

## **La actividad lúdica en el desarrollo físico del ser humano en tiempos de pandemia**



**Ph.D. Manuel de Jesús Rondan Elizalde**

El juego es la más antigua necesidad que tiene el hombre desde tiempos inmemorables para la distracción propia o de su comunidad, el mismo que va ayudar de forma placentera a fortalecer el corazón, oxigenar los pulmones y a desarrollar la inteligencia. En este sentido Araya, indica que el juego es una actividad gratuita que realiza el ser humano de forma integral (emociones, cuerpo y mente) ejecutada en el presente, libre de ficción o no, de realismo o imaginario, que nos lleva a transportarnos en el tiempo y espacio de una manera inusual (2012, p.16).

Asimismo, Huizinga en el libro *Homo Ludens*, señala que “el juego existió antes de toda cultura, donde realiza un análisis de los juegos de varias edades (niños y jóvenes), y desde todos los ámbitos posibles, social, cultural, deportivo, espiritual y combativo. Del cual sostiene que es una actividad libre, desinteresada que no pertenece a la vida corriente, con límites de espacio y tiempo, que se practica bajo un orden de reglas para su ejecución. Es parte importante de la cultura de todos, tal como dice un refrán alemán “No importa las canicas lo que importa es el juego” (2007, p.285).

Por su parte André Schmitt considera al juego como una “necesidad vital” que resulta “consustancial al hecho de existir” (1988, p. 4-11), tan necesario que forma parte de nuestras vidas y que nos ayuda de alguna manera a relacionarnos dentro de la sociedad y entre sociedades. Sin duda que el juego es una de las actividades más importante que realiza el ser

humano, gracias al juego las personas se integran en los diferentes ámbitos de nuestra sociedad; es decir, el juego socializa.

Del mismo modo Maestro, destaca del juego la importancia que tiene para el cuerpo y sus movimientos, su influencia en el desarrollo de la fuerza y la resistencia en los trabajos en la zona rural. Sin embargo, resulta interesante destacar no solo su vinculación con el ámbito laboral en el mundo tradicional, sino que resulta tanto o más interesante resaltar su acción como actividad catalizadora (1996, p.11).

En este sentido Martínez (2010) puntualiza, que en su mayoría el juego es diversión, ocio y satisfacción, que posee valores que contribuyen al desarrollo de la personalidad de quien lo practica tal como lo afirman numerosos psicólogos, tales como: Bruner, Freud, Vygotsky, Piaget, Chateau, Linaza y Maldonado, los cuales han considerado al juego como un eje integrador del individuo en la sociedad, dentro y fuera de ella.

Para (Rodríguez 2015), el principal recurso y herramienta didáctica de la Educación Física es el juego, por tener carácter motivador. Por tal motivo en Ecuador y otras partes de nuestro planeta, en lo que respecta al ámbito educativo, los currículos de Educación Física contienen contenidos de actividades lúdicas (juegos motores) obligatorias para todos los niveles educativos con o sin necesidades educativas especiales (NEE), los mismos que ayudará a que todos desarrollen las diferentes capacidades y habilidades tanto física como intelectuales.

En virtud de aquello la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte ha considerado la elaboración de materiales y practica de varios juegos considerados tradicionales en nuestro país y populares en varias partes de Europa como son el trompo, el caracol, los bolos y la petanca, por medio de los cuales poder vincular y estimular a todos los miembros de la familia y la comunidad.

“Me es muy difícil entender la naturaleza de todas las cosas, es natural ser diferente, esta diferencia nos hace únicos ante los demás... entonces ¿por qué me señalas como diferente a ti?; ¿acaso no somos distintos y por lo tanto en esencia lo mismo?”

Yadiar Julián

(Doctor en Pedagogía, México)

Declaración de Salamanca (Unesco, 1994)

## Referencias

- Araya, E. 2012. Lo que se juega en el juego. El juego y la actividad lúdica recreativa y de promoción humana; Educación Física Chile N° 270. Disponible en <file:///C:/Users/user/Downloads/Dialnet-LoQueSeJuegaEnElJuego-4347421.pdf>
- Huizinga, J. (Edición de 2007) Homo Ludens. Madrid: Alianza, D. L. Disponible en [https://eva.udelar.edu.uy/pluginfile.php/1074698/mod\\_resource/content/3/Huizinga%20-%20Homo%20Ludens%20%281%29.pdf](https://eva.udelar.edu.uy/pluginfile.php/1074698/mod_resource/content/3/Huizinga%20-%20Homo%20Ludens%20%281%29.pdf)
- Maestro, F.1996. Del tajo a la replaceta; ediciones 94 Zaragoza. Disponible en <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=84115>
- Martínez, M. 2010. el juego como método de aprendizaje; revista digital enfoques educativos N° 71. Disponible en [https://prodigii.org/que-es-el-aprendizaje-basado-en-proyectos/?gclid=CjwKCAjw2dD7BRASEiwAWCtCb42juMNNLWOrY3TiSxixuPyGeLdNzyV8J48Ta3yrtxRskyRq1JOfBoC7BUQAvD\\_BwE](https://prodigii.org/que-es-el-aprendizaje-basado-en-proyectos/?gclid=CjwKCAjw2dD7BRASEiwAWCtCb42juMNNLWOrY3TiSxixuPyGeLdNzyV8J48Ta3yrtxRskyRq1JOfBoC7BUQAvD_BwE)
- Rodríguez, J.E.; y otros (2015). La promoción de juegos populares y tradicionales en los centros de enseñanza de primaria del municipio de Boiro (A Coruña). Sportis Scientific Technical Journal, 1 (1). Disponible en <https://core.ac.uk/download/pdf/75988286.pdf>
- Schmitt, A.1988. “Las cuatro esquinas de los juegos “Ed. Agonos, Lérida. Disponible en <file:///C:/Users/user/Downloads/23133-78353-1-SM.pdf>