

Art. 1, La Actividad Física a través del Juego Inclusivo

Art. 1, Physical Activity Through Inclusive Play

Autor(es): Maureira Aliaga, Claudia

Correo: clmaureira41@gmail.com

Afiliación: Independiente

DOI: 10.5281/zenodo.21695992

Resumen

El presente artículo de reflexión aborda la importancia del juego inclusivo como herramienta fundamental para el desarrollo de la actividad física en la etapa preescolar. Se analiza cómo la inclusión, entendida como una oportunidad para el enriquecimiento social y educativo, requiere una renovación metodológica y pedagógica en los centros educativos. A través de la revisión de normativas, como la Convención sobre los Derechos del Niño y las Bases Curriculares de la Educación Parvularia en Chile, se argumenta que el juego es tanto un principio pedagógico como un fin en sí mismo. El texto propone que el diseño de actividades motrices debe concebirse desde su inicio para todos los niños y niñas, eliminando barreras y respetando los ritmos individuales, sin necesidad de adaptaciones segregadoras. Finalmente, se destaca el rol crucial de las educadoras de párvulos en la creación de entornos lúdicos y accesibles que fomenten el desarrollo integral, consolidando el juego abierto a la diversidad como un reto docente necesario.

Palabras clave: *actividad física, juego inclusivo, educación parvularia, desarrollo integral, diversidad.*

Abstract

This reflection article addresses the importance of inclusive play as a fundamental tool for the development of physical activity in the preschool stage. It analyzes how inclusion, understood as an opportunity for social and educational enrichment, requires a methodological and pedagogical

renewal in educational centers. Through the review of regulations, such as the Convention on the Rights of the Child and the Curricular Bases of Early Childhood Education in Chile, it is argued that play is both a pedagogical principle and an end in itself. The text proposes that the design of motor activities should be conceived from the beginning for all boys and girls, eliminating barriers and respecting individual rhythms, without the need for segregating adaptations. Finally, the crucial role of early childhood educators in the creation of playful and accessible environments that promote comprehensive development is highlighted, consolidating play open to diversity as a necessary teaching challenge.

Keywords: *physical activity, inclusive play, early childhood education, comprehensive development, diversity.*

1. Introducción

La inclusión puede ser construida a partir del valor y la riqueza de la diversidad que altera los hábitos y modifica los modelos establecidos en la sociedad; por tanto, necesita una renovación en la organización, contenidos y métodos pedagógicos en todos los niveles educativos de nuestro país, y considerar una mejora en las relaciones humanas que beneficiará a toda la comunidad educativa.

Según la UNESCO, la inclusión es un enfoque que responde positivamente a la diversidad de las personas y a las diferencias individuales, entendiendo que la diversidad no es un problema, sino una oportunidad para el enriquecimiento de la sociedad, a través de la participación activa en la vida familiar, en la educación, en el trabajo y en general en todos los procesos sociales y culturales de las comunidades.

La Convención sobre los Derechos del Niño (Naciones Unidas, 1989) refleja una perspectiva de la infancia como sujeto de derechos. Específicamente, el artículo 31 señala que los Estados Partes reconocen el derecho del niño o niña al descanso y el esparcimiento, al juego y a las actividades recreativas propias de su edad, y a participar libremente en la vida cultural y en las artes. Por ello, el juego debe estar contemplado en el currículo de Educación Infantil.

2. Marco teórico y fundamentación

En las Bases Curriculares de la Educación Parvularia en Chile, el juego es considerado principio pedagógico, contenido y metodología. El principio de juego "enfatisa el carácter lúdico que deben

tener principalmente las situaciones de aprendizaje, ya que el juego tiene un sentido fundamental en la vida de la niña y el niño. A través del juego, que es básicamente un proceso en sí para los párvulos y no sólo un medio, se abren permanentemente posibilidades para la imaginación, lo gozoso, la creatividad y la libertad" (Ministerio de Educación de Chile [MINEDUC], 2018, p. 17). El juego debe formar parte permanente de su proceso de formación, contribuyendo con ello a la adquisición temprana de estilos de vida activa y saludable.

En la etapa preescolar el juego tiene especial relevancia porque coincide con las mejores condiciones fisiológicas para el aprendizaje: los niños son particularmente sensibles al desarrollo de destrezas básicas y experimentan un progreso significativo de habilidades y motivaciones propias de su crecimiento integral. Distintos autores han abordado esta relación entre juego y desarrollo desde la psicología: Bühler (1928), Chateau (1946) y Piaget (1971), citados en Torres y Torres Perdomo (2007), centraron su interés en los aspectos psicológicos del juego y su importancia para el desarrollo infantil, mientras que Erikson (1950), en su obra *Childhood and Society*, situó el juego dentro de su teoría del desarrollo psicosocial. [Nota editorial: estos cuatro autores se citaban en el original como si hubiesen sido consultados directamente; en realidad, la agrupación completa proviene de Torres y Torres Perdomo (2007), quienes son también las autoras detrás de la cita a "Minerva (2007)" del texto original -Carmen Minerva Torres-.

En la primera infancia, buena parte de la actividad física se expresa a través del juego. Torres y Torres Perdomo (2007) lo describen como una actividad recreativa con un papel fundamental en el crecimiento y desarrollo, mediante la cual los niños y niñas adquieren herramientas que definirán su desarrollo físico, psicosocial y emocional.

Desde una perspectiva más aplicada al diseño de materiales y espacios de juego, Torres y Martínez (2007) desarrollaron el concepto de diseño universal del juego y el juguete, argumentando que un juguete o una actividad lúdica bien diseñados desde su origen permiten la participación de niños y niñas con y sin discapacidad, sin requerir adaptaciones posteriores que los señalen como distintos. Esta idea es consistente con estudios más recientes: González-Martínez, González-Hernández y De Jesús-Esquivel (2022) muestran que el juego, usado como estrategia didáctica, favorece tanto el aprendizaje como la inclusión de los estudiantes dentro del aula, mientras que López Irles (2024, 2025) documenta que el profesorado de educación infantil reconoce el juego como un recurso eficaz para eliminar barreras de aprendizaje, fortalecer la autoestima y promover la interacción

equitativa entre estudiantes con y sin necesidades educativas específicas de apoyo, aunque identifica desafíos persistentes en la planificación e implementación de dinámicas lúdicas verdaderamente inclusivas.

3. Desarrollo de la propuesta: el diseño del juego inclusivo

Para que niños y niñas adquieran el hábito saludable de la actividad física a través del juego, las actividades deben cumplir ciertas características: ser divertidas, llamativas, no repetitivas, fáciles de realizar, seguras, y favorecer la interacción social.

Es fundamental que los juegos motrices que se realicen sean inclusivos, es decir, que permitan que todos los niños y niñas puedan participar y aprender en conjunto, independientemente de sus características y circunstancias personales. Para lograrlo es necesario identificar y eliminar las barreras que puedan presentarse en estas actividades lúdicas, y brindar apoyos o realizar ajustes cuando sea pertinente. Algunos de estos ajustes pueden respetar los ritmos individuales de cada niño para completar la actividad, o la realización del juego en entornos con infraestructura accesible que facilite la movilidad.

Este principio de diseño desde el origen -y no de adaptación posterior- es central en la propuesta del diseño universal del juego formulada por Torres y Martínez (2007), y se ve reforzado por evidencia reciente: Guerrero Encalada y Rojas Valdés (2025) muestran, en un programa de juegos tradicionales aplicado a estudiantes con discapacidad intelectual leve en clases de Educación Física, que este tipo de estrategia favorece significativamente el desarrollo motriz y la interacción social cuando se diseña pensando en la diversidad del grupo desde el inicio, y no como una adaptación aislada para un estudiante en particular.

Es de suma importancia apelar a la auténtica profesionalidad de la educadora, a una alta motivación y a una formación continua. Cuando se diseña actividad física a través del juego, es necesario pensar en juegos inclusivos para todos y todas. Las actividades pueden adaptarse a la realidad de cada sala o institución educativa y a las necesidades específicas de los niños y niñas a quienes van dirigidas: basta con pensar en ellos y ellas y aplicar la empatía a la hora de diseñar las distintas actividades. Al diseñar los juegos se debe considerar la diversidad de discapacidades que pudieran presentarse, así como otras diferencias -sociales, culturales- que no deberían constituir factores de exclusión a la hora de realizar cualquier tipo de actividad física; todo juego debería poder

presentarse de antemano para que todos los niños y todas las niñas puedan desarrollarlo, sin necesidad de una variación específica para una persona con una discapacidad concreta. En educación inicial se sientan las primeras bases de todos los aprendizajes, experiencias y sensaciones que acompañarán el desarrollo posterior de niños y niñas.

4. Discusión

Montessori sostenía que son los estímulos, y no las razones, lo que atrae la atención del niño; la tarea de quien educa es organizar de antemano el espacio, los materiales y los juegos, no como simple objeto de observación, sino como oportunidades concretas para la manipulación y la relación con los demás.

La evidencia revisada sugiere que los niños y niñas con alguna discapacidad que practican juego motor y actividad física en grupos heterogéneos adquieren mayores habilidades que aquellos con quienes se trabaja únicamente de forma individual centrada en el déficit, en la medida en que la actividad física tendría un efecto positivo en los estilos atencionales y en los procesos de percepción y construcción de la identidad personal (Toffano Martinni, 2004).

Al realizar actividad física a través del juego conviene atender, en primer lugar, a las diferencias individuales de cada niño; promover un ambiente de comunicación; dar las orientaciones de forma precisa, repitiéndolas cuantas veces sea necesario; trabajar la respiración según las necesidades del niño; y desarrollar la orientación espacial y el ritmo sin descuidar las capacidades físicas y habilidades que se trabajan en la enseñanza general. Este artículo no reporta datos empíricos propios: su aporte es conceptual, y su principal límite es no haber sido contrastado todavía con una implementación evaluada en aula. Se sugiere como línea futura documentar experiencias concretas de juego inclusivo en educación parvularia chilena, en la línea de lo hecho por Guerrero Encalada y Rojas Valdés (2025) en Educación Física.

5. Conclusiones

La educadora, y el equipo docente en general, debe motivar y estimular a los niños con actividades acordes a sus edades e intereses, ampliando sus horizontes de instrucción y desarrollo. Conviene evitar juegos que refuercen caprichos, egoísmo o individualismo, y procurar que, al finalizar los

diferentes juegos, se realicen valoraciones conjuntas entre la educadora y la participación activa de los párvulos.

La educadora debe invitar a sus alumnos y alumnas a jugar, incorporándose ella misma durante los juegos como una integrante más del grupo, y pidiéndoles iniciativas y propuestas de juegos que garanticen su culminación exitosa.

El juego abierto a la diversidad es un reto exigente, pero alcanzable, para los docentes y el personal capacitado que trabaja diariamente con niños y niñas: requiere estudiar sus características individuales, ofrecer la ayuda necesaria y elaborar estrategias de intervención en el momento oportuno. Como se documentó en este artículo, esta orientación cuenta con respaldo tanto en la literatura clásica sobre el juego infantil como en estudios recientes sobre juego inclusivo en educación infantil, lo que refuerza su vigencia como reto docente necesario.

Referencias

Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. W. W. Norton.

González-Martínez, F., González-Hernández, A., & De Jesús-Esquivel, N. (2022). El juego como estrategia didáctica para favorecer el aprendizaje y la inclusión de los alumnos dentro del salón de clases. *Revista RedCA*, 5(13), 133-143.

Guerrero Encalada, E. P., & Rojas Valdés, G. R. (2025). Programa de juegos tradicionales para la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual leve en la clase de Educación Física. *Ciencia y Educación*, 6(4).

López Irles, Z. (2024). El juego como estrategia de inclusión educativa. *Revista Internacional Interdisciplinar de Divulgación Científica*, 2(1).

López Irles, Z. (2025). Implementación del juego inclusivo en aulas de Educación Infantil. *Revista Internacional Interdisciplinar de Divulgación Científica*, 3(1).

Ministerio de Educación de Chile [MINEDUC]. (2018). Bases Curriculares de la Educación Parvularia. https://parvularia.mineduc.cl/wp-content/uploads/2019/09/Bases_Curriculares_Ed_Parvularia_2018-1.pdf

Naciones Unidas. (1989). *Convención sobre los Derechos del Niño*.

Toffano Martinni, E. (2004). *Desafíos para la profesión docente. Discapacidades, corporeidad, convivencia*. Pensa Editore.

Torres, C. M., & Torres Perdomo, M. E. (2007). El juego como estrategia de aprendizaje en el aula. Universidad de Los Andes, Núcleo Universitario Rafael Rangel, Centro de Investigación para el Desarrollo Integral Sustentable.

Torres, S., & Martínez, P. (2007). La importancia del diseño universal: juego, juguetes y discapacidad. AIJU.

UNESCO. (s.f.). Inclusión en la educación. <https://www.unesco.org/es/education/inclusion>

Nota sobre fuentes y licencia. Los artículos de la Revista Especializada AFAMS citados en este trabajo están publicados por la revista bajo licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional (CC BY 4.0), que permite su consulta, distribución, adaptación y cita, incluso con fines comerciales, siempre que se otorgue la debida atribución.

This work is licensed under CC BY 4.0. <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

