

Actividades de ocio y tiempo libre

Consulte nuestra página web: www.sintesis.com
En ella encontrará el catálogo completo y comentado



Queda prohibida, salvo excepción prevista en la ley, cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra sin contar con autorización de los titulares de la propiedad intelectual. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (arts. 270 y sigs. Código Penal). El Centro Español de Derechos Reprográficos (www.cedro.org) vela por el respeto de los citados derechos.

Actividades de ocio y tiempo libre

José Lozano Luzón

© José Lozano Luzón

© EDITORIAL SÍNTESIS, S. A.
Vallehermoso, 34. 28015 Madrid
Teléfono 91 593 20 98
<http://www.sintesis.com>

ISBN: 978-84-9077-307-9
Depósito Legal: M-13.973-2016

Impreso en España - Printed in Spain

Reservados todos los derechos. Está prohibido, bajo las sanciones penales y el resarcimiento civil previstos en las leyes, reproducir, registrar o transmitir esta publicación, íntegra o parcialmente, por cualquier sistema de recuperación y por cualquier medio, sea mecánico, electrónico, magnético, electroóptico, por fotocopia o por cualquier otro, sin la autorización previa por escrito de Editorial Síntesis, S. A.

Índice

PRESENTACIÓN	9
1. OCIO Y TIEMPO LIBRE: LA PEDAGOGÍA DEL OCIO	11
Objetivos	11
Mapa conceptual	12
Glosario	12
1.1. Introducción	13
1.2. Ocio y tiempo libre	14
1.2.1. Concepto y diferenciación	15
1.2.2. Análisis social: evolución del ocio a lo largo de la historia	17
1.2.3. Características del ocio en la sociedad actual	18
1.3. La pedagogía del ocio	24
1.3.1. Concepto de pedagogía del ocio	25
1.3.2. Características y líneas de actuación	26
1.3.3. Finalidades de la pedagogía del ocio	27
1.4. Ocio inclusivo en el siglo XXI	29
1.5. La educación en valores en el campo del ocio y el tiempo libre	31
Resumen	35
Ejercicio propuesto	35
Test de autoevaluación	36
2. PLANIFICACIÓN Y DISEÑO DE LA ACTIVIDAD EN EL CAMPO DEL OCIO	39
Objetivos	39
Mapa conceptual	40
Glosario	40

2.1.	Introducción	41
2.2.	El proceso de planificación en el ocio	41
2.2.1.	Tipos de planificación: niveles	42
2.2.2.	Fases del proceso de planificación	43
2.3.	Planificación de proyectos de ocio y tiempo libre para colectivos específicos	48
2.3.1.	Necesidades e intereses	49
2.3.2.	Dificultades y obstáculos para el acceso al ocio	51
2.4.	Metodología de la animación del ocio y el tiempo libre	53
2.4.1.	Principios generales de intervención	53
2.4.2.	Estrategias y técnicas	54
2.5.	Prevención y seguridad en el campo del ocio y el tiempo libre	56
2.5.1.	Valoración de la importancia de generar entornos seguros	58
2.6.	Organización y selección de materiales y recursos	59
2.7.	El papel del animador en el ocio	60
2.7.1.	Características y funciones	61
2.7.2.	Capacidades, aptitudes y actitudes	62
2.7.3.	Dinamización y coordinación de actividades de ocio y tiempo libre.....	63
	Resumen	64
	Ejercicio propuesto	64
	Test de autoevaluación.....	65
3.	EL JUEGO COMO EJE FUNDAMENTAL EN EL OCIO Y EL TIEMPO LIBRE	67
	Objetivos	67
	Mapa conceptual	68
	Glosario	68
3.1.	Introducción	69
3.2.	La pedagogía del juego: el modelo lúdico	70
3.2.1.	El juego: concepto y características.....	70
3.2.2.	Evolución del juego	71
3.2.3.	Teorías en torno al juego.....	72
3.2.4.	Tipos de juegos	73
3.2.5.	Funciones: valor educativo, emocional, social y relacional del juego	75
3.2.6.	Juego y desarrollo	77
3.2.7.	Uso del juego en el campo del ocio	79
3.3.	El juguete como recurso fundamental	80
3.3.1.	Clasificación de los juguetes	81
3.3.2.	Juegos y juguetes tradicionales	82
3.3.3.	Normativa de seguridad en el juguete	84
3.4.	Espacios y servicios destinados al juego	85
3.4.1.	Ludoteca	86
3.4.2.	Parques infantiles de ocio: espacios abiertos y cerrados	90
	Resumen	95
	Ejercicio propuesto	95
	Test de autoevaluación.....	96

4. EL MEDIO NATURAL COMO FUENTE DE OCIO	99
Objetivos	99
Mapa conceptual	100
Glosario	100
4.1. Introducción	101
4.2. La educación ambiental	102
4.2.1. Características y principios de la educación ambiental	102
4.2.2. La ecología: concepto, características y posibilidades	104
4.2.3. La meteorología: concepto, características y posibilidades	105
4.2.4. El animador en la educación ambiental	107
4.2.5. Educación ambiental y sostenibilidad	109
4.3. Marco legal en las actividades al aire libre	111
4.4. Recursos en el medio natural	114
4.4.1. Uso y mantenimiento	116
4.4.2. Marco legislativo para su uso	118
4.4.3. Protocolos de seguridad	119
4.5. Actividades en el medio natural	122
4.5.1. Técnicas para el descubrimiento del entorno	122
4.5.2. Campamentos	127
4.5.3. Otras actividades medioambientales	129
4.5.4. Ecosistema urbano	130
4.6. Pautas de intervención en la naturaleza	132
Resumen	133
Ejercicio propuesto	134
Test de autoevaluación	135
5. OTRAS ACTIVIDADES AL SERVICIO DEL OCIO Y EL TIEMPO LIBRE	137
Objetivos	137
Mapa conceptual	138
Glosario	138
5.1. Introducción	139
5.2. Animación y técnicas de expresión	140
5.2.1. Técnicas para el desarrollo de la expresión oral	142
5.2.2. Técnicas para el desarrollo de la expresión corporal	144
5.2.3. Técnicas para el desarrollo de la expresión plástica	150
5.2.4. Técnicas para el desarrollo de la expresión musical	151
5.2.5. Técnicas para el desarrollo de la expresión audiovisual	156
5.3. Creatividad en el campo del ocio	157
5.4. Los talleres en la educación del ocio y el tiempo libre	160
5.5. Juegos para el desarrollo de habilidades	162
5.5.1. Desarrollo de habilidades sociales	163
5.5.2. Desarrollo de habilidades intelectuales	164
5.5.3. Desarrollo de habilidades motrices	166
5.6. Diseño de actividades de ocio para personas con discapacidad	167
5.6.1. Adecuación de los recursos expresivos al campo del ocio	168
5.6.2. Criterios para la selección según las capacidades motrices de la persona	169
Resumen	170
Ejercicio propuesto	170
Test de autoevaluación	171

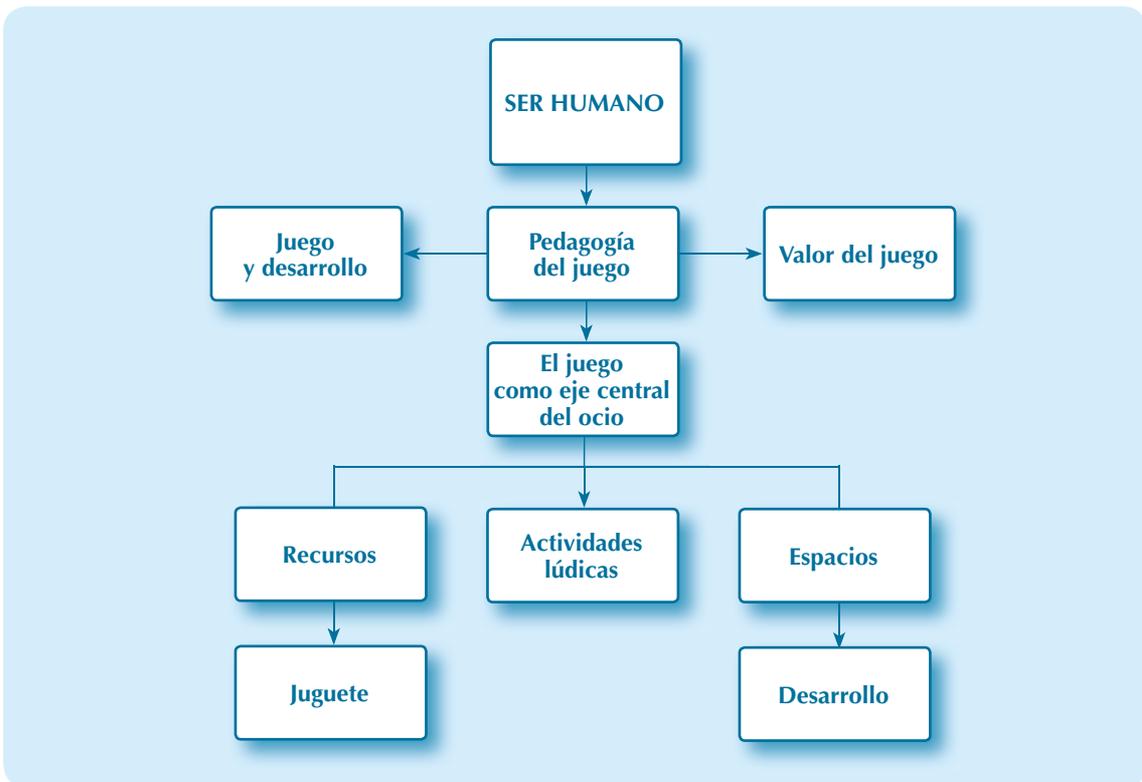
6. EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO EN EL CAMPO DEL OCIO	173
Objetivos	173
Mapa conceptual	174
Glosario	174
6.1. Introducción	175
6.2. Evaluación de proyectos de animación de ocio y tiempo libre	176
6.2.1. Características	177
6.2.2. Momentos de evaluación	178
6.2.3. Fases del diseño de la evaluación	179
6.2.4. Funciones y finalidades	181
6.3. La evaluación como instrumento de mejora en el ocio	182
6.3.1. La evaluación formativa	182
6.3.2. La intervención en el ocio: un ciclo reflexivo	183
6.4. Técnicas e instrumentos para realizar la evaluación en el ocio y el tiempo libre	184
6.4.1. La observación como técnica fundamental de evaluación en el ocio	185
6.4.2. Entrevistas y cuestionarios	186
6.4.3. Otras técnicas e instrumentos para la evaluación	187
6.5. Indicadores de evaluación	189
6.6. Complimentación y registro de la información	190
6.6.1. Instrumentos para el registro de la información	191
6.6.2. Importancia de la transmisión de la información	192
6.7. Gestión de la calidad de los proyectos de ocio y tiempo libre	193
6.7.1. El proceso de gestión de la calidad	194
6.7.2. Agentes implicados en la calidad del servicio	195
Resumen	196
Ejercicio propuesto	197
Test de autoevaluación	198
 BIBLIOGRAFÍA	 201

El juego como eje fundamental en el ocio y el tiempo libre

Objetivos

- ✓ Conocer los aspectos fundamentales en torno al juego y a la pedagogía del juego.
- ✓ Analizar y valorar los diferentes recursos y espacios vinculados al modelo lúdico, así como la aplicación de este en el campo del ocio y el tiempo libre.
- ✓ Valorar la importancia que presenta el juego de cara al desarrollo humano y determinar el valor del mismo para la persona.
- ✓ Diferenciar las diferentes posibilidades que se desprenden del juego en el campo del ocio y el tiempo libre.

Mapa conceptual del capítulo



Glosario

Juego. Actividad libremente escogida, de carácter ficticio, aunque seria y formal, que produce placer y diversión a la vez que favorece las relaciones del individuo con el entorno, así como su desarrollo en las diferentes dimensiones y el mantenimiento de sus habilidades y capacidades.

Juego heurístico. También llamado *juego manipulativo*. En este, el niño explora para descubrir las características de los objetos.

Juegos populares. Son aquellos juegos que se encuentran muy vinculados a las actividades del pueblo llano y que a lo largo de los años y de las generaciones han ido transmitiéndose de padres a hijos.

Juego simbólico. Juego característico del niño en torno a los 3 y 6 años en el que el niño representa a través de la imitación las acciones de los mayores (cocinitas, bomberos, etc.).

Juguete. Según la RAE, “objeto con el que los niños juegan y desarrollan determinadas capacidades”. Esta acepción que se añade a la existente hasta el momento, que definía el juguete como objeto que sirve para entretenerse únicamente.

Pedagogía. Ciencia que estudia los procesos educativos o de enseñanza a través de los diferentes ámbitos o disciplinas humanas (educación formal y educación no formal dentro de la cual encontramos el campo del ocio). Pretende mejorar la realidad educativa en diferentes ámbitos: familiar, escolar, social y laboral.

Psicoanálisis. Teoría psicológica desarrollada por Sigmund Freud que concede una importancia decisiva a la permanencia en el subconsciente de los impulsos instintivos reprimidos por la conciencia, dentro de los cuales encontramos entre otros muchos aspectos también algunos referidos al juego.

3.1. Introducción

Desde siempre, la palabra *juego* ha estado íntimamente asociada a la etapa infantil del ser humano. El juego parece ser únicamente “cosa de niños” olvidándonos de los beneficios que, a cualquier edad, este produce sobre el individuo.



Figura 3.1
El juego, actividad inherente al ser humano

En nuestro tiempo, los adultos no aceptamos el juego como una parte integrante de nuestra vida, en todas sus etapas. No podemos dejar de ver el juego como una actividad únicamente placentera sinónimo de pérdida de tiempo (llegando incluso, en ocasiones, a condenar a aquellos que juegan mientras nosotros no lo hacemos), olvidándonos así del enorme potencial que el juego como actividad de ocio tiene tanto a nivel cognitivo como para nuestra salud y desarrollo.

Debate inicial

¿Crees que el juego es algo universal o por el contrario existen actividades y juegos en función de la edad, el sexo, las capacidades que se poseen, etc.?

3.2. La pedagogía del juego: el modelo lúdico

El juego es una actividad universal, ligada desde los inicios al ser humano, que se practica y debe ser así a lo largo de toda su vida; desde el nacimiento hasta sus últimos días. Jugar, como veremos a lo largo de estas páginas, no es otra cosa que conocer y conocerse, divertirse, integrarse, participar, evolucionar, desarrollar y mantener. De ahí que jugar sea, y haya sido siempre, la principal ocupación en nuestro tiempo libre, en nuestro ocio.

Aunque el juego es la actividad por antonomasia de la infancia, debe desarrollarse a lo largo de toda la vida, independientemente de nuestras características físicas, psíquicas o sensoriales si queremos disfrutar de un ocio de calidad alejado de agentes tan peligrosos como el consumismo o la privatización del ocio. Y es en torno a esta idea donde se origina la *pedagogía del juego*.



IMPORTANTE

La *pedagogía del juego* (o pedagogía lúdica) es aquella parte de la pedagogía que se encarga del estudio de los beneficios que surgen de una actividad tan enriquecedora como el juego en la persona para, según ellos, estructurar y organizar una intervención enriquecedora que tome como eje fundamental de dicha intervención lo lúdico y el propio juego.

3.2.1. El juego: concepto y características

Para poder acercarnos a dar una definición, lo más completa posible, acerca del concepto de juego es necesario, en primer lugar, conocer sus principales características:

- Es una actividad divertida, produce placer.
- Es escogida libremente por el individuo.
- Nunca se impone.

Por otro lado, centrándonos más de lleno en la naturaleza del mismo, podemos indicar otras características, no menos importantes, como son:

- Sigue un orden. Tiene unas pautas de desarrollo.
- Es una actividad creadora.
- Es una actividad que requiere de seriedad.
- Tiene carácter ficticio, no es real.
- El juego siempre se ve influenciado por la cultura y la tradición.

Por último, desde el punto de vista del impacto que este produce en la persona que juega, podemos señalar otras características como son:

- Favorece el desarrollo y el mantenimiento cognitivo, físico, social, afectivo y emocional de los usuarios.

- Mejora las relaciones y la integración con el entorno natural y social.
- Favorece el desarrollo del autocontrol.
- Puede utilizarse como un medio terapéutico.

El juego es por lo tanto una necesidad; así, por ejemplo, en niños los favorece el desarrollo, en los jóvenes y en los adultos las relaciones sociales, y en ancianos mantienen la ilusión por el entorno, funciona como estímulo, mantiene las capacidades, entre otros beneficios.

RECUERDA

- ✓ En función de las características que antes anotábamos, podemos definir el *juego* como una actividad libremente escogida, de carácter ficticio, aunque seria y formal, que produce placer y diversión a la vez que favorece las relaciones del individuo con el entorno, así como su desarrollo en las diferentes dimensiones y el mantenimiento de sus habilidades y capacidades.

3.2.2. Evolución del juego

Al igual que todo, en nuestra sociedad, los juegos no han permanecido latentes en el tiempo sino que estos han ido cambiando o evolucionando de forma paralela a la que lo han ido haciendo nuestras sociedades. Los juegos de nuestros mayores nada tienen que ver con los juegos de los niños y las niñas que hoy día habitan nuestras familias. Tampoco los materiales con los que se juega, los lugares o los espacios destinados al juego parecen guardar la más mínima esencia de aquello a lo que hace siglos, incluso décadas, llamábamos juego.

Teniendo en cuenta la caracterización de nuestra sociedad, que ya analizamos en el capítulo 1, podemos decir que los juegos han seguido las siguientes líneas de cambios en nuestra sociedad occidental:

- Han ido haciéndose más necesitados de recursos y juguetes que sustituyan la imaginación.
- Han pasado de ser actividades sociales y de gran grupo a actividades de grupo reducido, e incluso individuales.



Figura 3.2
Los juegos populares, especie en extinción

- De ser libres a estar, actualmente, acotadas o parcialmente dirigidas.
- En lugar de desarrollarse en espacios libres y exteriores se han encerrado en espacios acotados, diseñados previamente para ello y totalmente controlados.
- Han pasado de ser propicias para cualquier momento del día a restringirse para momentos concretos, a veces incluso considerados como una recompensa.
- En vez de ser un juego más creativo, manipulativo y experiencial, ahora son un juego más tecnológico y pasivo.

Actividades propuestas



- 3.1.** Trata de rescatar de tu entorno diferentes juegos populares. Después, realiza una ficha en la que recojas una breve descripción de cada uno de ellos, el material necesario para su desarrollo, etc. Seguidamente compartidlos en clase, elaborad un dossier o fichero de juegos populares y poned en práctica alguno de ellos.
- 3.2.** ¿Crees que la evolución que el juego ha sufrido a lo largo de las últimas décadas ha sido productiva o contraproducente? Justifica tu respuesta.
- 3.3.** ¿Crees que los juegos de hoy día reúnen las doce características que vimos anteriormente? ¿Cuáles crees que no? Justifica tu respuesta.

3.2.3. Teorías en torno al juego

Numerosos pensadores, y de manera muy especial a lo largo de los siglos XIX y XX, han intentado justificar el porqué de los juegos en el ser humano, el para qué y la importancia que estos tienen en el ser humano. Entre las teorías más aceptadas, las cuales se complementan entre sí, encontramos las siguientes:

- *Teoría de recreo (F. Schiller)*. Según Schiller, el juego sirve para recrearse. El juego no es más que la fuente necesaria de placer para alcanzar la tan ansiada calidad de vida. Es, por tanto, la calidad de vida la que demanda que el juego aparezca como una realidad inherente a la persona y totalmente necesaria para la longevidad.
- *Teoría del descanso (M. Lazarus)*. El juego es, según esta teoría, una actividad que sirve para descansar y para recuperar la energía consumida a lo largo del quehacer diario. Está relativamente relacionada con la anterior, en tanto en cuanto ambas asumen la necesidad del juego para la calidad de vida de la persona, pero mientras que la primera se refiere únicamente al placer, esta segunda más bien se refiere al descanso o a la desconexión de las obligaciones, desde el punto de vista físico y sobre todo psicológico.
- *Teoría del exceso de energía (H. Spencer)*. Para esta teoría, el juego no es más que una actividad encaminada a eliminar las energías sobrantes o excedentes en nuestro organismo que no hemos agotado en las tareas diarias y que necesitamos eliminar pues de no ser así acabaríamos produciendo incomodidades psíquicas y físicas (estrés, obesidad...).
- *Teorías psicoanalistas (S. Freud)*. No es que Freud haya creado una teoría acerca del juego, sino que en sus teorías de psicoanálisis Freud se basa en el estudio de los jue-

gos (a los que ve como algo espontáneo o subconsciente) en los que, según este, los niños vuelcan aquellas cosas que en sus vidas les han causado una gran impresión. De ahí que a veces, se reproduzcan en los juegos los miedos o sufrimientos que se van soportando.

- *Teoría intelectualista (J. Piaget y otros)*. La teoría del juego de Piaget es una de las más completas. Este hace un estudio de cuáles son las características más esenciales del juego a las diferentes edades y cómo influye este en el desarrollo. Una de las carencias más importantes de sus teorías es que solo atendían a la infancia, dejando a un lado las demás etapas del ser humano. Así, Piaget diferenciaba tres etapas fundamentales en el niño, en las que el juego se caracterizaba por las etapas recogidas en el cuadro 3.1.
- *Teoría social o relacional (L. Vigotsky)*. Según Vigotsky, y otros autores de la escuela soviética, no se puede hablar de juego hasta que se haya alcanzado un desarrollo mínimo. El juego no es más que la adopción de un papel social y la representación del mismo. Los juegos tienen siempre un fondo social y dependen, por tanto, de cada contexto.

CUADRO 3.1
El juego en los diferentes estadios o etapas de la infancia según Piaget

Etapa sensoriomotriz (0-2 años)	Etapa preoperacional (2-6 años)	Etapa operacional (6-12 años)
Juego manipulativo	Juego simbólico	Juego reglado
El niño explora para descubrir las características de los objetos.	El juego es autístico egocéntrico. El niño expresa mediante el juego su mundo, reproduce sus experiencias previas.	El juego comienza a estar estructurado y regulado por normas. Se hace más social.



Actividad propuesta 3.4

Las diferentes teorías en torno al juego son complementarias, no suplementarias. ¿Con cuál de ellas estás más de acuerdo o cuál te parece más acertada? Justifica tu respuesta.

3.2.4. Tipos de juegos

No existe una sola clasificación sobre los tipos de juegos; estas dependen del autor que las realice. Así, a continuación desarrollaremos diferentes clasificaciones en función de diferentes criterios (cuadro 3.2).

CUADRO 3.2**Clasificaciones de los distintos tipos de juegos en función de diversos criterios**

Criterios	Tipos de juegos
Según la estructura y la participación de agentes externos en el propio juego.	<ul style="list-style-type: none"> • Juego libre o espontáneo. • Juego estructurado o dirigido.
Según el número de participantes.	<ul style="list-style-type: none"> • Juegos individuales. • Juegos colectivos: pequeño grupo, gran grupo.
Según la presencia o ausencia de reglas.	<ul style="list-style-type: none"> • Juegos no reglados (libres y espontáneos). • Juegos reglados.
Según el material utilizado.	<ul style="list-style-type: none"> • Juegos con el cuerpo. • Juegos con material. • Juegos con objetos de uso cotidiano (incluye alternativo). • Juegos con material lúdico específico.
Según el lugar de realización.	<ul style="list-style-type: none"> • Juegos de interior. • Juegos de exterior. • Juegos de espacios predeterminados.
Según nivel de competitividad.	<ul style="list-style-type: none"> • Juego simple. • Predeporte. • Deporte.
Según la intencionalidad educativa con la que han sido diseñados.	<ul style="list-style-type: none"> • Sin intencionalidad educativa aparente: <ul style="list-style-type: none"> – Juego libre. – Juego popular. – Juego tradicional. • Con intencionalidad educativa: <ul style="list-style-type: none"> – Juegos educativos. – Juegos didácticos.

De forma más específica, para el mundo de la animación sociocultural, el técnico podrá diseñar infinidad de intervenciones en sus contextos de intervención en las que lo lúdico aparezca como el principal protagonista. Así, podemos encontrar:

- *Grandes juegos.* Son juegos que duran varias horas, que implican que los destinatarios representen un papel distinto al habitual, como por ejemplo los juegos de roll en vivo.
- *Yincanas y rallies.* Son juegos consistentes en circuitos de pruebas de carácter lúdico (o conjunto de juegos) que se estructuran en torno a un orden y una secuencia. Suelen tener cierto carácter competitivo, pero su finalidad última siempre es divertirse.
- *Juegos al aire libre.* Aunque son cada vez menos frecuentes debido a la pérdida de espacios, son sin lugar a dudas una de las más eficientes estrategias de animación con las que cuenta el técnico. Suponen acción y a la vez divulgación.
- *Juegos de animación.* Son juegos que pretenden llevar un poco de fiesta al contexto, es decir, en los que la diversión y las ganas de pasarlo bien están siempre presentes.

- *Juegos predeportivos*. Son juegos en los que se busca la iniciación deportiva por medio de materiales alternativos. Ayudarán a los destinatarios a desarrollar sus habilidades físicas, a mejorar las relaciones sociales, etc.
- *Juegos de desinhibición*. Son juegos previos “o antes de” que ayudarán a los destinatarios a superar timideces y complejos, a sentirse creadores, a conocerse más a sí mismos y a valorarse con equilibrio, de cara a una intervención posterior más profunda.

3.2.5. Funciones: valor educativo, emocional, social y relacional del juego

El juego, como ya hemos introducido en páginas anteriores, va a tener un importante valor tanto en la dimensión social, como en la dimensión afectiva, como a nivel físico y cognitivo. Esto, en contra de lo que puede parecer, siempre va a ser así, independientemente de la etapa del ciclo vital en la que nos encontremos y de cuáles sean las características del colectivo.



Figura 3.3
Valor e importancia del juego sobre las cuatro dimensiones de la persona

A) Valor físico del juego

Si por algo se caracteriza el juego es por el desarrollo físico al que va asociado. De esta manera, el juego está íntimamente ligado con el bienestar de la persona y una de sus más claras funciones es la de mantener físicamente a la persona. Es importante no confundir juego con deporte, ya que para el juego no hace falta un fondo físico tan considerable como para el deporte pero, aun así, el juego también ayuda a mantener y mejorar nuestras capacidades físicas, no solo motrices o psicomotrices, sino también auditivas, visuales, etc.

B) Valor educativo del juego

En los últimos tiempos, el juego se está utilizando en los centros educativos, dado su enorme poder educativo. El juego, efectivamente, produce aprendizaje y ayuda a desarrollar mantener las funciones cognitivas. En el juego entran en funcionamiento funciones cognitivas,

como la atención, la percepción, etc., además ayudamos a ejercitar la memoria desarrollamos la orientación espacial y temporal.

Además, desde este punto de vista de la pedagogía lúdica, el juego cumple una función educativa, ya que:

- Es un potencial transmisor de conocimiento.
- Nos ayuda a tomar contacto con nuestras costumbres y cultura.
- Nos acerca a conocer otras costumbres y culturas diferentes a la nuestra en tiempo u origen.
- Aparece como un importante recurso en la transmisión de valores.
- Transmite normas y nos ayuda a aceptarlas.

En definitiva, el juego nos ayuda a ampliar nuestro conocimiento, aprender nuevas cosas y familiarizarnos con nuestro entorno, pero también ayuda a mantener activas y entrenar las funciones cognitivas de las personas que juegan.

Así, podemos y debemos afirmar que el juego favorece notablemente la salud tanto física como mental en los individuos.

C) Valor social y relacional del juego

Jugar siempre ha sido una actividad grupal, un punto de contacto entre personas. Mediante el juego el individuo entra en contacto con otras personas, algunas a las que conoce y otras a las que no tanto, es decir, se hace partícipe de un grupo y se desarrolla socialmente. El juego puede resultar una atractiva herramienta para integrar a las personas, para potenciar sus relaciones y potenciar la cooperación. También mediante el juego se aprende a respetar una serie de normas sociales, lo cual nos ayuda inconscientemente a “saber actuar” de acuerdo a las normas sociales.

Además, el juego, en ocasiones nos puede ayudar a tratar posibles conflictos o temas conflictivos dentro del grupo de una manera más eficaz.

D) Valor afectivo y emocional del juego

Por medio del juego se despiertan en el individuo una gran cantidad de emociones (generalmente positivas). Además, una de las misiones del juego, no olvidemos, es la de descargar tensiones y alejarnos de posibles temores. Mediante el juego establecemos vínculos afectivos con las personas y estrechamos lazos.



Investiga

¿Qué es la *inteligencia emocional*? ¿Qué nos dice la teoría de la inteligencia emocional? ¿Qué dimensiones integran la inteligencia emocional de la persona? ¿Cómo podríamos entrenarlas a partir de juegos desde el ocio?

Podríamos decir que mediante el juego se da en la persona un gran desarrollo emocional, tanto en la dimensión *interpersonal o social* (se mejoran las relaciones sociales, se crean vínculos afectivos, se mejora el sentimiento interpersonal, etc.) como en su dimensión *intrapersonal o afectiva-emocional* (se desarrolla la motivación, se mejora el autoconcepto, sube la autoestima, etc.).



Figura 3.4

Mejora de los aspectos interpersonales e intrapersonales a través del juego

Con base en todo ello, estamos en condiciones de afirmar, que tal y como dejaremos aún más claro a continuación, el juego va a contribuir al desarrollo integral de la persona, en todas sus dimensiones: *física, cognitiva, social y emocional*.



Actividades propuestas

- 3.5.** Realiza un listado en el que recojas de forma clasificada juegos de cada uno de los diferentes tipos estudiados en el apartado 3.2.4.
- 3.6.** A partir de la clasificación de los juegos del cuadro 3.2, indica qué tipo de juego serían el parchís, un juego de orientación en la montaña y la comba.
- 3.7.** Formad grupos en clase y diseñad las pruebas que podrían integrar una yincana o un rally sobre una temática previamente deliberada en clase.

3.2.6. Juego y desarrollo

Todas las formas de juego contribuyen a desarrollar a la persona, y esto es algo que el técnico en animación sociocultural debe tener presente de cara a sus futuras intervenciones. En este sentido, y de cara a defender de forma aún más clara esta postura, podemos indicar que el juego va a contribuir al desarrollo de todas las dimensiones de la persona (cuadro 3.3).

CUADRO 3.3**El desarrollo integral de la persona a partir del juego**

Juego y desarrollo físico	<ul style="list-style-type: none"> • Favorece la progresión en la coordinación de movimientos tanto de movimientos “gruesos” como movimientos de precisión. • Favorece el desarrollo de destrezas manuales. • Favorece el dominio de todos sus movimientos y control de ciertos grupos musculares. • Favorece el conocimiento del esquema corporal. • Favorece el desarrollo y el mantenimiento de las capacidades sensoriales.
Juego y desarrollo cognitivo	<ul style="list-style-type: none"> • Favorece la adquisición, el desarrollo y la mejora del lenguaje a partir de la utilización del mismo y la adquisición de vocabulario. • Estimula las capacidades de pensamiento a partir de la adquisición de nuevas experiencias. • Favorece el desarrollo de la atención y la concentración junto con el resto de las funciones cognitivas. • Favorece las funciones intelectuales superior, como son observar, explorar, experimentar, comparar, analizar, aplicar, etc. • Ayuda a la persona a descubrirse a sí misma. • Favorece la adquisición de habilidades para la resolución de problemas en la vida cotidiana.
Juego y desarrollo social	<ul style="list-style-type: none"> • Favorece el contacto social. • Favorece la adquisición y asimilación de normas y ayuda a comportarse de acuerdo a ellas. • Estimula la incorporación al grupo, la relación y la cooperación con los demás. • Favorece la adaptación a las exigencias externas, dándose una transferencia posterior para adaptarse a la sociedad y para comunicarse.
Juego y desarrollo afectivo-emocional	<ul style="list-style-type: none"> • Sirve para manifestar y canalizar las pulsiones agresivas y para exteriorizar los deseos y temores reprimidos. • Posibilita poder evocar y sustituir objetos, acciones y situaciones de acuerdo a sus necesidades y deseos inconscientes. • Ayuda a adquirir seguridad en sí mismo, a autoafirmarse, acrecentando, además la comunicación y el mantenimiento de relaciones emocionales.

Actividad propuesta 3.8

De entre las siguientes personas, ¿cómo puede el juego contribuir en su desarrollo integral? Justifica tu respuesta.

- Un anciano con problemas de movilidad.
- Una persona con discapacidad intelectual.
- Un inmigrante de origen subsahariano, de 23 años, que acaba de llegar a nuestra comunidad.
- Un niño de 6 años que asiste al colegio, a primero de primaria.

Nota: puedes apoyarte en los aspectos recogidos en el cuadro 3.2.

3.2.7. Uso del juego en el campo del ocio

Las actividades lúdicas son una herramienta para el técnico en animación sociocultural muy importante por las siguientes causas:

- Facilita el acercamiento de las personas a las que más les cuesta acercarse a los demás mejorando la integración y la vida en comunidad.
- Agiliza la adquisición de habilidades sociales.
- Posibilita trabajar temas conflictivos o aspectos delicados dándoles un ápice de humor y diversión.
- Potencia la creatividad y la imaginación de los sujetos y de las comunidades.
- Permite mantener o mejorar el grado de autonomía.
- Prepara al sujeto ante situaciones desconocidas o temidas.

Por supuesto, para jugar en numerosas ocasiones, los vecinos que integran nuestras comunidades, independientemente de sus edades, necesitan de animadores, de educadores y voluntarios que organicen, posibiliten y dinamicen sus juegos, que se entusiasmen con ellos, que expliquen cómo jugar, que les transmitan los hábitos de uso y cuidado de los juguetes o que simplemente observen con entusiasmo la actividad lúdica de niños, adolescentes, adultos y ancianos.

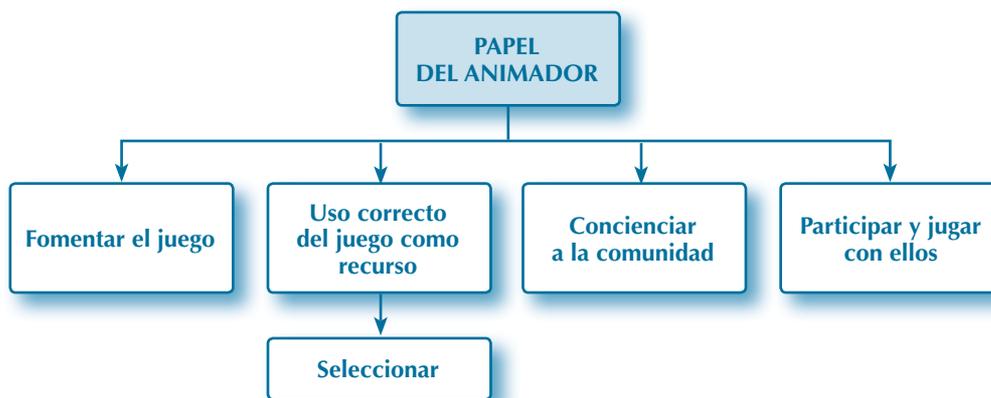


Figura 3.5
Papel del animador con respecto al juego en el campo del ocio

El animador, a la hora de organizar una actividad lúdica debe tener en cuenta las siguientes condiciones o principios fundamentales:

- Debe favorecer la *participación activa* de todos los posibles destinatarios. Juego, actividad y participación constituyen una trilogía inseparable.
- La actitud del animador ha de ser una actitud *no directiva*, constituyendo una figura de apoyo y dinamización fundamentalmente.
- Los materiales, la metodología, los objetivos perseguidos y las características de la misma deben ser *adecuados* para las personas a las que va dirigidas (adaptación a sus características).
- La planificación del juego debe ser *flexible*, dando posibilidades a que surjan iniciativas y a, en caso de ser necesario, el replanteamiento de la actividad lúdica.

- Se debe favorecer el disfrute y la *diversión* del destinatario, con cada una de las actividades lúdicas planteadas.
- La planificación y organización de actividades no debe olvidarse nunca del *carácter libre, abierto, creativo e imaginativo del juego* alejándose de esta manera de propuestas cerradas, acotadas y estrictamente marcadas o pautadas.

3.3. El juguete como recurso fundamental

Los *juguete*s son aquellos materiales o recursos que aparecen como acompañamiento del juego. Ellos tienen un papel fundamental para suscitar el interés de la persona que juega, así como de apoyo instrumental en el desarrollo de las distintas habilidades implicadas en el propio juego.

Para muchos autores, el juguete es solo un recurso que puede ser concebido en torno a la realidad lúdica del niño, es decir, el juego en adolescentes, adultos y mayores no se concibe a partir del juguete. Pero para otros autores, el juguete aparece realmente como un elemento especialmente diseñado para estimular y diversificar el juego humano, en todas sus etapas.

Por otro lado, la sociedad del consumo nos está acostumbrando a que un juguete es todo aquello producido por la industria lúdica y que esta nos pone al servicio del juego para estimularlo y desarrollarlo potencialmente. Sin embargo, no podemos quedarnos exclusivamente con esta visión comercial del juguete, ya que cuando hablamos de juguete debemos tener presente las siguientes condiciones:

- El juguete ha de ser visto como un objeto de juego, bien fabricado por la industria del sector o bien elaborado u obtenido por los propios individuos que juegan, favoreciendo la libertad de elección, desarrollando sus capacidades e incitando siempre a la creatividad e imaginación.
- El juguete nunca debe ser un objeto que marque de forma rígida la actividad lúdica del individuo, que le impida expresarse libremente o que le coarte su imaginación.

En definitiva, podemos afirmar que el juguete es cualquier objeto que se utiliza como facilitador o mediador en una situación de juego, sea cual sea su origen. En este sentido, el juguete es un factor importante a considerar en la planificación de los momentos de juego a realizar por el animador o educador y, aunque podamos afirmar que se imprescindible o fundamental en mayor o menor medida, no siempre debe provenir de la industria.

La elección de juguetes, como recurso fundamental de juego, deberá atender a criterios como:

- Los gustos, intereses y demandas de los destinatarios.
- La transmisión de valores.



Figura 3.6
Los juegos son el recurso fundamental del juego a determinadas edades