preschool Hours in Achieving Physical Activity Recommendations for Preschoolers. *Children*, 8(2), 82. <https://www.mdpi.com/journal/children>

Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. *Boletín Oficial del Estado*, 340, de 30 de diciembre de 2020.
<https://www.boe.es/eli/es/lo/2020/12/29/3/dof/spa/pdf>

Orden de 5 de agosto de 2008, por la que se desarrolla el Currículo correspondiente a la Educación Infantil en Andalucía. *Boletín Oficial de la Junta de Andalucía*, 169, de 26 de agosto de 2008.
<https://www.juntadeandalucia.es/boja/2008/169/3>

Pérez, M. C. (2011). Los juegos de mesa en la educación infantil. *Pedagogía Magna*, 11, 354-359.

Serrano, J. A. (2018). La obesidad infantil y juvenil. *Quaderns de Polítiques Familiars, Revista de l'Institut d'Estudis Superior de La Familia*, 4, 1-10.
<https://www.quadernsdepolitiquesfamiliars.org/revistas/index.php/qpf/issue/archive>

Torres-Luque, G. (2015). *Enseñanza y aprendizaje de la Educación Física en Educación Infantil*. Madrid: Paraninfo.

Zhang, Z., Kuzik, N., Adamo, K. B., Ogden, N., Goldfield, G. S., Okely, A. D., Crozier, M., Hunter, S., Predy, M., & Carson, V. (2021). Associations Between the Child Care Environment and Children's In-Care Physical Activity and Sedentary Time. *Health education & behavior: the official publication of the Society for Public Health Education*, 48(1), 42-53.
<https://journals.sagepub.com/home/heb>