

## FUNDAMENTOS DE LA LÚDICA PARA FORTALECER DEL PROCESO DE ENSEÑANZA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL NIVEL DE BÁSICA PRIMARIA

### FUNDAMENTALS OF PLAY TO STRENGTHEN THE TEACHING PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION AT THE BASIC PRIMARY LEVEL

Nihuman Hernando Sanguino Bayona

0000-0001-9918-436

Oscar Antonio Quintero Vargas

0000-0002-2355-4458

Mario Alexis Isidro Delgado

0000-0002-1080-7161

#### RESUMEN

En el plano escolar es necesario incorporar estrategias que permitan optimizar el proceso de enseñanza y por ende facilitar el aprendizaje de los estudiantes, por ello, el empleo de la lúdica en la clase de educación física constituye un medio para fortalecer la educación. El presente artículo parte del objetivo de analizar los fundamentos en la lúdica para el fortalecimiento en la enseñanza de la educación física de los estudiantes en el nivel de básica primaria de la Institución Educativa Eustorgio Colmenares Baptista de la ciudad de Cúcuta, Norte de Santander. Ante ello, se llevó a cabo una producción tipo ensayo partiendo de la necesidad de hacer una reconstrucción de los principales referentes de la lúdica que son considerados por los docentes de educación física en sus clases. Entre los principales resultados destaca la necesidad de incorporar referentes precisos que permitan dinamizar las clases con la idea de superar el rol tradicional de la educación. Por ello, se puede concluir que la inclusión de teorías pedagógicas contemporáneas son una necesidad inminente en el campo de la enseñanza de la educación física puesto que el docente a asumido una postura poco innovadora que se aleja del uso de referentes lúdicos para dinamizar los procesos formativos.

Descriptores: La lúdica, enseñanza de la educación física, educación primaria.

## ABSTRACT

At the school level, it is necessary to incorporate strategies that optimize the teaching process and therefore facilitate student learning, therefore, the use of play in physical education class is a means to strengthen education. This article is based on the objective of analyzing those based on play for strengthening the teaching of physical education for students at the basic primary level of the Eustorgio Colmenares Baptista Educational Institution in the city of Cúcuta, Norte de Santander. Given this, an essay-type production was carried out based on the need to make a reconstruction of the main referents of play that are considered by physical education teachers in their classes. Among the main results, the need to incorporate precise references that allow classes to be dynamic with the idea of overcoming the traditional role of education stands out. Therefore, it can be concluded that the inclusion of contemporary pedagogical theories is an imminent need in the field of physical education teaching since the teacher has assumed a not very innovative position that moves away from the use of playful references to energize the training processes.

Descriptors: The playful, physical education teaching, primary education.

La implementación de la educación física en todas las instituciones educativas del país posee una gran importancia, debido a que por medio de ésta los docentes pueden inculcar y desarrollar aprendizajes en sus estudiantes que le permitirán colocar en actividad los órganos del cuerpo, fortificar los músculos y ejercitar las funciones psíquicas. Convirtiéndose la asignatura en una significativa preparación para la motricidad de los niños, niñas y adolescentes, tomando en cuenta las actividades que realizan los seres humanos cotidianamente la educación física representa un área de conocimiento que está expresamente vinculada al progreso social y a las transformaciones que se generan en el conocimiento educativo.

En atención a ello, por ser la educación física una de las áreas que se encuentran en el currículo en los programas de grado desde inicial hasta el bachillerato e incluyendo algunas especialidades en la formación universitaria, es necesario que los docentes la vinculen con otras actividades y disciplinas que les permitan a los estudiantes el crecimiento de la personalidad para su posterior inserción en las comunidades, en el lugar de trabajo y en la familia. Desde este punto de vista Rauseo (2016) sostiene que la educación física, “es un eficaz instrumento de la pedagogía, por cuanto ayuda a desarrollar las cualidades básicas del hombre como unidad bio-sico-social” (p. 45).

En correspondencia con lo citado, la educación física se constituye como una herramienta que depende del método de enseñanza empleado por los docentes para alcanzar el aprendizaje en los educandos, logrando transmitir en los estudiantes una serie de cualidades nuevas que lo ayudarán a mantener tanto su cuerpo como su mente sana, para que de esta manera pueda crecer y desarrollarse eficazmente para poder así relacionarse en los diferentes contextos donde se encuentre con las demás personas que tiene a su alrededor, obteniendo una mejor calidad de vida y que ésta pueda ser imitada por sus compañeros.

En este mismo plano, la educación física como ciencia plantea una excelente oportunidad de aprendizaje para los niños, niñas, adolescentes y jóvenes universitarios, en la cual todos ellos puedan tener o encontrar excelentes formas de aprender, siempre mostrando las expectativas abiertas para enriquecerse física y mentalmente, Fernández (2009) manifiesta que: “Es la base para que el niño despierte su motricidad e inteligencia en la adquisición de experiencias para el desarrollo del conocimiento” (p. 8). Esto se produce debido a las características propias de la asignatura de ser un área para el ejercicio, la recreación y también por presentar como referente positivo que no necesita de encontrarse encerrados dentro del aula de clases para llevar a cabo todos sus contenidos programáticos.

El carácter lúdico y recreativo que se maneja en la educación física, despierta en los estudiantes el interés por el desarrollo de esta área, la misma contribuye con el estímulo grupal, el desarrollo de trabajo técnico y táctico, en fin, una serie de eventos donde se asuma la integralidad de la persona, en función de su actuación durante el desarrollo de la clase de educación física, al respecto Maturana (2010) sostiene:

La responsabilidad con la formación integral de los miembros de la comunidad académica, responsabilidad entendida como preocupación constante para que el proyecto formativo de la institución involucre las dimensiones intelectuales, ética, política y estética, susceptibles de desarrollo en la persona (p. 28).

De manera que el desarrollo de la educación física, demuestra un impacto en el desarrollo de las acciones que se conjuga para la ejecución de la misma, por ello, se pone de manifiesto la acción docente, donde se evidencia la responsabilidad, enmarca en el proceso de enseñanza y aprendizaje, con miras al establecimiento del desarrollo integral de la educación, al respecto Maturana (2010) sostiene:

La Educación Física se ha constituido como disciplina fundamental para la educación y formación integral del ser humano, especialmente si es implementada en edad temprana, por cuanto posibilita en el niño desarrollar destrezas motoras, cognitivas y afectivas esenciales para su diario vivir y como proceso para su proyecto de vida. A través de la Educación Física, el niño expresa su espontaneidad, fomenta su creatividad y sobretodo permite conocer, respetar y valorarse a sí mismo y a los demás. Por ello, es indispensable la variedad y vivencia de las diferentes actividades en el juego, lúdica, recreación y deporte para implementarlas continuamente, sea en clase o mediante proyectos lúdico-pedagógicos (p. 32).

La adopción de la educación física, como una de las áreas del saber humano, impacta en la consolidación de la estructura cognitiva, donde se hace hincapié en la generación de un individuo sano, en correspondencia con acciones de orden didáctico para la valoración de los sujetos. En muchas ocasiones, el rechazo hacia la educación física, por parte de especialistas de otras áreas, donde manifiestan que el desarrollo del área se caracteriza por ser muy permisivo y que el desarrollo de los aprendizajes no es el adecuado, sin embargo, esto es solo un mito, los docentes de educación física de la nueva data, se encuentran comprometidos con el desarrollo de acciones que sirvan de base para la conformación de un individuo integro, en este sentido, Vélchez (2011) sostiene:

A través de la clase de Educación Física los niños aprenden, ejecutan y crean nuevas formas de movimiento con la ayuda de diferentes formas jugadas, lúdicas, recreativas y deportivas. En estas clases el niño puede desenvolverse, ser creativo y mostrar su espontaneidad como un ser que quiere descubrir muchas alternativas que pueden ser aplicables en un futuro en su vida social y que no lo pueden lograr fácilmente en otras asignaturas del conocimiento (p. 17).

El área de educación física, debe verse como un todo, donde se integran elementos lúdicos, creativos, recreativos, deportivos, en fin, una serie de aspectos que requiere el niño para ir consolidando su identidad y por ende su propia personalidad, con base en ello, ese abordaje de elementos, conducen a la adopción de mecanismos que sirvan de base para alcanzar una educación integral. El desarrollo que da la educación física a la conformación integral del ser humano, se maneja en razón de ese nivel de profundidad que tiene la misma, a pesar de poder ser ubicada en los niveles iniciales y primarios, la educación física como área sirve de base para conjugar esfuerzos con las demás áreas y de esta forma alcanzar aprendizajes que sirvan para la vida, más que para la formación específica del área, de acuerdo con ello Vélchez (2011) manifiesta:

Seguramente, casi ninguno de nuestros futuros alumnos va a ser un deportista con un fichaje millonario, ni el deporte será su media de vida. Pero una actividad física adecuada posibilitará desarrollar plenamente su actividad cotidiana, sin sufrir dolores de espalda mientras trabaja en la oficina, o un incesante cosquilleo en las piernas por problemas de circulación, o unas varices por estar mucho tiempo de pies. Un tiempo adecuado de actividad física correcta, complementa de la mejor forma posible el desarrollo integral de las personas, tanto de la perspectiva mental como corporal, debiendo adecuar los minutos de estudio, con los que son necesarios para el juego o el deporte (p. 73).

Es importante que el docente de educación física, entienda que su labor como profesional de la misma, se encamina hacia el hecho de brindar estrategias adecuadas a las exigencias de la formación integral de los individuos, y no formación de talentos deportivos, esto último es solo una rama de esa área, pero en la escuela no es lo más importante, lo realmente importante aquí es la constitución de mecanismos que sirvan de base para que el estudiante obtenga una mejor calidad de vida, desde esta perspectiva, Rauseo (2016) señala:

La inclusión de la Educación Física como un espacio respetado y asistido por la comunidad educativa necesita su acompañamiento. ¿Cómo y qué deberíamos hacer? Advertir su importancia, sus competencias y, al mismo tiempo, preparando el terreno para que la huella que deje en los niños sea perdurable y socialmente significativa. Es decir, si queremos que los niños y las familias le den importancia al área debemos comenzar por darle, nosotros como docentes, la misma jerarquía que los demás subsectores (p. 12).

Es la educación física, una de las áreas donde se debe colocar mayor empeño a nivel pedagógico, con la finalidad de que el estudiante entienda que todos los elementos que allí se desarrollan, son totalmente validados, pero que no son desarrollados simplemente porque así lo requiere la enseñanza, sino que son requeridos, por cuanto, el desarrollo humano, así lo exige. Las orientaciones que subyacen de la importancia de la educación física, demuestran el nivel de impacto de la misma en la consolidación de la calidad de vida, donde se manejen opciones que promuevan el desarrollo no sólo físico sino integral del ser, donde se manifieste la formación de valores, evidenciando el respeto por el otro, la honestidad en la ejecución de los ejercicios, mejora el diario y la vida de manera global.

Por otra parte, La lúdica, es el arte de enseñar mediante el juego, es decir, el docente pone de manifiesto su capacidad para jugar con los estudiantes y de esta manera lograr un impacto progresivo en su aprendizaje, Mora (2005): “el juego se define como una actividad lúdica organizada para alcanzar fines específicos” (p. 26). Esta herramienta es fundamental ya que se convierte en una estrategia didáctica en el proceso de enseñanza, la cual desarrolla diferentes capacidades en el educando como son: Desarrollo mental, porque cuando compite debe agilizar su pensamiento y tener habilidad para ganar el juego, desarrollo físico, puesto que coordina su motricidad gruesa y fina, desarrollo afectivo, al experimentar emociones como alegrías y solución de conflictos emocionales, desarrollo de la creatividad e imaginación, está es muy importante puesto que tiene que esforzarse por ser el mejor en la competencia, el juego también forma hábitos de cooperación e interacción, está capacidad es muy importante pues se comunica con sus compañeros para lograr sus objetivos y finalmente ser el ganador. Según Domènec, Bishop y otros (2008):

El juego es una pieza clave en el desarrollo integral del niño ya que guarda conexiones sistemáticas con lo que no es juego, es decir, con el desarrollo del ser humano en otros planos como son la creatividad, la solución de problemas, el aprendizaje de papeles sociales... El juego no es sólo una posibilidad de autoexpresión para los niños, sino también de autodescubrimiento, exploración y experimentación con sensaciones, movimientos, relaciones, a través de las cuales llegan a conocerse a sí mismos y a formar conceptos sobre el mundo (p. 5).

Por lo anterior, el juego es representativo en todo ser humano sin importar la edad, logrando adquirir habilidades, destrezas, desarrollando la creatividad, trabajo cooperativo, por lo tanto, se hace necesario utilizar el juego como herramienta didáctica, puesto que conlleva a un aprendizaje por descubrimiento, donde es el mismo educando es quien construye su propio conocimiento por medio de estrategias.

En consecuencia, las estrategias no solamente son utilizadas por el docente, sino que también son utilizadas por el estudiante, cuando este adquiere habilidades y destrezas para adquirir los conocimientos, ahí está utilizando estrategias, es por ello que la enseñanza y el aprendizaje es un trabajo conjunto donde interviene el docente y el estudiante, se debe trabajar en equipo, tener en cuenta los intereses de cada uno, que este proceso se convierta en un modelo constructivista, donde el estudiante por medio del juego construya su conocimiento, adquiera competencias y las aplique en su entorno, siendo una estrategia transformadora que cambie la realidad y sirva de ejemplo para las demás áreas del conocimiento, donde se puedan adquirir conocimientos a través de la lúdica.

La lúdica es uno de los temas que se han adaptado a diferentes áreas con el fin de que los niños y jóvenes logren la comprensión de un contenido de manera más fácil, donde la preocupación de los docentes debe pasar por querer solucionar las problemáticas que se presentan en el aula, es por ello que la lúdica ha marcado gran diferencia en el proceso de enseñanza y aprendizaje, muchas han sido las investigaciones que han surgido en los últimos tiempos con respecto a este tema, es así que el investigador hará una revisión exhaustiva sobre dicha temática con el fin de buscar buenos referentes.

De lo anterior se desprende que la lúdica en su proceso de interacción con la educación física, los docentes deben prestarle atención a su aplicación, porque los niños, niñas y adolescentes de acuerdo a su edad y a las características de cercanía de la lúdica con el juego pueden confundir las actividades que se van a realizar en la ejecución de la clase de educación física. En este caso, por medio de la lúdica se puede adquirir un fuerte cambio en el comportamiento, logrando ser parte constitutiva y factor decisivo para mejores posibilidades de salud y bienestar.

De esta manera, la implementación de las actividades lúdicas en los espacios escolares les proporcionará a los maestros la responsabilidad de capacitarse para que pueda incorporar nuevos cambios para la enseñanza de la educación física, haciendo del acto pedagógico una alternativa expedita para la formación, desde esta perspectiva pedagógica, es imprescindible citar lo pautado por Motta (2014) expone que: “La lúdica es un procedimiento pedagógico en sí mismo. La metodología lúdica existe antes de saber qué profesor la va a propiciar” (p. 45).

Cabe considerar, que la lúdica incorporada en las actividades escolares presenta potencialidades para todas las asignaturas, porque los profesores y los estudiantes van a tomar nuevas formas de ver y ejecutar el proceso de enseñanza y aprendizaje en los colegios, más cuando en la sociedad se requieren todos los días de estrategias innovadoras que conlleven a los jóvenes a ser realmente felices y puedan enfrentar las adversidades de la vida con sentido práctico. Entonces la lúdica, se constituye como una actitud personal que puede ser influenciada por los padres y los maestros para transformar la vida de los más pequeños, tomando como argumentos la creatividad, la espontaneidad y el sentido del humor.

En cuanto a las teorías que respaldan el uso de la lúdica, es imprescindible hacer mención a cómo la lúdica ha venido incursionando en el ámbito educativo desde los siglos anteriores y cuáles han constituido los principales aportes de los autores que han ejecutado estudios en esta materia, por lo que es necesario realizar un recorrido por las teorías más importantes que han logrado observar el comportamiento y los cambios que se producen en los niños, las niñas y los adolescentes cuando en las instituciones educativas y en los hogares son enseñados con la implementación de la lúdica o del juego para alcanzar los aprendizajes y su bienestar.

En este orden de ideas, se presenta la teoría recreativa, de esparcimiento y recuperación propuesta por Lazarus en el año de 1883, donde expone que: “Los niños que comen y descansan bien y que no necesitan consumir energías para poder sobrevivir el juego se convierte en un escape para su excedente de energía” (Newman y Newman, 1983). Por tal motivo, es preciso manifestar que los infantes requieren de momentos donde realicen prácticas físicas donde las mismas pueden estar mediadas por incorporación de la lúdica o de los juegos en las actividades que ejecutan diariamente, éstas pueden devenir de las acciones que llevan a cabo los docentes en los colegios o por los padres y/o acudientes en los espacios familiares o comunitarios.

Seguidamente, se plantea la segunda teoría de la práctica del instinto (ejercicio preparatorio para la vida futura) que fue publicada por Karl Groos, “el cual tenía una concepción del juego como un instinto sencillo y generalizado” (1896), por lo que, expresa Krauss (1990) “Él hacía la diferencia entre juego y trabajo, pero aceptaba que el trabajo puede incluir elementos de juego (p. 11). Por tal motivo, Groos “el juego ayudaba a los animales a sobrevivir, pues por medio de él, aprendían las destrezas necesarias para la vida adulta” (p. 32). De esta manera, en dicha teoría se plasma una nueva forma de incidir en las prácticas educativas haciendo un comparativo como a través del trabajo en la enseñanza y el aprendizaje se puede proporcionar a los estudiantes las herramientas necesarias para que modifiquen sus comportamientos e ideas, y así demostrar que pueden aprender desempeñando las labores cotidianas en el aula.

En este sentido, en la teoría de la catarsis expuesta por Kraus, en el año de 1990. Desde la perspectiva de Hurllok (1982) “En esta teoría se cree que el juego sirve como una válvula de escape para las emociones reprimidas” (p. 19). En esta oportunidad, en la presente teoría el autor aunque no estaba convencido en su totalidad de lo que reflejaba su estudio, esboza una situación que es una realidad en la actualidad, pues el juego o la lúdica tienen entre muchas de sus funciones servir como un medio expedito para alcanzar que las personas puedan aliviar o desprenderse de las malas emociones, o de las situaciones de estrés que son tan populares en el momento histórico que está atravesando el hombre, y que desde niños se pueden observar este tipo de comportamientos en los seres humanos.

En razón de lo señalado, en la teoría de la auto expresión en la que Vargas en 1990, señala que, “el hombre adquiere hábitos de juego. La experiencia se adquiere como actitudes en forma de respuestas de conducta hacia determinados patrones sociales y culturales” (p. 24). Ante lo cual, el mismo autor, Vargas (1995) manifiesta que: “para el hombre identificado con tradiciones culturales, sus hábitos se perfeccionan hasta el grado de que las formas de juegos de un grupo social tienden a constituir también sus hábitos. El individuo toma las costumbres del medio que lo rodea” (p. 15). Por lo tanto, en las comunidades educativas los docentes desde las tradiciones, los hábitos y las costumbres de las personas pueden ejecutar juegos que inviten a los representantes y a los estudiantes a formar parte activa de la formación de los niños y de los adultos, que les sirva como una manera de hacer recreación y esparcimiento.

Otra de las teorías es la llamada del juego como estimulante de crecimiento, propuesta por Vargas (1995), que “caracteriza a la teoría dentro de un sentido biológico”. En 1902, Probst y Cark promulgaron la Ley Biológica de que la función hace al órgano, donde estipulan “A medida que el hombre desarrolla actividad física por medio del juego, prepara su organismo y lo habilita para obtener mayor y mejor rendimiento” (p. 42). Por lo cual, es preciso que desde las primeras etapas de vida los seres humanos puedan desarrollar y adquirir el hábito de prácticas actividades físicas y del juego de manera continua, todo ello con el fin de que lograr la formación de personas aptas para el desempeño de deportes en alto rendimiento, así como de los que no lo alcancen puedan mantener su salud física y mental a través del ejercicio y de la lúdica.

Cabe considerar también, la teoría del entretenimiento publicada por Vargas, 1995, comenta que “esta teoría considera al juego como un mero pasatiempo o diversión, que no tiene mayor significado en la vida. Es una forma de perder el tiempo” (p. 27). Además, afirma también, “para algunos profesores de educación física, esta teoría tiene valor específico y necesario en caso de reunión festiva, con fines de esparcimiento y regocijo. Entretiene y divierte a la gente”. Se puede decir que la precedida teoría del entretenimiento es promovida en múltiples espacios a nivel mundial y las personas la aplican de diferentes formas y con distintas funciones, en el medio escolar y familiar el entretenimiento es necesario para que los individuos consigan momentos para reírse, disfrutar, compartir, salir de la rutina diaria, entre otros.

Prosiguiendo, en la teoría de crecimiento y mejoramiento, Newman, y Newman, en el año de 1983, consideran el juego como un modo de aumentar las capacidades del niño. “Lo definían como el tiempo donde los niños descubren y ensayan sus capacidades. Consideraban que el juego dirige al niño hacia una actitud más madura y efectiva” (p. 18). Tal idea afirma que, la incorporación de la lúdica o el juego como una estrategia educativa que llevada a las diferentes áreas del conocimiento en las instituciones educativas puede colaborar con el crecimiento y la formación integral de los estudiantes, además de lograr hacerlo de una manera amena y armónica.

Es de hacer notar que, en el marco de la teoría de reestructuración cognoscitiva Jean Piaget propuesta en 1991. Piaget considera el juego como “un fenómeno que va decreciendo en importancia en la medida en que el niño adquiere las capacidades intelectuales que le permiten entender la realidad de manera más exacta” (Piaget, 1991). Desde este planteamiento, Piaget aborda el juego de una manera diferente a las concepciones señaladas con anterioridad, o simplemente hace la aclaratoria de que la lúdica es importante en el proceso educativo de los niños hasta cierta edad y que después pierde su connotación o validez en el medio escolar de los adolescentes.

Para finalizar, es imperioso hacer referencia a lo señalado por Piaget específicamente porque en la actualidad la implementación de la lúdica en los contextos educativos en el territorio nacional en Colombia es fundamental para acabar con las rutinarias y tradicionalistas clases que en muchas oportunidades llevan a cabo los docentes en todos los niveles del sistema educativo, y más en aquellas asignaturas y áreas donde los contenidos son más difíciles de comprender por parte de los estudiantes, por lo tanto los profesores tienen que buscar los medios para mantener la motivación y la atención de los alumnos en todo momento.

Con relación en los sustentos sociológicos de la educación física y de cómo la lúdica puede intervenir o interviene en los cimientos pedagógicos que llevan a cabo los docentes y los padres de familia en los colegios y en los hogares respectivamente, es necesario manifestar que la principal función de la asignatura en el ámbito del currículo es enseñar a los niños, las niñas y los adolescentes a sentir atracción por el deporte, por la recreación y por las actividades que conlleven a los estudiantes a descubrir sus potencialidades físicas, y por qué no convertirse en atletas de alto rendimiento.

En este orden de ideas y haciendo énfasis en las condiciones básicas y en las situaciones formativas de los alumnos en el ámbito escolar, es preciso que se le puedan inculcar los fundamentos requeridos para vivir sanamente en una sociedad cada vez más exigente, por lo que Parlebás (citado por García Monge y Rodríguez, 2007): manifiestan que: “Al jugar, el niño hace el aprendizaje de su universo social y testimonia, sin saberlo, la cultura a la que pertenece” (p. 90). Ante lo cual, al percibir en los procesos de enseñanza y aprendizaje la importancia de la lúdica y de la formación integral de la persona, los educandos podrán establecer la preponderancia que tiene para su bienestar el desarrollo de saberes y destrezas para vivir en sociedad.

En este sentido, desde lo sociológico la lúdica busca la participación activa de todos los niños, las niñas y los adolescentes donde se encuentren, es decir, en cualquier espacio donde se aplique el juego trata de incorporar a la totalidad de los infantes con la finalidad de hacer que se mejoren las relaciones entre los presentes y que a través de las interrelaciones existentes se puedan romper los miedos, Malajovic (2000) dice que toda actividad lúdica precisa de tres condiciones esenciales para desarrollarse: Satisfacción, seguridad y libertad. Satisfacción de necesidades vitales imperiosas, seguridad afectiva y libertad (p. 12). Por ende, dichas actividades incitan a los niños a sentirse contentos, a vivir en libertad de expresarse y a sentir seguridad en cada uno de los contextos al tomar decisiones.

A manera de conclusión destaca que la clase de educación física es compleja porque en la misma se considera la formación integral del sujeto, es un área de conocimiento donde se logra el equilibrio entre mente y cuerpo, para la ejecución de diversos ejercicios que desde la perspectiva formativa donde se hace énfasis en la concreción de aspectos que promueven la mejora de la calidad de vida de quien la práctica. Generalmente la clase de educación física, es de naturaleza obligatoria en los diferentes niveles y etapas formativas, en el caso de Colombia, la misma aparece desde la educación preescolar, hasta el nivel universitario, está presente en todas porque ofrece la dinamización en el desarrollo del ser.

En este sentido, la educación física en las instituciones educativas, se formula desde la visión de promover en el estudiante el hábito de ejercitarse y así lograr una vida sana, es importante destacar que, en la educación física, no se persigue la formación de atletas de alto rendimiento, sino que se logra la configuración de una formación que permita a lo físico valorarse desde la perspectiva del ejercicio. Es un área muy compleja, porque además de integrar el ejercicio, además se llevan a cabo estrategias para la integración y la recreación de los educandos, también se busca que los alumnos puedan comprender la anatomía y fisiología humana, pasando por los recursos para así generar prácticas pedagógicas óptimas que promuevan en el estudiante una formación significativa.

En este orden de ideas, es necesario manifestar el significado y la raíz o connotación que tiene la palabra lúdico o lúdica, por lo que para la Real Academia Española la define como: Del juego o relativo a él. Proviendo etimológicamente del latino ludus, juego, e -ico, lo cual tiene su origen en la antigua cultura romana, allí la palabra latina “ludus” tiene varios significados dentro del campo semántico de juego, deporte, formación y también hacía referencia a escuelas de entrenamiento para gladiadores como las conocidas históricamente Ludus Magnus y Dacicus Ludus, para Piñeros (2002) “así como en su polisemia ludus también adquiere en la poesía latina la concepción de alegría”(p. 22) Por tanto, la inclusión de la lúdica permitirá otorgarle importancia al juego, a la recreación, a la alegría, a la armonía, a las emociones, entre otros factores que pueden colocarse en práctica en la clase.

En tal sentido, el empleo de la lúdica en la clase de educación física debe comprometer a los docentes a explicar a sus educandos que la lúdica es más que un juego, es una emoción, es una forma de expresar los sentimientos, es cultura, para Jiménez (2010) comenta:

La lúdica como experiencia cultural, es una dimensión transversal que atraviesa toda la vida, no es una práctica, no es una ciencia, ni una disciplina. Es un proceso inherente al desarrollo humano en toda su dimensionalidad psíquica, social, cultural, biológica. Desde esta perspectiva está ligada a la cotidianidad, en especial búsqueda del sentido de la vida y la creatividad humana (p. 6).

Ante lo señalado en la cita por el autor, la lúdica está inmersa en la propia condición humana, en todo lo que hacen las personas en el día a día, en la manera en que le buscan soluciones a las diferentes problemáticas que se les van presentando y también como una forma de hacer las cosas con mayor empeño y mejor ánimo, por ende, la lúdica en la enseñanza en el nivel de educación primaria debe concebirse como un objetivo o una estrategia transversal que partiendo de la educación física se pueda extrapolar a las demás asignaturas.

Desde esta perspectiva, la lúdica se establece como una de las propuestas realizadas por Organización de Naciones Unidas (ONU, 2015) a nivel internacional, porque por medio de la inserción de esta estrategia se pueden corregir una serie de deficiencias pedagógicas que se presentan cotidianamente durante el proceso de enseñanza y aprendizaje de la educación física en todos los niveles educativos, debido a que como lo destaca Posada (2014) una actitud lúdica conlleva a: “Curiosear, experimentar, dialogar, reflexionar, es a través de la vivencia de distintas experiencias que se puede llegar a la pedagogía lúdica la cual se presenta como una propuesta didáctica de disfrute y desafío” (p. 14). Por medio del cual, los docentes pueden lograr que los niños y los adolescentes se conviertan en seres protagonistas de su aprendizaje.

Por consiguiente, el establecimiento de la lúdica como estrategia pedagógica en los contextos educativos redundará en la promoción de cambios y en la transformación de los escenarios escolares en espacios donde la alegría, la motivación, las emociones, el estímulo, entre otros aspectos serán la base la participación de los alumnos, por lo que para Jares (1999): “Lo lúdico es todo lo relacionado con lo interesante, alegre y divertido, el esparcimiento, lo atractivo y motivador, se refleja en el juego y este es el medio natural para el desarrollo personal y el aprendizaje” (p. 3). A tal efecto, los procesos de enseñanza y aprendizaje tendrán un matiz de diversión y de motivación constante, que conllevarán a la consecución de la misión educativa.

En correspondencia con lo anterior, en las diferentes áreas de conocimiento existente en el plano educativo, la educación física es tomada en muchas oportunidades como una asignatura que sirve de complemento y no como una materia que se encarga de proporcionar nuevos aprendizajes a los estudiantes para mejorar su condición física, mental y hasta moral, porque desde la misma se logra que el estudiante se forme de una manera integral, es decir, lo pautado por la ONU, se corresponde con la existencia de clases monótonas o aburridas en las instituciones educativas, procesos de enseñanza basados en estrategias tradicionales, que en vez motivar a los educandos lo que conllevan a disminuir su interés por aprender.

## REFERENCIAS

- Domènec, A. Bishop, M<sup>a</sup>. Y otros (2008). El juego como estrategia didáctica. Laberinto educativo. Caracas Venezuela.
- Fernández, J. (2009). La importancia de la Educación Física en la escuela. Efdeportes.com. Tomado de: <http://www.efdeportes.com/efd130/la-importancia-de-la-educacion-fisica-en-la-escuela.htm>
- García, A., y Rodríguez, H. (2007). Dimensiones para un Análisis Integral de los Juegos Motores de Reglas. Educación Física y Deporte. 83-107
- Jares, X. (1999). El Juego Cooperativo y la Cultura para la Paz. Madrid: Edición Popular. p. 8.
- Jiménez, C. (2010). Neuropedagogía Lúdica. [Texto en línea] Disponible desde internet en: <http://www.ludicacolombia.com/entrevistas.html>
- Krauss, R. (1990). Recreation and Leisure in Modern Society. HarperCollins. Publishers. (4 edición).
- López, G (2011). Métodos de Investigación para Investigación Educativa. Ediciones Morata.
- Malajovich, A. (2000) El juego en el nivel inicial. Malajovich, Ana (Comp.) Recorridos didácticos en el nivel inicial. Buenos Aires. Paidós
- Maturana, F. (2010). Tecnologías y educación. La Era de la Informática. Editorial Pirámide. Argentina.
- Mora, A. (2005). Estrategias de Enseñanza y Aprendizaje en Matemáticas. Editorial Planeta. Colombia.
- Motta, J. (2014). La lúdica, Procedimiento Pedagógico. Bogotá: Universidad Nacional.
- Newman, B & Newman, P. (1983). Desarrollo del Niño. Mexico: Limusa.
- Organización de Naciones Unidas (ONU, 2015). Propuestas Pedagógicas para el Fortalecimiento de la Educación.
- Piñeros, L. (2002). La Lúdica y su Importancia en la Educación. (<http://lema.rae.es/drae/?val=etimologia>).
- Posada, R. (2014). La Lúdica Como Estrategia Didáctica (Doctoral dissertation), Universidad Nacional de Colombia, Bogotá, Colombia. Recuperado de <http://www.bdigital.unal.edu.co/41019/1/04868267.2014.pdf>
- Rauseo, P. (2016). Definiciones Conceptuales de la Educación Física. Editorial Planeta. Colombia.
- Vargas, Z. (1995). El Principio de la Educación del Niño. Escuela de Educación Física y Deportes. Universidad de Costa Rica.
- Vílchez, F. (2011). Educación Física y Recreación. Editorial Paidós. España. 31