

EmásF

Revista Digital de Educación Física

ISSN: 1989-8304 Depósito legal: J 864-2009

HÁBITOS DE PRÁCTICA LÚDICA Y DEPORTIVA EN NIÑOS Y NIÑAS EN EDAD ESCOLAR: UN ESTUDIO TRANSVERSAL

Germán Ruiz Tendero

Prof. Dr. en la Universidad Complutense de Madrid
Facultad de Educación.
España.

Email: g.germanruiz@gmail.com

Web: <http://cienciasdeldeporte.wordpress.com>

RESUMEN

El juego ha acompañado al ser humano desde sus orígenes. Los niños pasan por diferentes etapas de juego a lo largo de la infancia, desde los más rudimentarios hasta el juego reglado. El sexo y el entorno social y emocional son también factores influyentes en los hábitos de los niños de cara a practicar un tipo de deporte o juego. Los juegos motores, frente a los sedentarios son los preferibles para el desarrollo psicomotriz del niño. Además contribuyen a la mejora y mantenimiento de la salud de los menores, a la socialización e intercambio cultural entre otros factores positivos. Los profesionales del área de Educación Física han de apostar por el movimiento y facilitar la expresión natural del niño a través del juego. El propósito de este estudio pasa por identificar los diferentes juegos y deportes por edades, desde primero de Educación Primaria hasta 2º de la E.S.O., en una muestra de 60 alumnos (30 niños y 30 niñas) de un mismo centro escolar público, observando su evolución y atendiendo también a clasificaciones y preferencias por sexos. Los resultados indican una disminución de la variedad de juegos con la edad, con interés creciente hacia los videojuegos a partir de la E.S.O. Se observan diversos estereotipos de género en la práctica deportiva. La oferta extraescolar del centro determina también la tipología de los deportes practicados.

PALABRAS CLAVE:

Juego, deporte, educación primaria, entorno escolar, estereotipos.

1. INTRODUCCIÓN.

El juego ha acompañado al ser humano y a otras especies, fundamentalmente aves y mamíferos a lo largo de los años. Se piensa que el origen del juego estuvo en la curiosidad de los reptiles (Burghardt, 1984), que más tarde evolucionaron hacia otras especies en un proceso de unos 70 millones de años de duración (Pérmico Medio y Jurásico Medio). Sin embargo la diferencia fundamental entre el juego humano y el juego animal radica en que para el animal el juego simbólico no existe, tampoco establece normas ni una organización. El juego simbólico, que suele estar presente en los niños a partir de los dos años de edad, hace que una rama caída pueda representar por ejemplo una varita mágica o una espada. Por tanto el juego está fomentando en el niño el desarrollo de la creatividad. La importancia del juego y más concretamente del juego motor radica, entre otros, en los siguientes puntos:

- Supone una herramienta idónea para la educación.
- Facilita el desarrollo de las habilidades motrices básicas y posteriormente las específicas y deportivas.
- Supone un aprendizaje constante.
- Facilita la socialización y el respeto a unas normas.
- Es una opción saludable para el aprovechamiento del tiempo libre.
- Permite la expresión de emociones positivas y la oportunidad para canalizar y controlar las negativas, en lo que se denomina aprendizaje social y emocional (Lantieri, 2010).
- Nos integra en la cultura y nos hace partícipe de la misma y sus tradiciones.
- El juego permite explorar, conocer, entender y respetar el entorno que nos rodea.

Piaget (1939, 1946) distingue tres etapas en el juego infantil: juego sensoriomotor, juego simbólico y juego de reglas. Estas etapas pueden ser equiparadas a las propuestas por Papalia (1998) para la infancia:

- Primeros pasos (0-3 años): juego sensoriomotor
- Niñez temprana (3-6 años): juego simbólico
- Niñez intermedia (6-12 años): juego reglado.

A su vez, cada fase del juego tiene su evolución propia. En el caso del juego simbólico de Piaget se distinguen tres estadios resumidos por Navarro de la siguiente forma (Navarro, 2002):

- (2-4 años): caracterizado por la irrealidad.
- (4-7 años): desaparición de la deformación de la realidad; representación imitativa de la realidad; comienzo del simbolismo colectivo.
- (11-12 años): decaimiento del simbolismo en pro de los juegos de reglas.

Por otro lado, existen diferencias obvias en las preferencias de juego en función del sexo. Algunos autores han atribuido estas diferencias a cuestiones genéticas, aunque con estudios no del todo rigurosos en cuanto al control de las variables de influencia ambiental y educativa de los padres (Goldberg y Lewis, 1969). Hoy sabemos que existen dos realidades emocionales distintas, la del hombre y la de la mujer, cuyo origen responde parcialmente a cuestiones biológicas pero también a cuestiones ambientales que se producen sobre todo en la infancia (Goleman, 2009) y que también tienen que ver con el tipo de juegos que unos y otros eligen. De hecho, estas dos realidades se han plasmado también en la actividad física que realizan tanto niños como niñas en edad escolar (Blández, Fernández y Sierra, 2007). Además, el peso del estereotipo parece ser diferente según el sexo afectando más a los niños que a las niñas (Biskup y Pfister, 1999).

Los hábitos de juego han evolucionado también en la sociedad. Hacia la primera mitad del siglo XX en España se jugaba principalmente con los elementos propios del campo, del entorno próximo. Normalmente los juegos enraizaban con oficios (juegos con agujas y botones de costurera, juegos de lanzamiento de aperos de labranza, juegos pastoriles con gayata...). Los juguetes tradicionales como caballos de madera, muñecas, aros, etc., eran fabricados de forma artesanal, o simplemente extraídos de la naturaleza como las tabas. En los años cincuenta y sesenta el empuje industrial llevó a la fabricación más sofisticada de los juguetes, aunque no estarían a disposición de muchas familias tras los años de posguerra. En los años 70 surge la polémica sobre el juguete bélico, a la vez que proliferan los juguetes educativos. La televisión mediatiza e impone los gustos de los niños (López de Sosoaga, 2004). Al igual que la aparición de juguetes, la inclusión en el mercado de los videojuegos cambió paulatinamente los hábitos de los niños españoles desde su introducción en el mercado europeo a finales de los 80. A partir de esta fecha diferentes estudios confirman la dedicación de gran parte del tiempo libre a los videojuegos (Fisher, 1995; Phillips, Rolls, Rouse y Griffiths, 1995). Los videojuegos crean un nuevo universo simbólico que bebe de nuestra cultura, pero que a la vez la va modificando. Son, sobre todo los jóvenes, los que se adhieren a esta nueva forma de comunicación basada en la rapidez y el impacto de la imagen (De Aguilera y Méndiz, 2010). ¿Se está perdiendo el juego o simplemente se transforma? Cuando la investigación se cernía amenazante sobre videojuegos, dado el riesgo de sedentarismo que implicaban para nuestra juventud, aparecen las nuevas opciones virtuales que, al tratar de acercarse a la realidad virtual, nos levantan del sofá para movernos ante una pantalla imitando un baile, los golpes del tenis o un combate de boxeo. Estas nuevas tecnologías han sido acogidas con escepticismo por unos y con gran aceptación por parte de otros.

De cualquier forma, las instituciones han declarado unos límites al tiempo de sedentarismo (National Association for Sport and Physical Education, 2004) que los niños pueden ejercer, dada su asociación con la obesidad. Los videojuegos, a pesar de las últimas tendencias y tecnologías, no son aún equiparables a la práctica deportiva, y recientes investigaciones los asocian a problemas de atención (Swing, Gentile, Anderson y Walsh, 2010). Los profesores se enfrentan por tanto al reto de aprovechar la atracción de los jóvenes hacia los videojuegos y la televisión para transformarlos en pura actividad física y conocimiento de uno mismo, como ya se ha hecho con éxito en algunas intervenciones (Pérez, 2009).

Es necesario por tanto, conocer el estado actual de la cuestión. ¿A qué juegan los niños? ¿Qué deportes practican? ¿Son diferentes los hábitos de chicos y chicas? ¿Cómo son los cambios que se producen en la práctica del juego y el deporte con la edad? Algunas de las respuestas nos permitirán conocer la realidad y buscar nuevas formas de atraer a los niños hacia los juegos motores, buscando aplicaciones en el área de Educación Física.

El propósito de este estudio pasa por identificar los diferentes juegos y deportes por edades, desde primero de Educación Primaria hasta 2º de la E.S.O., observando su evolución y atendiendo también a clasificaciones y preferencias por sexos.

2. METODOLOGÍA.

DISEÑO.

El presente estudio sigue un diseño descriptivo de tipo cualitativo en el que posteriormente se han cuantificado las variables por categorías para su análisis. El diseño se basa en la encuesta, siguiendo las propuestas metodológicas descritas para el área de ciencias sociales (Alvira, 2004; Cea, 1999; García-Ferrando, Ibáñez y Alvira, 2003).

PARTICIPANTES.

La selección de los participantes se realizó mediante un muestreo aleatorio estratificado por cursos escolares. La población objeto de estudio estaba compuesta por los alumnos del Colegio Público San Antón de Albacete. Por disponibilidad horaria del centro finalmente se seleccionaron los siguientes cursos: 1º, 3º y 5º de primaria; 1º y 2º de la E.S.O. Cada curso estaba compuesto por 3 grupos. De cada uno de los cursos se seleccionaron al azar 12 alumnos (6 niños y 6 niñas), escogiendo a 4 alumnos de cada grupo (2 niños y 2 niñas). Las edades estaban comprendidas entre los seis y trece años. La muestra final quedó compuesta por un total de 60 alumnos. El centro escogido se ubica en la ciudad de Albacete (España), en el barrio que lleva su mismo nombre. Las familias a las que pertenece el alumnado están en un amplio abanico socio-económico, que va desde medio-alto a medio-bajo, pudiéndose considerar la mayoría en un nivel medio-medio (Colegio Público San Antón, 2011).

INSTRUMENTO.

Se utilizó un sencillo cuestionario que se pasó individualmente mediante entrevista personal a cada alumno. El cuestionario fue anónimo y únicamente se anotaba el curso y el sexo del participante. Las preguntas, de tipo abiertas, fueron: ¿A qué sueles jugar en tus ratos libres incluyendo los recreos del colegio? ¿Qué deporte o deportes practicas en la actualidad?

PROCEDIMIENTO

Para el desarrollo del presente estudio se estableció una reunión personal con la Dirección del centro, en la que se explicaron los objetivos del mismo y se fijó una fecha para el trabajo de campo, así como los grupos escolares que participarían en el muestreo. La toma de datos se llevó a cabo en dos días consecutivos. Cuatro alumnos de cada clase fueron escogidos al azar por la profesora siguiendo la lista numérica de clase. Los alumnos fueron entrevistados personal e individualmente en un espacio que el centro puso a disposición del investigador principal. El tiempo aproximado para cada entrevista fue de cuatro minutos.

ANÁLISIS DE DATOS.

Los resultados fueron codificados y analizados mediante el la hoja de cálculo Microsoft Excel v. 2007. El procesamiento de los datos incluyó un análisis descriptivo mediante tablas y gráficos de frecuencias, agrupados según las variables independientes de sexo y curso escolar.

3. RESULTADOS.

Primer curso de primaria: como se aprecia en la figura 1, los juegos dinámicos de locomoción son los preferidos para los chicos. Los videojuegos se sitúan hacia la mitad de la tabla, mientras que en las niñas no cobran tanto protagonismo, predominando los juegos de mesa y los juegos de locomoción como los colores o las estatuas.

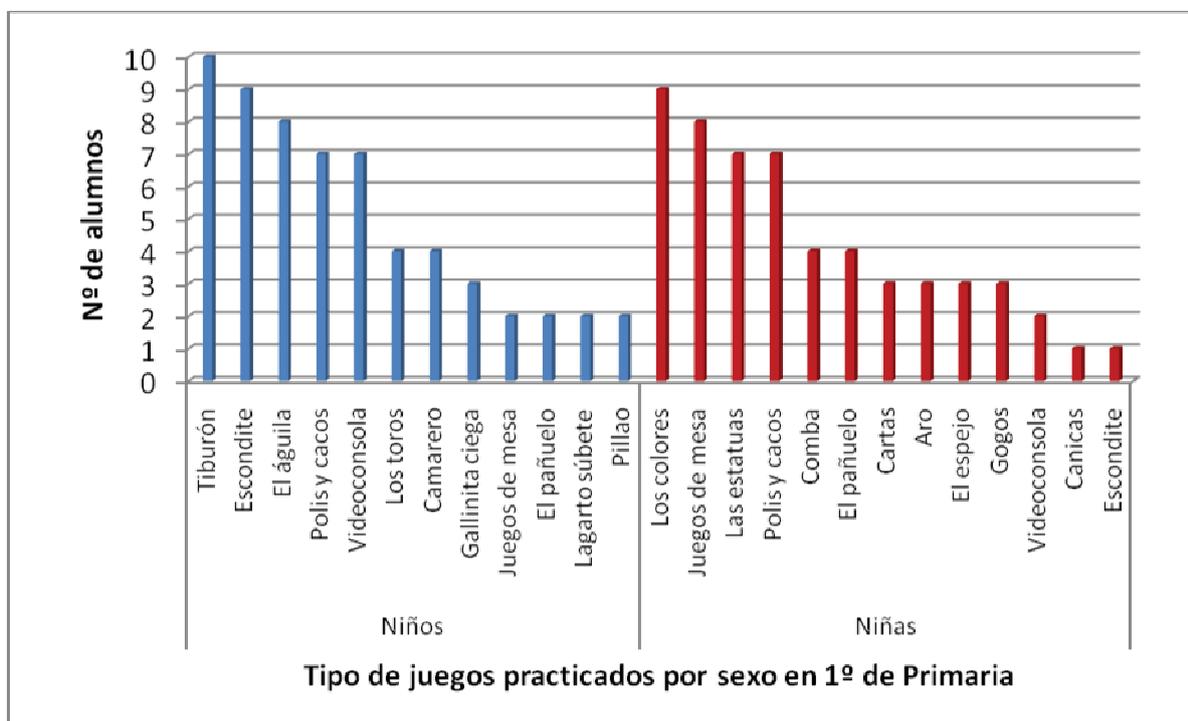


Figura 1: juegos que realizan los alumnos y alumnas de primer curso de primaria.

Respecto a los deportes más practicados para estas edades tenemos el fútbol en los chicos y la gimnasia rítmica en las chicas.

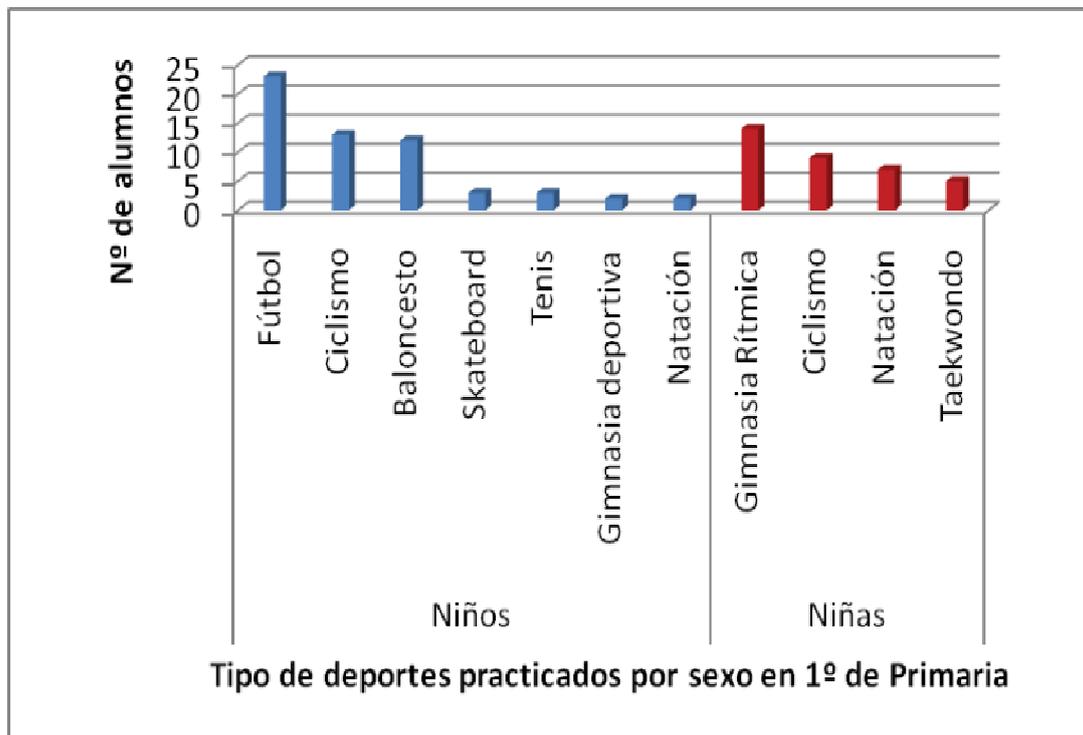


Figura 2: deportes que practican los alumnos y alumnas de primer curso de primaria.

Tercer curso de primaria: Al avanzar dos cursos en edad la videoconsola cobra un especial protagonismo en los chicos. Las niñas por su parte siguen prefiriendo juegos de locomoción.

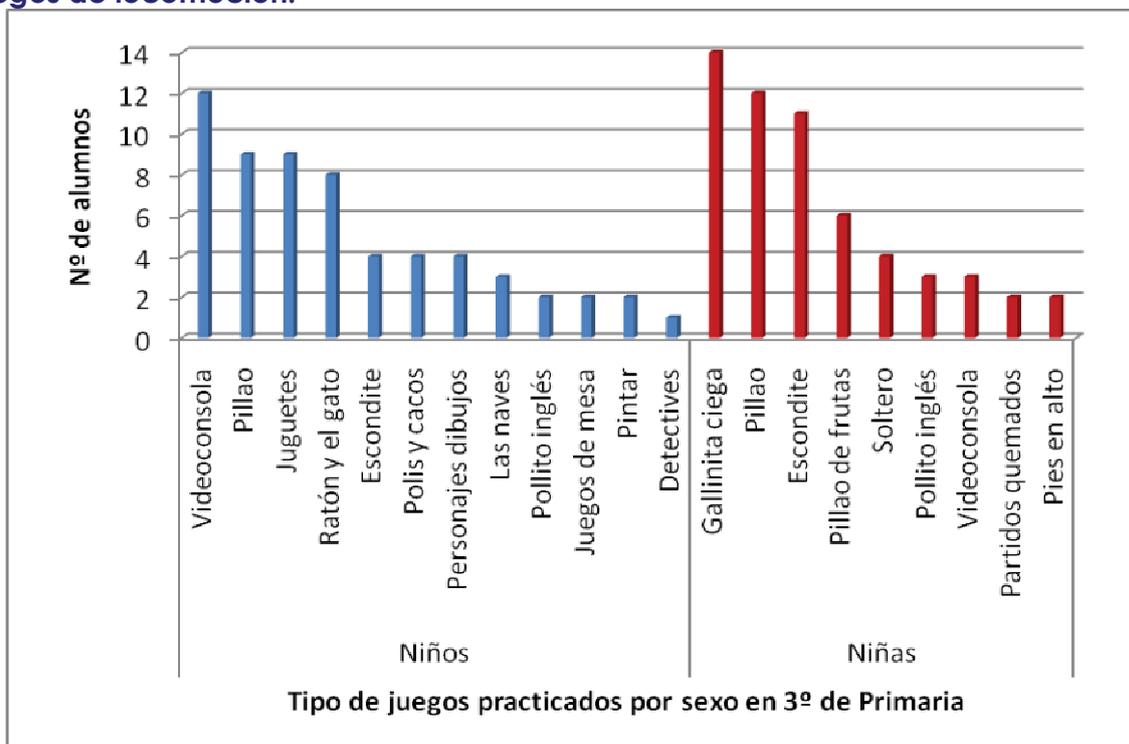


Figura 3: juegos que realizan los alumnos y alumnas de tercer curso de primaria.

En el plano deportivo vemos el fútbol sigue siendo el deporte preferido para los niños. Para las niñas destacan la bicicleta, la gimnasia rítmica y el fútbol.

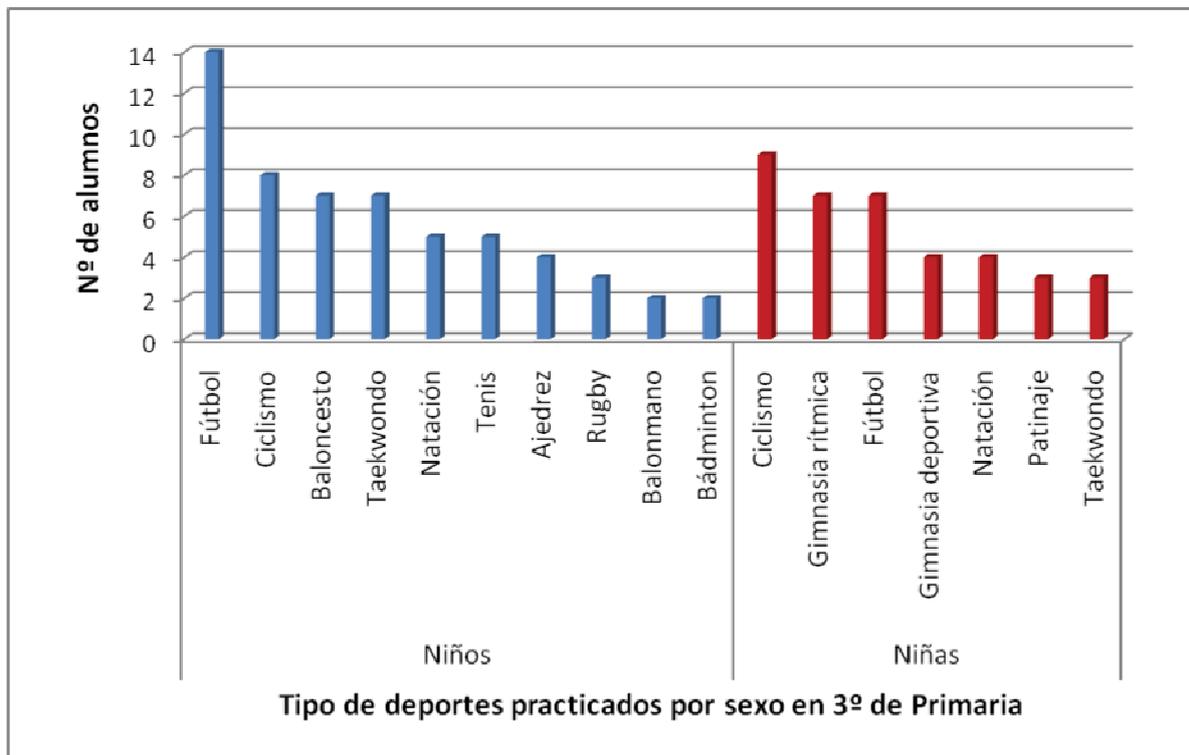


Figura 4: deportes que practican los alumnos y alumnas de tercer curso de primaria

Quinto curso de primaria: Pintar aparece como la primera actividad lúdica en las respuestas de los chicos. A continuación figuran juegos dinámicos de locomoción como el bote y el toro. Los juegos preferidos de las niñas son también los tradicionales pillao y el escondite.

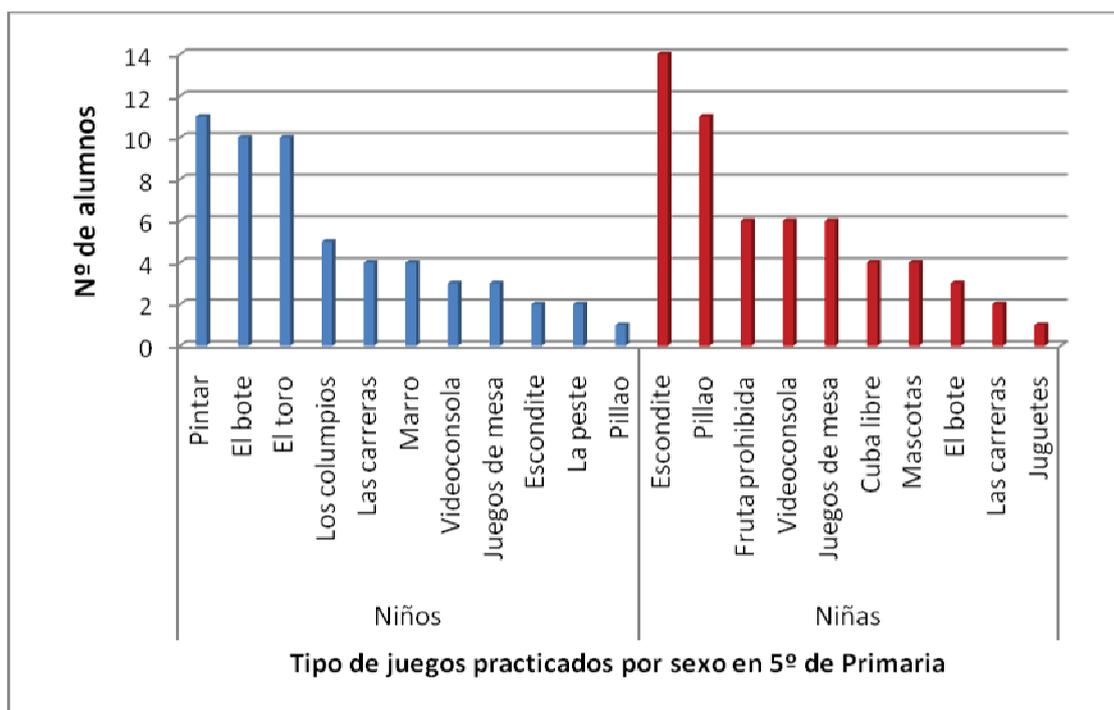


Figura 5: juegos que realizan los alumnos y alumnas de quinto curso de primaria.

Si observamos los deportes se posicionan en primer lugar el fútbol y el baloncesto para los chicos y la natación y la gimnasia rítmica para las chicas.

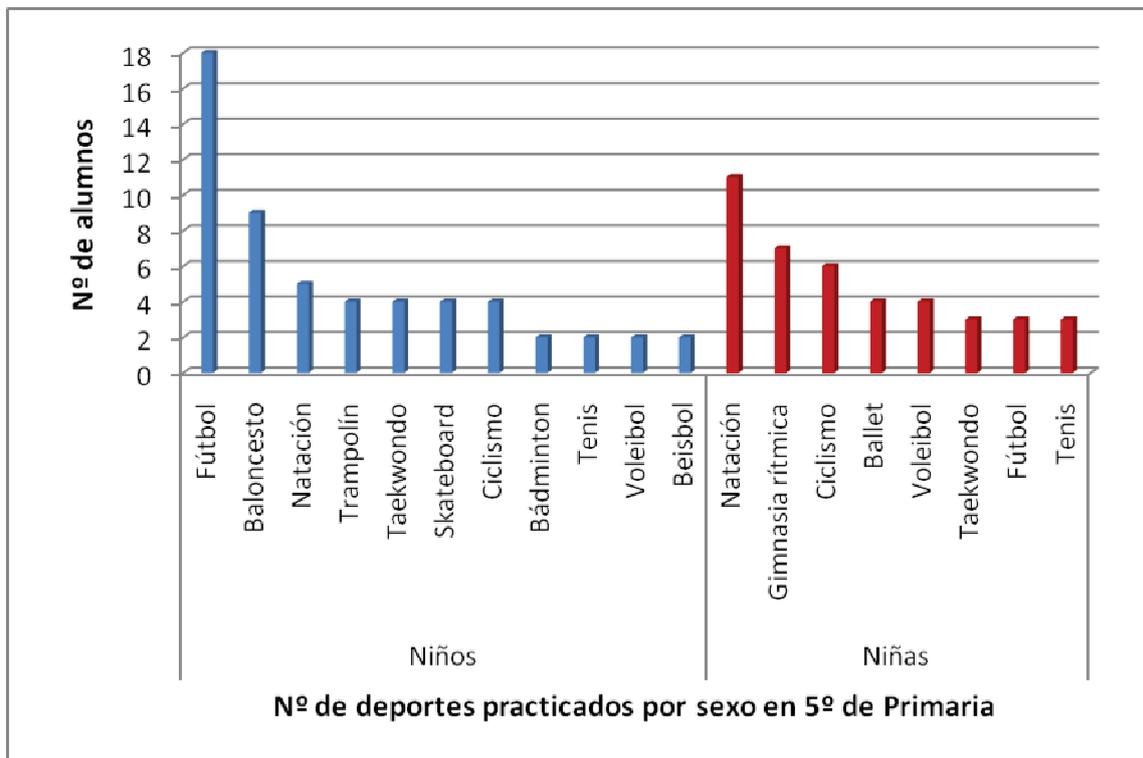


Figura 6: deportes que practican los alumnos y alumnas de quinto curso de primaria.

Primero de la E.S.O.: Las videoconsolas y los juegos de ordenador (PC) acaparan a este nivel la atención de niños y niñas, relegando a un segundo plano otros juegos.

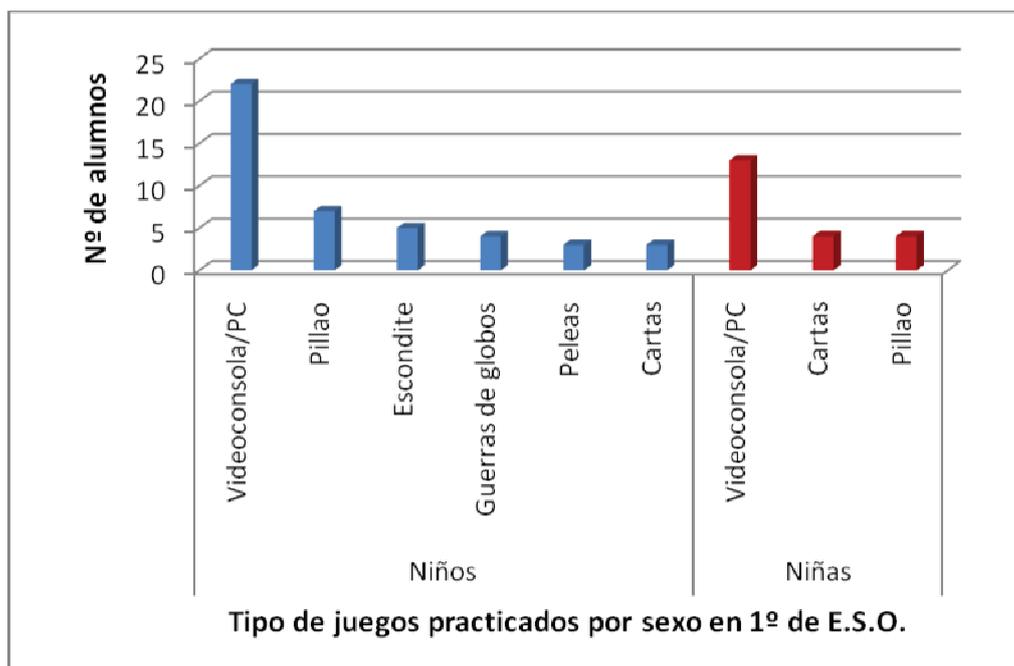


Figura 7: juegos que realizan los alumnos y alumnas de primero de la E.S.O.

Como viene siendo habitual, el fútbol sigue siendo el deporte rey para los chicos, mientras las chicas prefieren montar en bicicleta y el ballet.

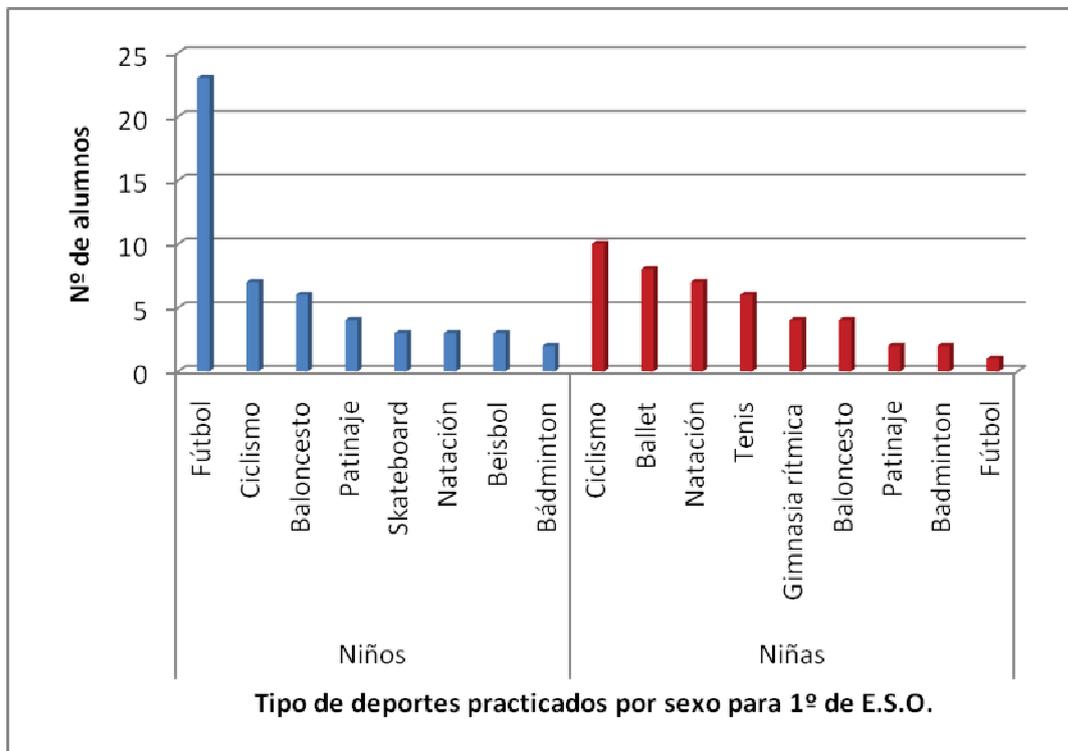


Figura 8: deportes que practican los alumnos y alumnas de primero de la E.S.O.

Segundo de la E.S.O.: Los videojuegos se mantienen en primer lugar en los chicos, respecto al curso anterior. En las chicas se da preferentemente el juego de cartas, que aunque no sea de tipo digital si es sedentario.

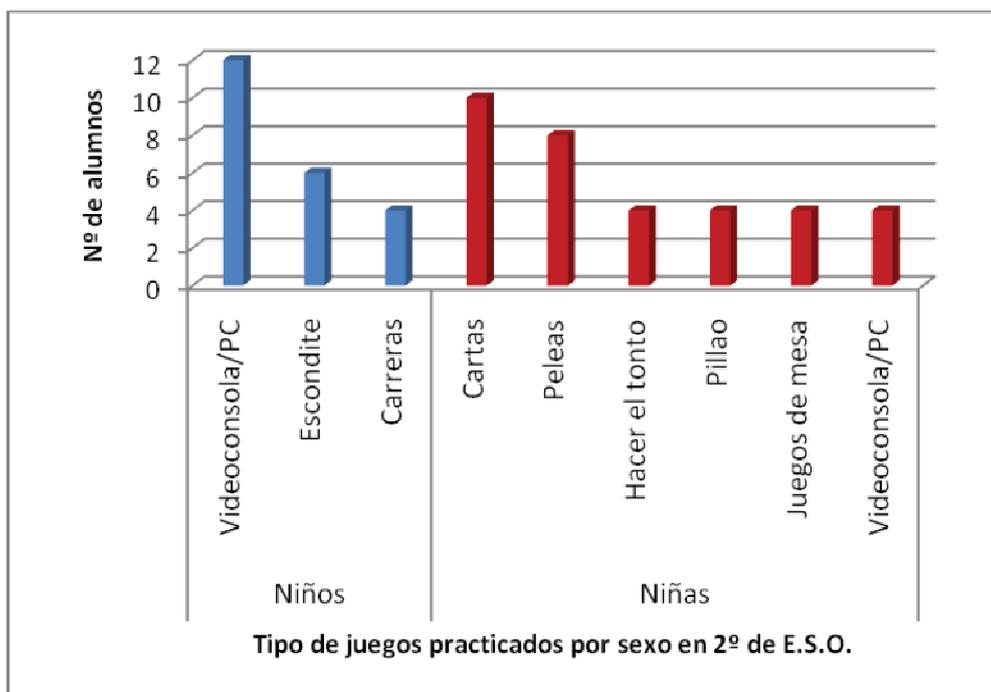


Figura 9: juegos que realizan los alumnos y alumnas de segundo de la E.S.O.

La práctica deportiva obtiene poca variación respecto al curso anteriormente analizado, siendo el fútbol, ciclismo y baloncesto los más practicados en chicos; mientras que las chicas prefieren la natación el ciclismo y el ballet.

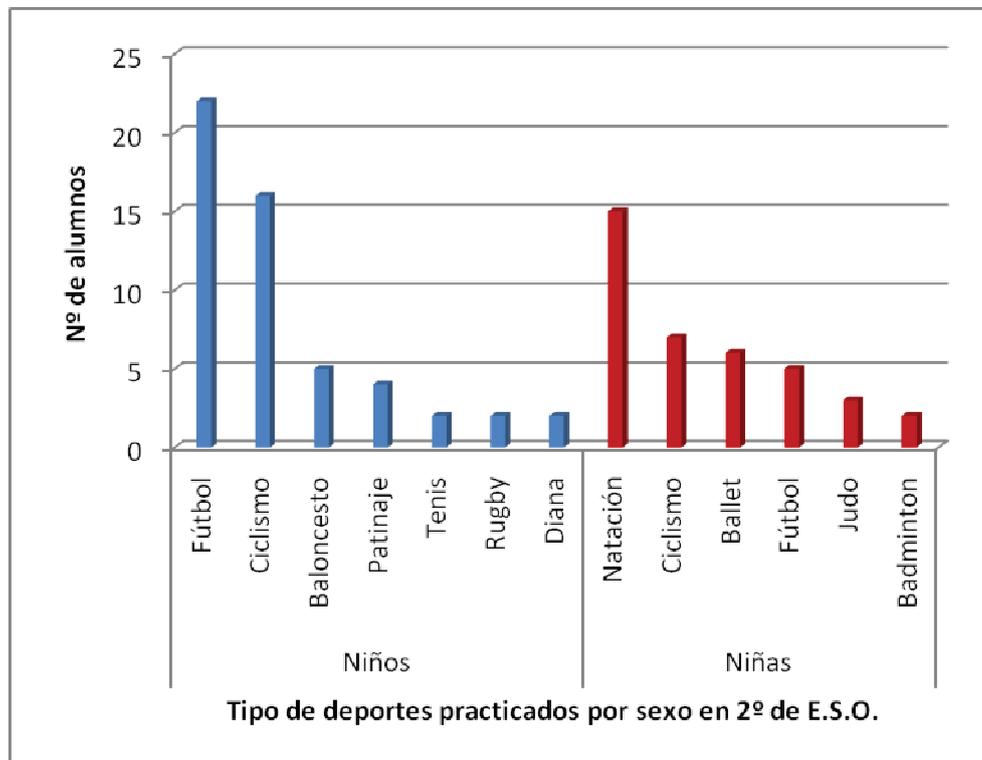


Figura 10: deportes que practican los alumnos y alumnas de segundo de la E.S.O.

Evolución del número de juegos y deportes practicados por cursos: El juego tiende a disminuir con la edad, acentuándose el descenso a partir de quinto curso de primaria para ambos sexos. La práctica deportiva sigue un patrón más irregular, bajando en los niños a partir de quinto, mientras que en las niñas va aumentando hasta primero de la E.S.O.

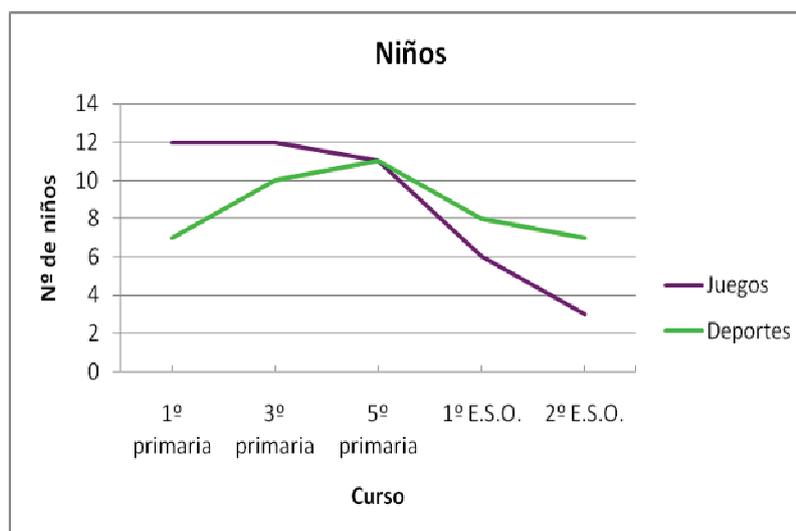


Figura 11: Evolución del número de juegos por curso para los niños

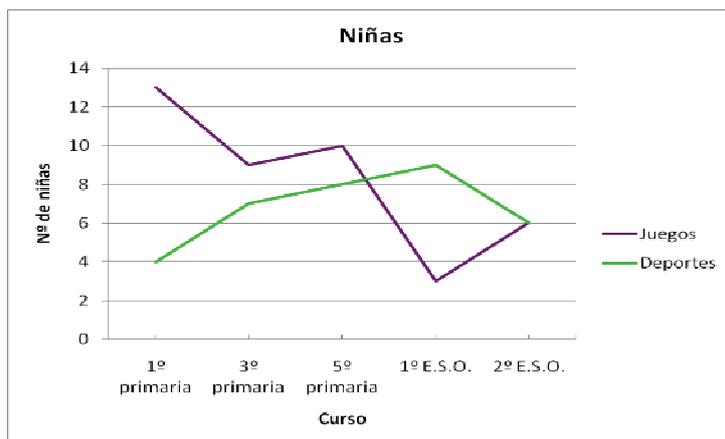


Figura 12: Evolución del número de juegos por curso para las niñas.

Si establecemos una clasificación dicotómica en función de la motricidad que implican los juegos tendríamos por un lado los *juegos motores* y por otro los *juegos que tienden al sedentarismo* (cartas, videojuegos, canicas, juegos de mesa, etc.). En nuestro estudio el reparto de juegos según esta clasificación quedaría de la siguiente forma:

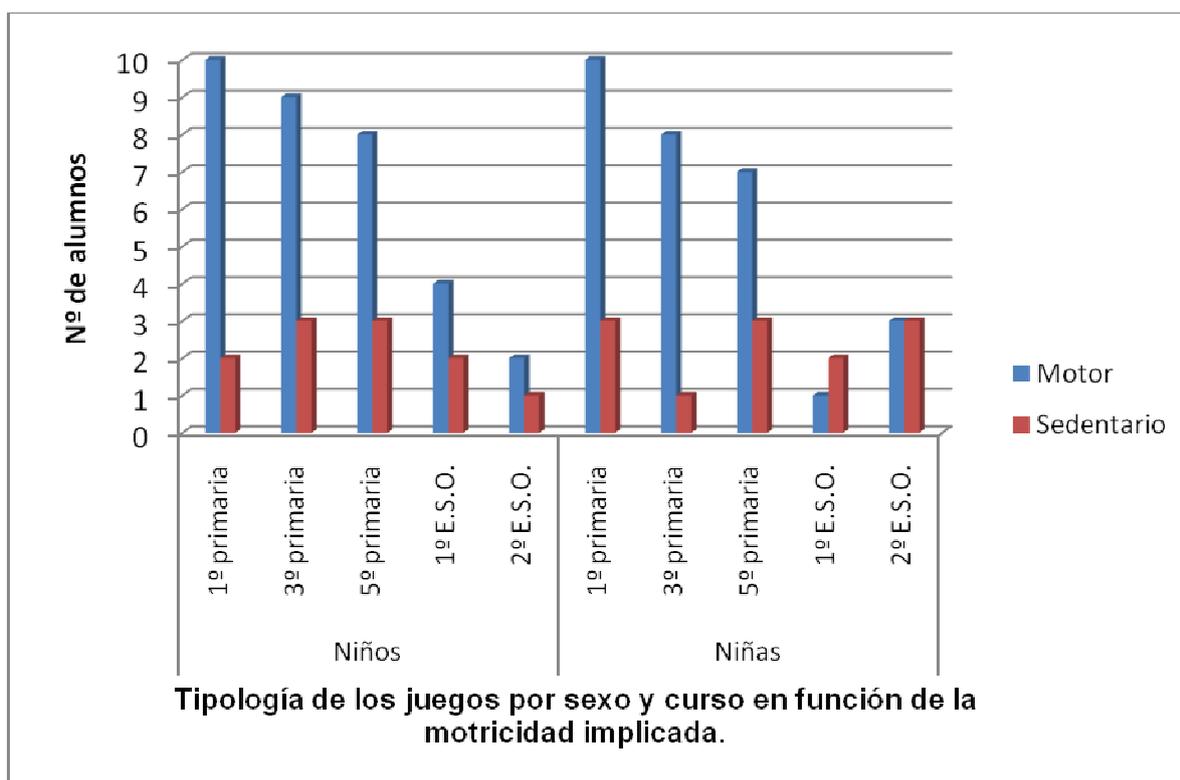


Figura 13: Tipología del juego en función de la motricidad implicada, según curso y sexo.

4. DISCUSIÓN.

A la luz de los resultados expuestos, es notoria una disminución en el número de juegos a lo largo de los años para ambos sexos, sin suponer un aumento paralelo y claro del número de deportes practicados. El número de juegos practicados desciende drásticamente con el cambio de etapa educativa de 5º a 1º de la E.S.O.,

coincidiendo además con la pubertad. Una de las entrevistas llevadas a cabo con una niña refleja en el caso particular este hecho:

Investigador (I): -Entonces ¿a qué sueles jugar tú?

Alumna (A): -A nada.

I: -¿No juegas a nada? ¿Ni siquiera al pillao?

A: -¡Si hombre, al pillao! Que ya no somos niñas.

Atendiendo a la clasificación de juego motor, según Piaget, la mayoría de juegos mostrados se ciñen al juego de reglas, lo cual no es de extrañar dada la edad de los niños y niñas estudiados.

En función de la motricidad, se ha extraído un claro predominio de los juegos que implican motricidad, frente a los juegos sedentarios. Aunque, mientras el número de juegos motores tiende a disminuir en el transcurso de los años, los juegos sedentarios no siguen un patrón de forma clara. El número se mantiene siempre entre uno y tres, pero al disminuir el número de juegos motores, el porcentaje de dedicación a juegos sedentarios se incrementa sustancialmente. El riesgo que implican los hábitos sedentarios para la salud (obesidad, diabetes tipo II) ha llevado a establecer una serie de recomendaciones por parte de las instituciones responsables. Una de estas recomendaciones desaconseja periodos prolongados (2 ó más horas) de inactividad para niños de 5-12 años (National Association for Sport and Physical Education, 2004). Además, un reciente estudio de la Universidad de Iowa (EE.UU.) ha determinado que, no solo la televisión, sino también los videojuegos, se asocian a un mayor riesgo de problemas de atención tanto en menores como en adolescentes y jóvenes (Swing, 2010). Según explican los autores del estudio, los problemas de concentración, que a menudo se manifiestan en forma de Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), se relacionan con una serie de efectos negativos, como fracaso escolar y aumento de la agresividad.

Respecto a los deportes, llama la atención la presencia de un deporte atípico como es el taekwondo. Esto se debe a que se oferta dentro de las actividades extraescolares del centro. De ahí la importancia de seleccionar adecuadamente estas actividades. Independientemente de la popularidad de las actividades, los niños terminan practicando aquello que se ofrece el entorno próximo. El fútbol es indiscutiblemente el deporte más practicado por los chicos, seguido por el ciclismo, que en el contexto de este estudio se refiere a montar libremente en bicicleta, y no a formar parte de equipos ciclistas. En las niñas los deportes más practicados son la gimnasia rítmica, el ciclismo, el ballet y la natación, con pequeñas variaciones según el curso. Aunque es una disciplina artística, hemos incluido el ballet en el conjunto de deportes. Es inevitable hacer un comentario sobre los llamados estereotipos deportivos de género que una y otra vez aparecen en los estudios al respecto (Blández, 2007). Observamos en nuestros datos que los niños no practican actividades tradicionalmente asignadas a las niñas, como la gimnasia, el ballet, los patines o el voleibol. Sin embargo las niñas sí que practican deportes encasillados en el estereotipo masculino, como el fútbol o deportes de combate. Este hecho están en consonancia con la investigación que indica un mayor impacto de los estereotipos sobre los niños que sobre las niñas (Biskup y Pfister, 1999).

A través de las clases de Educación Física los profesionales del área tenemos la oportunidad de romper los tradicionales estereotipos y dotar de igualdad de oportunidades a todos los alumnos y alumnas, enriqueciendo con ello sus experiencias motrices. Igual de importante es conocer los hábitos de juego en la infancia actual, para aprovechar esta motivación espontánea para la propuesta de actividades en nuestras clases. Partiendo de esta idea podemos aprovechar la temática de los dibujos animados del momento para practicar diversas actividades físicas. Otra opción interesante es transformar los juegos sedentarios en motores. Por ejemplo hacer un dominó humano, un ajedrez viviente lleno de divertidas pruebas o incluso crear un propio juego de rol educativo a modo de gymkana como ya se ha puesto en marcha con excelentes resultados (Pérez, 2009).

5. CONCLUSIONES

El número de juegos a los que dedican su tiempo libre los niños y niñas desciende con la edad, siendo esta disminución muy pronunciada en el cambio de la Educación Primaria a la E.S.O.

El número de deportes practicados no sigue un patrón claramente definido con la edad. Aunque en los niños, el mayor número de deportes practicados se da en 5º curso, mientras que en las niñas se da en 1º de la E.S.O.

En los primeros cursos de Primaria predominan los juegos motores. Por tanto, conforme avanzan los cursos el porcentaje de número de juegos sedentarios aumenta, obteniendo protagonismo los videojuegos.

La oferta de actividades extraescolares por el propio centro determina visiblemente la práctica deportiva de los alumnos.

En la práctica deportiva aparecen diversos estereotipos de género, más visiblemente en los niños que en las niñas.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

Alvira, F. (2004). *La encuesta: una perspectiva general metodológica*. Madrid: Centro de Investigaciones Sociológicas.

Biskup, C., y Pfister, G. (1999). I would like to be like her/him: are athletes role - models for boys and girls? *European Physical Education Review*, 5(3), 199-218.

Blández, J., Fernández, E., y Sierra, M. A. (2007). Estereotipos de género, actividad física y escuela: la perspectiva del alumnado. *Profesorado: Revista de Curriculum y Formación del Profesorado*, 11(2).

Burghardt, G. (1984). *On the origins of play Play in animals and humans*. Oxford: Basil Blackwell.

Cea, M. A. (1999). *Metodología cuantitativa : estrategias y técnicas de investigación social*. Madrid: Síntesis.

Colegio Público San Antón. (2011). *Proyecto Educativo de Centro*. Albacete.

De Aguilera, M., y Méndiz, A. (2010). *Serie Informes: Videojuegos y educación*. Madrid: MEC. Instituto de Tecnologías Educativas.

Fisher, S. (1995). The amusement arcade as a social space for adolescents: An empirical study. *Journal of Adolescence*, 18(1), 71-86.

García-Ferrando, M., Ibáñez, J., y Alvira, F. (2003). *El análisis de la realidad social. Métodos y técnicas de investigación* (3ª ed.). Madrid: Alianza.

Goldberg, S., y Lewis, M. (1969). Play behavior in the year-old infant: early gender differences. *Child Development*, 40(1), 21-31.

Goleman, D. (2009). *La inteligencia emocional* (68 ed.). Barcelona: Kairos.

Lantieri, L. (2010). *Inteligencia emocional infantil y juvenil* (3ª ed.). Madrid: Aguilar.

López de Sosoaga, A. (2004). *El juego: análisis y revisión bibliográfica*. Zarautz: Universidad del País Vasco.

National Association for Sport and Physical Education (2004). *Physical Activity for Children: A Statement of Guidelines for Children Ages 5-12* (2nd ed.). Reston, VA: Author.

Navarro, V. (2002). *El afán de jugar. Teoría y práctica de los juegos motores*. Zaragoza: Inde.

Papalia, D. (1998). *Psicología del desarrollo*. Santa Fe de Bogotá: McGraw Hill.

Pérez, I. J. (2009). El guardián de la salud: Un juego de rol para promover hábitos saludables de vida y actividad física desde la Educación Física *Apuntes: Educación Física y Deportes*, 98, 15-22.

Phillips, C. A., Rolls, S., Rouse, A., y Griffiths, M. D. (1995). Home video game playing in schoolchildren: A study of incidence and patterns of play. *Journal of Adolescence*, 18(6), 687-691.

Piaget, J. (1939). *El criterio moral del niño* (1983 ed.). Barcelona: Fontanella.

Piaget, J. (1946). *La formación del símbolo en el niño* (1986 ed.). Mexico: Fondo de Cultura Económica.

Swing, E. L., Gentile, D. A., Anderson, C. A., y Walsh, D. A. (2010). Television and video game exposure and the development of attention problems. *Pediatrics*, 126(2), 214-221.

ANEXO I: DESCRIPCIÓN DE LOS JUEGOS MENOS CONOCIDOS CITADOS POR LOS NIÑOS Y NIÑAS PARTICIPANTES EN EL ESTUDIO.

- *El "pillao"*: se refiere al juego de pillar, variando el vocablo según el habla de la zona.
- *El fiburón*: es un juego de locomoción similar al pillar, en el que el que pilla lleva una mano sobre la cabeza a modo de "aleta".
- *El camarero*: juego de transporte de objetos.

- *Lagarto súbete*: se refiere a *lagarto súbete en alto*. Similar a pies en alto, o al toro.
- *Los colores*: juego de pillar en el que el que la lleva dice un color y los demás han de tocar cualquier objeto de ese color para no ser pillados.
- *Gogos*: tabas.
- *Soltero*: variante del pillar.
- *Partidos quemados*: equivalente al balón prisionero.
- *Fruta prohibida*: variante del juego del stop, en el que se dicen frutas para salvarse, excepto una prohibida.
- *Guerras de globos*: se refiere a globos de agua.
- *El toro*: similar a pies en alto.
- *El águila*: mima dinámica que el pillao, imitando a un águila.

Fecha de recepción: 18/3/2011
Fecha de aceptación: