

INCORPORANDO DEPORTES Y JUEGOS TRADICIONALES AL CURRÍCULO DE EDUCACIÓN FÍSICA

La educación física desempeña un papel crucial en el desarrollo integral del alumnado de primaria. ²

Incorporar deportes y juegos tradicionales al currículo de Educación Física puede ofrecer una vía atractiva y divertida para promover la actividad física en los niños mediante un enfoque único que involucra a los alumnos y atiende las diferencias individuales en las etapas de desarrollo. ^{2 3 4}

Los deportes y juegos tradicionales, que suelen estar profundamente arraigados en las prácticas culturales locales, tienen el potencial de cautivar.

Despierta el interés de los estudiantes, fomentando un sentido de identidad cultural y una mayor implicación emocional en el proceso de aprendizaje. ¹

Aprovechar el atractivo motivacional intrínseco de los juegos tradicionales puede contribuir a un currículo de educación física más integral, abordando no solo la aptitud física, sino también el desarrollo de habilidades motoras esenciales, la estabilidad emocional y la identidad cultural. ⁵

Estos beneficios hacen que los deportes y juegos tradicionales sean únicos y subrayan su valiosa incorporación al currículo de educación física, ofreciendo un enfoque holístico a la educación física.

7 Y 8 AÑOS

I. HISTORIA DEL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA

Introducción a los materiales de juego tradicionales.

II. RODAMIENTO

Rodar un accesorio tradicional con la mano.

III. LANZAMIENTO Y RECEPCIÓN

Lanzar una pelota a distancia desde una posición de pie con la mano izquierda y la derecha.

Lanzar objetos ligeros por encima de obstáculos verticales.

Lanzar pelotas ligeras contra una pared de diferentes maneras y atraparlas.

IV. TIRO

Disparar una pelota a un blanco estático desde diferentes distancias.

V. JUEGOS

Juegos psicomotores.

Juegos tradicionales de primaria con y sin accesorios.

Juegos tradicionales de relevos con y sin accesorios.

Juegos tradicionales al aire libre.

9 Y 10 AÑOS

I. HISTORIA DEL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA

Introducción a los juegos tradicionales locales.

II. LANZAMIENTO

Lanzamiento de una pelota a distancia desde una carrera.

III. TIRO

Disparo de una pelota a un blanco móvil desde diferentes distancias de hasta 5 metros.

IV. JUEGOS

Juegos sociomotores cooperativos tradicionales.

Juegos de tiro con motor.

Juegos elementales tradicionales - formas más complejas.

Juegos de relevos tradicionales - formas más complejas.

Juegos deportivos modificados de la familia de la bocha.

Juegos motores tradicionales en la naturaleza.

11 Y 12 AÑOS

I. HISTORIA DEL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA

Introducción a los deportes y juegos tradicionales nacionales.

II. JUEGOS

Juegos sociomotores tradicionales en oposición.

Juegos de relevos con elementos técnicos de la bocha.

Apuntar desde diferentes distancias (bochas).

Apuntar desde diferentes direcciones (bochas).

Salida en dos pasos (bochas).

Juegos tradicionales en un entorno natural.

13 Y 14 AÑOS

I. HISTORIA DEL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA

Introducción a los deportes y juegos tradicionales europeos.

II. JUEGOS

Juegos sociomotores tradicionales de cooperación-oposición.

Deportes de precisión tradicionales.

Apuntar - granulación variable e inclinación de la superficie (bochas).

Salida en cuatro pasos (bochas).

Salida en seis pasos (bochas).

Bloqueo (bochas).

Bochas con la bola objetivo (bochas).

Juegos tradicionales en un entorno natural.

ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA

Investiga los deportes y juegos tradicionales que se practicaban en tu localidad. Si es posible, entrevista a personas mayores. Describe las reglas y procedimientos básicos en un *folleto* o *panfleto*.

Observa a la gente practicar deportes y juegos tradicionales. Intercambia ideas sobre el concepto de *juego limpio*, analiza cómo los jugadores demuestran un buen comportamiento deportivo y explica la necesidad de dichas acciones en los juegos.

Diseña y *fabrica juguetes* y equipamiento para determinados deportes y juegos tradicionales utilizando materiales naturales. Explica cómo se fabrican equipos similares en la actualidad. Muestra algunas de tus experiencias.

Experimenta con algunos juegos utilizando el equipamiento fabricado. Analiza cómo los diferentes deportes y juegos tradicionales requieren diferentes habilidades y destrezas.

Crear un *Museo Escolar de Deportes y Juegos Tradicionales*. Recopilar y exhibir objetos utilizados en la práctica de deportes y juegos tradicionales. Fabricar algunos juguetes y equipos si es necesario.

Organizar un debate en clase sobre los diferentes tipos de *juguetes* y *equipos* y cómo se utilizaban en la práctica de deportes y juegos tradicionales. Dibujar imágenes de personas practicando algunos de estos deportes y juegos.

Preparar y presentar una breve charla sobre deportes y juegos tradicionales. Investigar los *valores* asociados a la práctica de deportes y juegos tradicionales.

Desarrollar un calendario o libro de juegos con ilustraciones de estudiantes practicando deportes y juegos tradicionales. Redactar una descripción escrita en un folleto.

Elige un juego tradicional para compararlo con un juego contemporáneo similar. Elabora una *tabla comparativa* que describa las reglas, las habilidades y otros aspectos de algunos deportes y juegos tradicionales.

Reflexiona sobre las ideas y formula una política para incorporar un *Programa de Deportes y Juegos Tradicionales en los currículos escolares*.

Investiga los deportes y juegos tradicionales europeos. Localiza las zonas donde se practicaban en un *mapa* y escribe un ensayo breve.

Elabora una lista de deportes y juegos tradicionales, destacando la *importancia de su preservación* y cómo se podría lograr.

Seleccione juegos apropiados para un mes o estación del año en particular. Desarrolle un *Programa Anual de deportes y juegos tradicionales* que pueda exhibirse y practicarse durante los días de deportes y juegos tradicionales.

Prepare un breve videodocumental sobre la *relevancia de los deportes y juegos tradicionales en la era moderna*.

Investigue y cree nuevas versiones de deportes y juegos tradicionales para aplicarlas en el contexto moderno (por ejemplo, *Integración de Tecnología*).

Planifique y lleve a cabo *eventos escolares de deportes y juegos tradicionales durante todo el año*.

Bibliografia:

1. Dao, Thuc & Hieu, Pham & Suong, Luu & Bang, Le. (2024). Using traditional games in physical education classes improves fitness and stabilizes the vestibule for 10-11-year-old. Journal of Physical Education, 35. 10.4025/jphyseduc.v35i1.3550.
2. Leont'eva M, Levchenkova T, Mikhailova T. Social and educational setting to prepare pre-school children for study through physical education. BIO Web of Conferences. 2020;26:00077. DOI: 10.1051/bioconf/20202600077
3. Kulinna PH. Models for curriculum and pedagogy in elementary school physical education. Elem Sch J. 2008 Jan;108(3):219-27. DOI: 10.1086/529104
4. Zheng R. Analysis of lifelong physical education thought and physical education teaching reform in colleges and universities. In: 3rd International Conference on Education, E-learning and Management Technology (EEMT 2018). Atlantis Press; 2018. p. 612-6. DOI: 10.2991/iceemt-18.2018.119
5. Jing Q. Research on the strategy of integrating folk sports games into kindergarten physical education. Front Educ Res. 2023 Jan 1;6(18). DOI: 10.25236/fer.2023.061817



**Co-funded by
the European Union**

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.