



ACTIVIDADES MOTRICES AL AIRE LIBRE A TRAVÉS DE LOS JUEGOS TRADICIONALES

Titulación: Grado de Educación Infantil

Autora: Paula Del Águila Márquez

Tutora: María José Lasaga Rodríguez

Departamento: Educación Física y Deporte

Modalidad de TFG: Diseño de una intervención

Sevilla

30 de Mayo 2023

Índice

1. Resumen/abstract	4
2. Introducción/justificación	5
3. Marco teórico	5
3.1. Hábitos saludables	5
3.1.1. La Salud en la Infancia	5
3.2. Actividad motriz	6
3.2.1. Qué es	6
3.2.2. Para qué	6
3.2.3. Recomendaciones de actividad física para infantes	6
3.2.4. Beneficios de la actividad motriz	7
3.3. El sedentarismo infantil	7
3.4. La salud mental en la actividad física	8
3.4.1. Factores que Inciden en Nuestro Estado de Salud Mental	8
3.4.2. Beneficios Psicológicos de la Actividad Física	9
3.5. Actividad física al aire libre	10
3.5.1. Importancia de la Realización de Actividades Físicas en el Entorno Natural	10
3.5.2. Beneficios de la Actividad al Aire Libre	10
3.6. ¿Cómo ha afectado el Covid 19 a la salud de los niños y niñas?	11
3.7. La actividad física en la escuela	12
3.8. Los juegos tradicionales en los niños y niñas de Educación Infantil	12
3.8.1. ¿Por qué es Importante Jugar?	12
3.8.2. Los Juegos Tradicionales	13
3.8.3. Importancia de los Juegos Tradicionales en Educación Infantil	14
3.9. La familia y la escuela	14
4. Objeto, problemática y objetivos	15
5. Materiales y método	16
5.1. Cronograma	16
5.2. Descripción del contexto	16
5.3. Pautas para el diseño de la intervención	17
6. Resultados	17
6.1. Descripción general de la intervención	17

6.2. Objetivos	18
6.3. Competencias clave	18
6.4. Metodología	19
6.5. Distribución temporal de la intervención	20
6.6. Sesiones o actuaciones a realizar	20
6.7. Recursos materiales y espaciales	33
6.8. Evaluación	34
7. Discusión	35
8. Conclusiones, limitaciones y perspectivas futuras.....	36
9. Referencias bibliográficas	38
10. Índice de figuras	40
11. Anexos	41
11.1. Anexo 1: competencias clave y descriptores perfil de salida	41

1. Resumen

Actualmente, el sedentarismo está cada vez más presente en nuestras vidas desde edades muy tempranas, por lo que se ha escogido como temática principal de la intervención las actividades motrices al aire libre. Por tanto, es fundamental que los docentes planteen su intervención educativa procurando fomentar en los alumnos/as un estilo de vida saludable.

Para ello, se van a tratar diferentes aspectos que provocan o incentivan esta vida sedentaria y por consiguiente, qué consecuencias tiene esto para nuestra salud y cómo afecta en nuestra vida cotidiana.

Los adultos, especialmente los docentes, deben contar con recursos y herramientas destinados a trabajar con los niños y niñas diferentes actividades que les ayude a crear hábitos saludables, los cuales no solo persistirán en la infancia, sino que tendrán una gran influencia en su vida adulta.

En este trabajo, para abordar las actividades motrices, se ha recurrido a la temática de los juegos tradicionales, con los cuales se pretende que los niños y niñas experimenten diferentes actividades con las que aprenderán y podrán divertirse y compartir con sus iguales y familiares. Del mismo modo, los discentes estarán en contacto con la naturaleza e irán adquiriendo progresivamente diferentes hábitos de una forma dinámica para ellos/as.

Palabras clave:

Sedentarismo, hábitos saludables, actividad física, aire libre y juegos tradicionales.

Abstract

Currently, sedentary behavior is increasingly present in our lives from a very young age. Therefore, the main topic chosen for the intervention is outdoor motor activities. It is essential for teachers to approach their educational intervention in a way which promotes a healthy lifestyle among boys and girls.

To achieve this, various aspects that contribute to this sedentary lifestyle will be addressed, as well as the consequences it has on our health and its impact on our daily lives. Adults, especially teachers, should have resources and tools aimed at engaging children in different activities that help them develop healthy habits. These habits will not only persist during childhood but will also have a significant influence on their adult lives.

In this work, traditional games have been used to address motor activities. Through these games, children will have the opportunity to experience different activities, learn, and have fun while interacting with their peers and family members. Likewise, students will have contact with nature and gradually acquire different habits in a dynamic way.

Key words:

Sedentary lifestyle, healthy habits, physical activity, open-air and traditional games.

2. Introducción/justificación

La temática en la que va a estar principalmente enfocado este trabajo de fin de grado es “Las actividades motrices al aire libre a través de los juegos tradicionales”, ya que consideramos que es algo fundamental para trabajar con los niños y niñas desde la infancia, pretendiendo fomentar en ellos hábitos saludables. Se ha llegado a este punto tras pensar y reflexionar mucho sobre la situación actual en la que vivimos, en la cual cada vez encontramos menos niños y niñas jugando en la calle. Por este motivo, hemos planteado la siguiente cuestión: “¿Por qué los niños y niñas han dejado de interactuar con el entorno exterior?”

Hoy en día, los niños y niñas están continuamente en contacto con aparatos electrónicos, y desde pequeños los utilizan con mucha frecuencia, lo que supone que salgan menos a la calle y, por tanto, que se relacionen e interactúen menos con otras personas. Además, desde mi punto de vista, la pandemia de COVID 19 ha acentuado aún más esta situación.

En resumen, podemos decir que todo esto conlleva a un gran sedentarismo que va en aumento y que cada vez tiende a comenzar en edades más tempranas.

3. MARCO TEÓRICO

3.1. Hábitos Saludables

3.1.1. La Salud en la Infancia

La infancia se entiende como una etapa de la vida con necesidades y problemas de salud específicos, y podemos considerarlo como un grupo de la población muy olvidado actualmente en relación a los servicios de salud.

A día de hoy, en España, la infancia se percibe como un grupo poblacional que necesita poca atención y recursos, lo que está directamente relacionado con la mejora en la supervivencia, el bajo peso relativo poblacional y la investigación científica centrada en la predicción de enfermedades en la edad adulta.

La etapa de la infancia sufre una gran vulnerabilidad en la que el organismo es bastante sensible a factores tanto favorables como desfavorables del entorno. Podemos decir que gran parte de los problemas que encontramos en los niños y niñas tiene su causa en la forma de vivir de éstos/as y de sus respectivas familias. Los estilos de vida que lleven los individuos van a ser determinados por el contexto social y físico en el que viven, por ejemplo, la forma en la que se invierte el tiempo de ocio influirá mucho en la salud física y mental y en las relaciones sociales. (Colomer-Revuelta, C., Colomer-Revuelta, J., Mercer, R., Peiró-Pérez, R., & Rajmil, L. 2004).

3.2. Actividad Motriz

3.2.1. Qué es

Según la OMS, la actividad física se puede considerar cualquier movimiento corporal que sea producido por los músculos esqueléticos suponiendo un consumo de energía. Es decir, la actividad física se refiere a todo movimiento, incluso el que se da en el tiempo de ocio, así como el desplazamiento a otro lugar.

3.2.2. Para qué

Se ha demostrado que llevar a cabo una actividad física constante ayuda a prevenir y controlar enfermedades cardíacas, los accidentes cerebrovasculares y la diabetes. Además, influye en la prevención de la hipertensión y ayuda a mantener un peso corporal saludable y puede mejorar la salud mental y la calidad de vida.

3.2.3. Recomendaciones de actividad física para infantes

- Niños/as con menos de un año

Los niños y las niñas de este rango de edad pueden llevar a cabo actividades físicas de diferentes formas, por ejemplo, a través de juegos interactivos en el suelo. En el caso de que el bebé aún no camine, una recomendación sería ponerle boca abajo en varias ocasiones durante el día cuando esté despierto.

Es importante también evitar que el niño/a pase tiempo frente a las pantallas, y en cambio, propiciar que participe en la lectura y la narración de cuentos junto con la persona que lo cuida.

- Niños/as de 1 a 2 años

Hay una gran variedad de actividades físicas de diferente intensidad, que deben estar repartidas a lo largo del día sumando un total de al menos 180 minutos. Se debe intentar que esté sentado o retenido durante un periodo de tiempo muy prolongado.

Al igual que comentamos anteriormente, se debe intentar que el niño/a participe en la lectura y la narración de los cuentos. En caso de que pase tiempo frente a las pantallas, se debe evitar que sea durante mucho tiempo seguido y procurar que no lo haga de forma sedentaria.

Respecto al descanso, es importante que tengan entre 11 y 14 horas de sueño durante el día, repartido en las siestas y la noche.

- Niños/as de 3 a 4 años

Procuraremos que el niño/a lleve a cabo diferentes actividades, durante al menos 180 minutos, dedicando unos 60 minutos a actividades moderadas más intensas, repartidas a lo largo del día.

Hay que evitar que el niño/a supere el tiempo de una hora sentado frente una pantalla, intentando que esté lo mínimo posible. Tal y como comentamos en el rango de edad anterior, el cuidador debe invitar al niño/a a participar en la lectura y narración de cuentos.

Por último, respecto al descanso, el infante debe dormir entre 10 y 13 horas al día, incluyendo una siesta y buscando un horario regulador a la hora de dormir por la noche y despertarse. (OMS, 2022)

3.2.4. Beneficios de la actividad motriz

Tal y como afirma la Organización Mundial de la Salud, podemos encontrar diferentes beneficios de la actividad física respecto a los niños y niñas. Llevar a cabo una actividad motriz regular es muy beneficioso para la salud, por ejemplo, caminar, montar en bicicleta, realizar actividades recreativas o practicar cualquier deporte.

Especialmente en los infantes, la actividad física tiene una gran repercusión en su salud, ya que mejora el estado físico y la salud ósea. Además, influye en otros aspectos como en la salud mental, reduciendo los síntomas de depresión, así como en los resultados cognitivos.

Por otro lado, los niños y niñas que llevan a cabo actividades físicas aprenderán diferentes reglas y normas y aumentarán habilidades motoras mientras favorecen el crecimiento de los músculos y huesos. También, puede ayudarles a superar la timidez y potenciar la creación y la regulación de hábitos, disminuyendo de esta manera el riesgo de obesidad.

3.3. El Sedentarismo Infantil

Tal y como afirma Manavella (s.f.), actualmente vivimos con una enfermedad que puede resultar bastante peligrosa y preocupante, y es la conocida obesidad. Generalmente una de las principales causas de esta enfermedad es el sedentarismo infantil, es decir, la falta de actividad física, lo que puede llevar al organismo hacia enfermedades cardíacas y sociales.

La actividad física es fundamental para las personas de cualquier edad, pero en especial para la infancia porque influye mucho a la hora de adquirir hábitos y actitudes saludables y positivas.

Soler y Castañeda (2017) defienden que los hábitos saludables van decreciendo progresivamente en la sociedad, a causa de los avances tecnológicos y por consecuencia, los

niños y niñas cada vez tienden a realizar en su día a día actividades más sedentarias. Por otro lado, explican como el sedentarismo y la inactividad física tienen consecuencias negativas para la salud y puede llevar a problemas muy graves. Podemos observar como la sociedad actual, especialmente en los países desarrollados, no favorece la actividad física.

Tal y como recalca García (2019) en la “Revista Científica de la Investigación y el Conocimiento”, es necesario que la población infantil mantenga una relación entre la actividad física y una alimentación saludable para evitar de esta manera, enfermedades de alto riesgo. Para ello, los niños y adolescentes deben procurar realizar al menos una hora de actividad física diaria, moderada y vigorosa, sin embargo, nos encontramos con un 80% de los adolescentes alrededor del mundo que no desarrollan actividad física.

3.4. La Salud Mental en la actividad física

La salud mental es un componente esencial de la salud, tanto o incluso más importante que la salud física. Es necesario que se cumplan diferentes puntos para alcanzar una buena salud mental, como es el estar bien con nosotros mismos/as, estar bien con las demás personas y ser capaces de afrontar los problemas de la vida cotidiana.

Es fundamental entonces, que nos aceptemos tal y como somos y que formemos relaciones basadas en el respeto, la tolerancia y la aceptación de las diferencias, logrando de esta manera una convivencia más armónica. (Maitta, I., Párraga, J., & Escobar, M. 2018).

3.4.1. Factores que Inciden en Nuestro Estado de Salud Mental

Podemos encontrar diferentes factores que influyen en nuestra salud mental:

- Factores sociales

Los factores sociales van a influir en la estructura social, las prácticas e instituciones, la identidad personal y los procesos interpersonales. Otro aspecto muy importante es el estilo de vida, relacionado directamente con la posibilidad de padecer distintas enfermedades.

Se puede decir que la sociedad tiene un papel muy importante, ya que debe aportar a la población un ambiente seguro donde los individuos puedan desempeñar sus funciones en armonía.

Por otro lado, encontramos las relaciones sociales, las cuales influirán mucho en nuestra salud, siendo favorable para los humanos que tengamos relaciones sanas y contemos con un

apoyo social persistente, porque esto nos proporcionará muchas herramientas emocionales para afrontar nuestro día a día.

- **Factores psicológicos**

Dentro de estos factores vamos a destacar que existen componentes propios de cada persona, construyendo personalidades específicas y diferentes a los demás, lo que puede determinar que algunas personas sufran ciertos trastornos mentales y otras no.

En este ámbito es muy importante la labor de la familia, ya que se considera el entorno más cercano para el niño/a desde su nacimiento y deberá actuar como mediadora del proceso salud-enfermedad.

- **Factores biológicos**

Además de los factores externos, encontramos diferentes factores biológicos que van a ser cruciales en la salud mental de cada individuo, y pueden ser varios: genéticos, prenatales, perinatales y posnatales. En este último, es clave la atención y el cuidado que reciba el bebé desde que nace, procurando proporcionarle una buena nutrición y tratar las enfermedades y los golpes a tiempo, para así evitar que la situación empeore y esto desencadene en problemas de salud más graves.

(Maitta, I., Párraga, J., & Escobar, M. 2018).

3.4.2. Beneficios Psicológicos de la Actividad Física

Hoy en día, se ha demostrado que la actividad física aporta numerosos beneficios para nuestra salud física, pero ésta no es la única que se ve beneficiada, sino que también tiene una gran influencia sobre las funciones psicológicas y sociales.

El deporte permite recuperar las posibilidades funcionales originales y así mismo, juega un papel terapéutico procurando prevenir y eliminar estados de fatiga o de agotamiento psíquico. También, se considera que la actividad física es una terapia no farmacológica que ayuda a liberar el estrés, la depresión, los trastornos del sueño y la ansiedad, entre otros. (Gutiérrez, 2004).

Para concluir este apartado, diremos que los principales beneficios de la actividad física en relación con nuestra salud mental son los siguientes:

- Disminuye el riesgo de las enfermedades del corazón y diabetes.

- Mantiene o incrementa la fuerza, flexibilidad y densidad de los huesos.
- Mejora la salud mental y el humor.
- Reduce el riesgo de caídas entre personas más viejas.
- Actúa contra los síntomas de depresión y ansiedad y mejora las habilidades sociales.
- Ayuda al mantenimiento o la pérdida de peso, reduciendo la grasa del cuerpo.

Además de estos beneficios ya mencionados, podemos encontrar otros de la actividad física, como es la aportación de vitalidad, la mejora del sistema inmunológico, la prevención de enfermedades crónicas, reducción del estrés y la ansiedad y, por último, el control del peso corporal. (Cala, O. C., & Navarro, Y. B., 2011).

3.5. Actividad física al aire libre

3.5.1. Importancia de la Realización de Actividades Físicas en el Entorno Natural

El aire libre es un entorno muy enriquecedor para la intervención pedagógica con niños y niñas, y debemos tener presente los valores educativos que el medio natural ofrece al utilizarlo como recurso.

La naturaleza se puede concebir como un ambiente saludable que ofrece infinitas posibilidades educativas y que aporta numerosos beneficios en el desarrollo y el aprendizaje de los niños y niñas. Por ello, los docentes debemos aprovechar este medio a la hora de plantear actividades al alumnado, propiciando el acercamiento de éste con la naturaleza.

Si fomentamos la actividad física en el entorno natural desde que los niños y niñas son pequeños/as, no solo tendrá repercusiones positivas en su desarrollo escolar, sino que también puede suponer una gran influencia para su vida adulta. Debemos procurar que los niños y niñas perciban el deporte como un momento de disfrute en relación con su tiempo de ocio, y para que esto ocurra, hay que ofrecerles distintas opciones de juegos y actividades que les resulten interesantes y motivadoras. (Gallegos, A. G., & Extremera, A. B., 2007).

3.5.2. Beneficios de la Actividad al Aire Libre

Tal y como podemos encontrar en un artículo de la revista científica SciELO Cuba, la educación motriz en educación infantil tiene numerosos beneficios sobre los niños y niñas, como, por ejemplo, favorece la construcción de su personalidad y también, optimiza su desarrollo integral. Además, va a tener una mejor calidad de vida aportándoles hábitos saludables que pueden permanecer a lo largo de su vida.

Se ha demostrado que la educación basada en el entorno produce mejoras escolares y que la naturaleza puede fomentar el desarrollo de la creatividad y el arte. (Louv, R., 2020).

A lo largo de la historia de la educación podemos encontrar diferentes autores que defienden la importancia de que los infantes crezcan y se desarrollen en contacto con la naturaleza, como son María Montessori, Pestalozzi, Fröbel, entre otros.

Es importante destacar la filosofía de Heike Freire, la autora de “Educar en verde”, que considera que los niños y niñas deben tener amor hacia el planeta antes de salvarlo. Freire quiere llevar a cabo la pedagogía “verde”, que consiste en dar un enfoque educativo basado en la confianza, pretendiendo llevar a cabo un acompañamiento consciente de los procesos naturales de desarrollo, autoconocimiento y aprendizaje de los niños/as. El contacto con el entorno natural nos lleva a la reconexión con nosotros/as mismos/as y a su vez, con el planeta. Entre todos debemos hacer todo lo posible por integrar la naturaleza en la educación, para así, alcanzar la transición ecológica que necesitamos. (Fresneda, s.f.).

El hecho de no tener ningún tipo de contacto o un contacto muy pobre con la naturaleza nos puede llevar a diferentes consecuencias negativas como son las siguientes (Llopis, P., 2016):

- Infelicidad.
- Estado de aceleración permanente.
- Alteraciones del sueño.
- Fatiga sensorial, la cual se ve reflejada en los niños/as a través de conductas impulsivas, agitación, irritación e incapacidad para concentrarse.
- Falta de movimiento, ya que los niños/as están acostumbrados a estar sentados/as la mayoría de las horas del día. Esto puede llevar a padecer obesidad, problemas de concentración y a tener mayor probabilidad de llevar a cabo comportamientos violentos.

3.6. ¿Cómo ha Afectado el Covid 19 a la Salud de los Niños/as?

La pandemia COVID 19 ha supuesto un gran impacto en la salud pública, especialmente para la salud mental. Tras la realización de algunos estudios, se han encontrado diferentes consecuencias del Covid 19 en el ámbito psicológico, como trastornos emocionales, depresión, estrés, apatía, insomnio, irritabilidad, enfado y agotamiento emocional.

Se espera que el Covid 19 suponga un gran impacto negativo en el desarrollo infantil y en el aprendizaje, del mismo modo que afectará a la salud tanto física como mental. El confinamiento, acompañado de la falta de rutinas y el sedentarismo han reducido en los niños

y niñas la actividad física y la exposición a los diferentes estímulos que les aporta su entorno. Esto supone también que pasen mayor tiempo de su día en frente de pantallas, usando con mayor frecuencia los aparatos electrónicos, lo que puede influir en la calidad de interacciones con las personas con las que conviven, dándose una gran falta de socialización. (Hincapié, D., López, F., Rubio, M., 2020).

3.7. La actividad física en la escuela

La escuela es considerada un entorno fundamental en el desarrollo de los infantes, debemos tener presente que la realización de actividades proveedoras de la salud tendrán un impacto positivo en sus actos de actuación. Para llegar a resultados significativos y efectivos en este ámbito, debemos combinar los programas en las aulas con cambios en los valores de la escuela y el entorno, involucrando en la medida de lo posible a las familias y la comunidad en las actividades.

Teniendo en cuenta la labor tan importante que tenemos los docentes en el desarrollo de los niños y niñas, debemos fomentar su participación en su propio desarrollo, así como la capacidad de decisión en las acciones encaminadas a conocer su salud, necesidades y problemas. (Colomer-Revuelta, C., Colomer-Revuelta, J., Mercer, R., Peiró-Pérez, R., & Rajmil, L. 2004).

Hay que destacar la importancia de que el docente de Educación Física sepa justificar la inclusión del deporte en el currículum escolar. A día de hoy, el deporte cada vez tiene una mayor presencia social e influye en gran medida en el comportamiento y el modo de vida de los humanos. Por este motivo, es importante que se utilice el deporte de forma que favorezca nuestros intereses educativos, al mismo tiempo que los individuos aprenden y adquieren conocimientos a través de éste.

Por otro lado, el docente debe plantear al alumnado actividades que fomenten actitudes de tolerancia y respeto, que favorezcan la convivencia y contribuyan a la resolución de conflictos de forma pacífica. (Monjas, R, s.f.).

3.8. Juegos Tradicionales en los Niños y Niñas de Educación Infantil

3.8.1. ¿Por qué es Importante Jugar?

Tal y como define Gómez, A. M. G. (2009), en el artículo llamado “Importancia del juego y desarrollo en educación infantil”, el juego es una actividad natural, en la que el uso de objetos y las acciones no tienen ningún objetivo obligatorio para el niño/a, actuando, por tanto, desde la libertad de elección y ejecución. Esto aporta al individuo actividad y seguridad.

El juego se entiende también como un proceso simbólico de comunicación social. En especial, el juego psicomotor regula la capacidad perceptiva del niño/a al ser capaz y libre de actuar en un medio, mientras lo explora mediante el movimiento.

El juego suele ser muy llamativo y de interés para los infantes, ya que suele contar con un factor imprescindible, que es la motivación. Los niños y niñas suelen asociar el juego a un momento de bienestar emocional y de comunicación con sus personas más cercanas. Además, aprovechando esto, se puede usar el juego como herramienta para favorecer las relaciones entre el niño-adulto y el niño/a con sus iguales.

Según Sanchez, A., & Daniel, N. (2001), podemos encontrar diferentes motivos por los que es importante que jugar, especialmente para los niños y niñas en su etapa de infancia:

- Satisface las necesidades vitales de acción y expresión.
- Genera placer y consigue que el niño/a se entregue plenamente en la acción que lleva a cabo.
- A través del juego el niño/a adivina y anticipa las conductas superiores
- Favorece la creatividad, inteligencia e imaginación.

3.8.2. Los Juegos Tradicionales

Cuando hablamos de juegos tradicionales nos referimos a los juegos que se jugaban mucho tiempo atrás y a día de hoy, siguen perdurando pasando de generación a generación, aunque es posible que sufran algunos cambios con el paso del tiempo. Podemos encontrar estos juegos en todas las partes del mundo y aunque se juegue de diferente manera en ciertas zonas o haya diferencias en la forma del juego o diseño del mismo, la esencia siempre se mantiene.

Las características propias de los juegos tradicionales son las siguientes:

- Son jugados por los niños y niñas por el propio placer de jugar, decidiendo éstos como, cuando y donde se juegan.
- Responden a necesidades básicas de los niños y niñas.
- No necesitan de mucho material ni costo.
- Las reglas son de fácil comprensión, memorización y generalmente, negociables.
- Simples de compartir.
- Se pueden practicar en cualquier momento y lugar.

Los juegos tradicionales aportan numerosas posibilidades, y como docentes, debemos inculcar este tipo de juegos en el ámbito infantil, ya que además de ocio, estamos enseñando a los niños y niñas sobre otras culturas, lo que puede ser muy beneficioso para su aprendizaje y desarrollo. Esto puede ayudar a los infantes a conocer aspectos de otros lugares, que les ayude a comprender la vida, las costumbres y hábitos diferentes a los suyos. (González, M. C. P., 2011)

Teniendo en cuenta los beneficios que aporta la práctica de los juegos tradicionales, me parece muy interesante inculcarlo en edades tempranas, concretamente en la etapa de infantil, ya que estos niños y niñas están acostumbrados en su día a día a llevar un ritmo más pasivo, por lo general, usando en gran medida las pantallas de aparatos electrónicos. Con la realización de este tipo de juegos, los docentes estamos fomentando un juego activo, participativo y comunicativo, al mismo tiempo que se favorece la relación con sus iguales.

3.8.3. Importancia de los Juegos Tradicionales en Educación Infantil

Según Marín Chávez, M. E. (2018), los juegos tradicionales son juegos que aportan muchas cosas positivas a los niños y niñas en diferentes aspectos, como por ejemplo:

- Favorece las relaciones sociales de los infantes y, por tanto, ayuda a crear lazos de amistad.
- Favorece la actividad fisiológica.
- Mejora el sentido rítmico.
- Se desarrolla la imaginación.
- Desarrolla la empatía.
- Se viven experiencias divertidas.
- Fomentan la seguridad y la confianza.
- Favorecen el acercamiento a otras generaciones.
- Hacen posible la inclusión de contenidos transversales en el diseño curricular de diferentes enseñanzas.

3.9. La familia y la escuela

Es muy importante que la familia y la escuela trabajen siempre juntas, de la mano, para que el aprendizaje que recibe el niño/a vaya encaminado en la misma dirección. Además, la participación de las familias en la educación de los niños y niñas supone consecuencias muy positivas para el alumnado, los docentes y para el propio funcionamiento de la escuela.

A la hora de realizar una propuesta de intervención debemos destacar la importancia de la colaboración de las familias en la educación de los niños y niñas, así como de la comunicación entre padres y maestros, como destaca el autor Macbeth, quien expone las siguientes ideas:

- La interacción entre las familias y los docentes implica conocer mejor al alumnado y su entorno familiar y amistades que le rodean, así como los profesores pueden informar a las familias sobre características del niño/a que se pueden observar en el aula.
- Los padres y las madres, al ser los principales responsables de los niños y niñas, deben intervenir y tomar parte de las decisiones que se toman en la escuela, ya que van a influir en su evolución y desarrollo.
- Se debe buscar una educación interrelacionada y compatible, teniendo en cuenta la escuela la educación familiar de los discentes.

(Martínez, S. D., 2010).

4. Objeto, problemática y objetivos

La actividad física es crucial para la salud de los niños y las niñas, y constituye un factor esencial para el desarrollo de éstos/as, por ello, va a ser nuestro **objeto de estudio** y el trabajo estará enfocado principalmente en esta temática. Cabe destacar que en la sociedad en la que vivimos hay un **problema** que nos afecta a todos/as, el conocido sedentarismo, el cual suele ir acompañado de una alimentación inadecuada. Todo esto puede provocar efectos graves como obesidad, sobrepeso, estancamiento del desarrollo psicosocial, desarrollo de conductas adictivas, etc. Teniendo en cuenta esta problemática, los adultos debemos proporcionar al niño/a oportunidades y situaciones que requieran actividad física.

Por otro lado, es importante destacar la importancia de la infancia, porque lo que se aprenda a lo largo de esta etapa influirá notablemente en nuestra vida adulta. Por tanto, debemos procurar trabajar con niños/as los hábitos saludables desde que son pequeños/as y brindarles oportunidades que realmente sean enriquecedoras para un desarrollo favorable.

Tras haber explicado el objeto y la problemática en la que se enfoca mi trabajo, se expondrán los **objetivos** generales que se pretenden alcanzar:

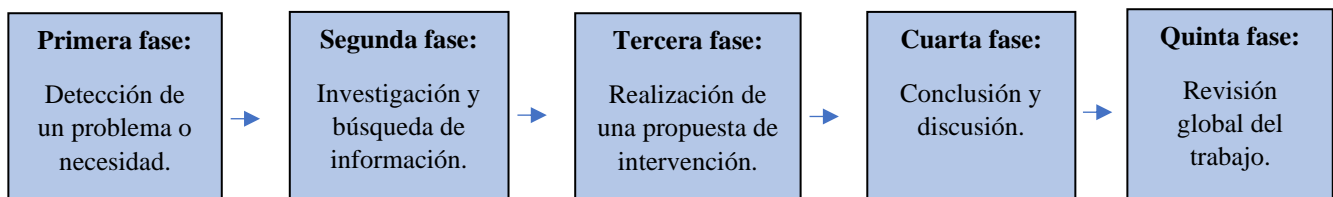
- Fomentar una vida saludable a través de actividades motoras en espacios exteriores.
- Acercar a los niños y niñas a los elementos naturales de su entorno.

Del mismo modo, en la propuesta de intervención que estamos planteando habrá un acercamiento del niño/a hacia los elementos naturales que lo rodean, los cuales pueden aportar muchos beneficios en su aprendizaje, así como a su propia salud.

5. Materiales y método

5.1. Cronograma del tfg

Para la realización de mi trabajo de fin de grado he llevado a cabo diferentes acciones en varias fases, expuestas en el siguiente cronograma:



5.2. Descripción del contexto/necesidad identificada

Para la realización de este trabajo me he basado en el centro llamado Colegio Bilingüe Antonio Gala, situado en Dos Hermanas, una ciudad perteneciente a la provincia de Sevilla. Dos Hermanas es un municipio considerado históricamente como ciudad dormitorio de Sevilla y ubicada en la comarca del Área metropolitana de Sevilla.

El centro imparte enseñanzas de Infantil, Primaria, Educación secundaria obligatoria y Formación profesional Básica. El nivel socio económico de las familias es medio y éstas suelen mostrarse muy participativas a la hora de realizar actividades, talleres, fiestas, etc. Además, el centro suele mostrarse muy dispuestos a que los familiares acudan y participen activamente en la enseñanza y aprendizaje de sus hijos/as.

En el Colegio Antonio Gala se pretende educar en valores y aportar a los estudiantes una enseñanza que vaya más allá de lo teórico. Para ello, cuentan con diferentes planes como son: Plan de Igualdad, Plan de Convivencia, Plan de Atención a la Diversidad...

Teniendo presente las características de este centro y la necesidad detectada de que los niños y niñas practiquen más actividades motrices, por el exceso uso de aparatos electrónicos, considero que es un lugar adecuado para impartir la propuesta de intervención planteada. Además, el colegio cuenta con un patio exclusivamente para los niños y niñas de educación

infantil, el cual es bastante amplio y se puede aprovechar para la realización de las diferentes actividades.

5.3. Pautas para el diseño de una intervención o recursos

Para la realización de mi trabajo de fin de grado he llevado a cabo diferentes pautas y he seguido un orden cronológico. En primer lugar, reflexioné sobre qué necesidad o problema existe en mi entorno y poco a poco, llegué a la temática de las actividades motrices al aire libre, abarcando el gran sedentarismo en el que vivimos actualmente.

Posteriormente, tras elegir la temática principal, investigué y busqué información sobre ésta, concretamente en Google académico, ya que es una fuente fiable en la que se pueden encontrar numerosos documentos que aportan información muy detallada y completa.

Tras indagar más profundamente sobre el tema, consideré la realización de una propuesta de intervención, en la que se fomentan los hábitos saludables y las actividades motrices al aire libre mediante los juegos tradicionales. Escogí los juegos tradicionales porque considero que son un buen recurso para que los niños y niñas adquieran hábitos y lleven a cabo actividad física de una forma divertida para ellos/as.

Para evaluar la propuesta de intervención, he planteado una rúbrica con diferentes ítems como criterio de evaluación.

Por último, tras repasar en varias ocasiones la información recogida en el trabajo y la propuesta de intervención planteada en base a ésta, llevé a cabo una discusión y conclusión englobando todos los conceptos tratados.

6. Resultados

6.1. Descripción general de la intervención

Tal y como hemos explicado anteriormente, hay un excesivo uso de las tecnologías desde la infancia y los niños/as cada vez pasan menos tiempo al aire libre. Para fomentar el contacto de éstos/as con la naturaleza y al mismo tiempo, propiciar la actividad física y generar así hábitos saludables, vamos a desarrollar una propuesta de intervención centrada en los juegos tradicionales al aire libre destinada a los niños y niñas de 5-6 años. Esta propuesta se llamará “Juguemos como antes”, haciendo referencia a como ha ido cambiando nuestro estilo de vida con el paso del tiempo y los avances tecnológicos que se han dado.

El objetivo principal de esta propuesta de intervención es el acercamiento de los niños y niñas al aire libre mediante la realización de actividades físicas. Para ello, aprovecharemos la temática de los juegos tradicionales, ya que años atrás, los niños y niñas pasaban casi todo el tiempo del día en la calle y necesitaban muy poco para divertirse, simplemente jugaban y aprovechaban los recursos que el medio les ofrecía. Actualmente, esto ha cambiado mucho y es posible que los discentes no conozcan este tipo de actividades porque están muy lejos de la realidad que viven actualmente.

6.2. Objetivos

Además de los objetivos generales mencionados anteriormente, los objetivos específicos que se pretenden alcanzar con las actividades planteadas en la propuesta de intervención son los siguientes:

- Fomentar la actividad motora.
- Acercar a los niños y niñas al entorno natural.
- Favorecer la relación del niño/a con la familia.
- Favorecer la relación entre los iguales.
- Instaurar los juegos tradicionales en su vida cotidiana.

6.3. Competencias clave

Guiándonos por la instrucción 11/2022, del 23 de junio, de la dirección general de ordenación y evaluación educativa, por la que se establecen aspectos de organización y funcionamiento para los centros que impartan educación infantil ara el curso 2022/2023, concretamente en el segundo ciclo, podemos relacionar esta situación de aprendizaje con las 3 áreas.

En primer lugar, con el Área 1: Crecimiento en Armonía, especialmente con la competencia específica 3: Desarrollar capacidades, destrezas y hábitos, partiendo de la confianza en sus posibilidades y sentimientos de logro, que promuevan un estilo de vida saludable y exosistema responsable. Esta área se conecta con los siguientes descriptores de perfil de salida: CCL1, CCL2, CCL5, STEM1, STEM5, CD4, CPSAA2, CPSAA3, CPSAA4, CPSAA5, CC1, CC2, CC3, CC4, CE1, CCEC1.

Por otro lado, se puede relacionar también con el Área 2: Descubrimiento y Exploración del Entorno, con la competencia específica 3: Reconocer elementos y fenómenos de la naturaleza,

mostrando interés por los hábitos que inciden sobre ella, para apreciar la importancia del uso sostenible, el cuidado y la conservación del entorno en la vida de las personas, generando actitudes de interés, valoración y aprecio sobre el patrimonio natural andaluz y su biodiversidad. Los descriptores de perfil de salida de esta área son los siguientes: CCL1, STEM2, STEM3, STEM5, CD4, CPSAA1, CC3, CC4, CE1.

Además, la situación de aprendizaje incluye el Área 3. Comunicación y Representación de la Realidad, concretamente con la competencia específica 1: Manifestar interés por interactuar en situaciones cotidianas a través de la exploración y el uso de su repertorio comunicativo, para expresar sus necesidades e intenciones y para responder a las exigencias del entorno. Esta competencia específica incluye los siguientes descriptores del perfil de salida: CCL1, CCL5, STEM1, CD1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3.

Dentro del Área 3 encontramos otra competencia específica relacionada con esta situación de aprendizaje, la competencia 5: Valorar la diversidad lingüística presente en su entorno, así como otras manifestaciones culturales para enriquecer sus estrategias comunicativas y su bagaje cultural. Esta competencia se conecta con los descriptores del perfil de salida: CCL1, CCL2, CCL4, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.

Tras haber conectado la situación de aprendizaje con las diferentes competencias específicas de la Instrucción 11/2022, de 23 de junio, junto con sus respectivos descriptores, podemos relacionar la dicha situación con las siguientes competencias claves:

- Competencia en comunicación lingüística (CCL).
- Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM)
- Competencia digital (CD).
- Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA).
- Competencia ciudadana (CC).
- Competencia emprendedora (CE).
- Competencia en conciencia y expresiones culturales (CCEC).

Todos estos descriptores de perfil de salida ya mencionados junto con la descripción de las competencias clave serán redactados de forma completa en el *“Anexo 1: Competencias clave y descriptores operativos de perfil de salida”* al final del trabajo, y como se ha redactado anteriormente, pertenecen al segundo ciclo de Educación Infantil, ya que la propuesta de intervención se lleva a cabo en el aula de 5 a 6 años de Educación Infantil.

6.4. Distribución temporal de la intervención

Esta propuesta de intervención está planteada para realizarla en el tercer trimestre del curso escolar, aprovechando cuando llegue la primavera y el tiempo sea más favorable para realizar las actividades al aire libre.

La situación de aprendizaje está planificada para llevarla a cabo a lo largo del mes de abril, durante 15 días, concretamente desde el lunes 6 hasta el viernes 24 de abril. Se ha organizado el tiempo de esta manera para que se puedan trabajar los contenidos sin prisas, pero al mismo tiempo, no dedicándole demasiado tiempo para evitar que los alumnos y alumnas puedan llegar a aburrirse de la temática o lleguen a verlo muy monótono.

Considero que 15 días es un tiempo adecuado porque les permite explorar, buscar información, investigar, compartir, experimentar y adquirir un aprendizaje significativo.

De todos modos, se puede plantear que la distribución de juegos en el patio con los respectivos murales se mantengan a lo largo del curso, si los niños y niñas muestran interés en seguir practicándolos.

En cuanto a las actividades planteadas, cada una tiene una duración diferente, dependiendo del tiempo y esfuerzo que requiera su realización. La duración de cada actividad está especificada detalladamente en el próximo apartado, en la explicación de cada una de ellas.

6.5. Sesiones o actuaciones a realizar. Metodología

Como hemos mencionado anteriormente, las actividades están programadas desde el lunes 6 al 24 de abril, repartidas en 13 sesiones. Vamos a trabajar las sesiones por días, es decir, cada sesión será un día diferente.

Se han planificado las actividades en el siguiente *Diagrama de Gantt*:

Sesiones	Actividades	ABRIL																		
		6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
Sesión 1	Actividad 1	■																		
	Actividad 2	■																		
Sesión 2	Actividad 3			■																
Sesión 3	Actividad 4				■															
Sesión 4	Actividad 5					■														
	Actividad 6					■														
Sesión 5	Actividad 7										■									

Sesión 6	Actividad 8																			
Sesión 7	Actividad 9																			
Sesión 8	Actividad 10																			
Sesión 9	Actividad 11																			
Sesión 10	Actividad 12																			
Sesión 11	Actividad 13																			
Sesión 12	Actividad 14																			
	Actividad 15																			
	Actividad 16																			
Sesión 13	Actividad 17																			
	Actividad 18																			

La propuesta de intervención programada se va dividir en diferentes **sesiones**, trabajando cada sesión en un día diferente, tal como se muestra en el anterior *Diagrama de Gantt*:

- **Sesión 1.** Actividad 1. “¿A qué jugaban nuestros familiares?”; Actividad 2. “Ideas previas”.
- **Sesión 2.** Actividad 3. “Compartir respuestas de padres o familiares.”
- **Sesión 3.** Actividad 4. “Visita de padres o familiares.”
- **Sesión 4.** Actividad 5. “Elección de juego por grupos.”. Actividad 6. “Explicación de la fiesta final.”
- **Sesión 5.** Actividad 7. “Creación de murales.”
- **Sesión 6.** Actividad 8. “La rayuela.”
- **Sesión 7.** Actividad 9. “Atrapa la bandera.”
- **Sesión 8.** Actividad 10. “Carrera de huevos.”
- **Sesión 9.** Actividad 11. “Carrera de sacos.”
- **Sesión 10.** Actividad 12. “Gallinita ciega.”
- **Sesión 11.** Actividad 13. “El pañuelo.”

- **Sesión 12.** Actividad 14. “Inventamos nuestro propio juego.”; Actividad 15. “Creación del mural.”; Actividad 16. “Jugamos a nuestro juego.”
- **Sesión 13.** Actividad final 17. “Fiesta de los juegos tradicionales con familiares.”; Actividad 18. “Debate sobre lo que hemos realizado.”

A continuación, vamos a explicar detalladamente las diferentes **actividades** que engloban la situación de aprendizaje “Juguemos como antes”:

Actividad 1: ¿A qué jugaban nuestros familiares?

Sin contarles nada a los niños y niñas anteriormente, se les va a plantear el reto de realizarles una pequeña entrevista a sus a sus familiares más cercanos, pudiendo ser tanto a padres, madres, tíos, abuelos, etc., sobre a qué jugaban cuando eran pequeños/as.

Además, se dejará que los niños y niñas hablen sobre lo que piensan que responderán sus padres, para así ver qué conocimientos previos tienen sobre los juegos tradicionales.

Esta actividad se trabajará como un módulo de trabajo, durando aproximadamente 1 hora.

Imagen 1

Juegos tradicionales antiguamente



(Google, s.f.)

Actividad 2: Ideas previas

Para conocer las ideas previas de los alumnos y alumnas, al inicio del día aprovechando el momento de asamblea, preguntaremos a los niños y niñas que hacen en su tiempo libre, a que les gusta jugar, si saben a qué jugaban sus padres, cuáles son sus juegos favoritos...

Posteriormente, les mostraremos imágenes de diferentes juegos tradicionales conocidos, preguntándoles uno a uno si saben de qué juego se trata y en que consiste. Además, dejaremos que se expresen y cuenten si han jugado alguna vez a alguno, si les gusta, etc.

La actividad 2, en la que los niños y niñas muestran sus ideas previas, tendrá una duración de 20 minutos.

Imagen 2

Asamblea



(Google, s.f.)

Actividad 3: Compartir respuestas de los padres o familiares

Los niños y niñas van a compartir con sus compañeros/as las respuestas que hayan obtenido de sus familiares respecto a lo que jugaban de pequeños/as, respetando entre unos y otros los turnos y escuchando activamente a los demás. Dejaremos también que los infantes den su opinión y compartan además de la información obtenida, sus sensaciones o pensamientos sobre el tema tratado.

Al final de este debate, se les planteará si les gustaría que algunos padres o familiares acudieran al aula y entre todos hacerles una pequeña entrevista en relación con los juegos que practicaban en su infancia.

De forma conjunta, haremos una carta de invitación donde animemos a los familiares a acudir al aula la mañana siguiente para compartir con los niños y niñas sus experiencias respecto a este tema. Esta nota se la llevarán a casa para que los familiares puedan verla, y se les pedirá que la traigan al día siguiente confirmando si pueden acudir o no.

Además de realizarles una entrevista, se les planteará que jueguen con los niños y niñas en el patio del colegio, a diferentes juegos de su infancia.

La actividad se trabajará como un módulo de trabajo y tendrá una duración de 30 minutos aproximadamente.

Imagen 3

Jugamos con las familias



(Google, s.f.)

Actividad 4: Visita de los familiares al aula

Como comentamos anteriormente, los familiares que puedan están invitados a acudir al aula para compartir con los niños y niñas su experiencia con los juegos tradicionales, a los que jugaban cuando eran pequeños/as. Los niños y niñas podrán realizarles preguntas levantando la mano y respetando el turno, pudiendo surgir cuestiones como: “¿A qué te gustaba jugar más cuando eras pequeño/a?”; ¿Usabas aparatos tecnológicos?”; ¿Te gustaba jugar solo/a o con otros amigos?”; ¿Cuánto tiempo pasabas en la calle?”

Sería idóneo que en esta actividad participaran tanto familiares más jóvenes como más mayores, para poder comparar las diferencias en los juegos entre diferentes generaciones y así, aprender todo lo posible.

Esta visita de los padres tendrá una duración de 1 hora y media, ya que se tendrá en cuenta que vengan varios familiares y que haya tiempo suficiente de que compartan sus experiencias con los alumnos/as.

Imagen 4

Familiares en el colegio



(Google, s.f.)

Actividad 5: Elección de juego por grupos

Tras la visita de los familiares, los niños y niñas habrán recibido información sobre diferentes juegos tradicionales, incluso habrán experimentado algunos de éstos. Será entonces cuando dejemos que escojan los que más les han gustado o llamado la atención, para que indaguen más profundamente sobre éstos.

Según lo que cada niño/a elija, se irán creando grupos por cada tipo de juego y éstos buscarán información en casa, para posteriormente traerla y compartirla en el aula al resto de sus compañeros/as. Pueden buscar información a través de preguntas a sus familiares, observando fotos, manipulando diferentes materiales, etc. Se asignará un día específico para cada juego, y cada miembro de dicho grupo traerá los materiales que haya creado o encontrado en relación con su juego, para mostrárselo a los/as demás.

Se pretenderá que haya unos 6 grupos aproximadamente, para que en total se trabaje ese mismo número de juegos, y se intentará respetar en todo momento el interés de cada niño o niña y agruparlos de forma que estén de acuerdo y se sientan cómodos/as, para así mantener su motivación.

Con esta actividad estaremos recurriendo al trabajo cooperativo, pretendiendo que los niños y niñas trabajen de forma conjunta y compartiendo las ideas de cada uno/a. Cada alumno/a debe trabajar y hacer su aportación propia para llegar al trabajo final.

Procuraremos que haya 6 grupos de unos 4 niños/as en cada uno, para así trabajar en total 6 juegos. Vamos a suponer que los juegos que se han escogido por los grupos son: la rayuela, atrapa la bandera, gallinita ciega, carrera de huevos, carrera de sacos y el pañuelo.

La actividad 5 tendrá una duración de 15 minutos aproximadamente.

Imagen 5

Trabajo por grupo cooperativo



(Google, s.f.)

Actividad 6: Explicación de la fiesta final

Cuando ya estén los juegos repartidos, el docente explicará a los niños y niñas que vamos a crear entre todos una fiesta de los juegos tradicionales en el patio, y para ello, hay que ir trabajando poco a poco cada día y entre todos crearla. El patio se dividirá en varias zonas, cada una destinada a un tipo de juego. El último día de esta propuesta de intervención, que será el viernes 24 de abril, se celebrará el día de los juegos tradicionales. Este día el colegio abrirá sus puertas a familiares que quieran o tengan la posibilidad de acudir para compartir con los niños y niñas estas actividades, actuando como apoyo, supervisando o incluso jugando con ellos. Esto puede favorecer la relación entre los infantes y sus familiares.

Cada grupo, que tiene un juego, tendrá que crear un mural grande con el nombre de éste, pero deben usar materiales naturales que el entorno les ofrece, por ejemplo, hojas, flores, etc. Para ello, el/la docente dejará que los niños y niñas indaguen y busquen en el patio del colegio detenidamente y que escojan los recursos que quieren utilizar para decorar su zona de juego.

Los juegos que se van a trabajar son los siguientes: la rayuela, atrapa la bandera, carrera de sacos, carrera de huevo, la gallinita ciega y el pañuelo.

En las próximas sesiones, se va a dedicar un día para cada juego, es decir, cada grupo expondrá a sus compañeros/as la información que han encontrado, en el formato que hayan elegido libremente. Ese día, todos los niños y niñas del aula jugarán a ese juego, con la ayuda del grupo que ha buscado información sobre éste.

En el patio, se pegará dicho mural en alguna zona que se considere adecuada para este juego, y se dejará hasta el día de la fiesta final.

Esta actividad contará con la duración de 10 minutos, ya que la explicación de la fiesta no requiere de mucho tiempo.

Actividad 7: Creación de murales

Entre todos los componentes de cada grupo, van a crear un mural respectivo a su juego, y lo harán con materiales que les ofrece el entorno natural, dejando que exploren y busquen libremente en el patio del colegio. Podrán utilizar hojas, piedras, flores, palos...

Estos murales se colocarán en el patio en diferentes espacios, separando así cada espacio destinado a cada juego. Es decir, el lugar donde se coloque cada mural delimitará el espacio donde se practicará ese juego.

La creación de murales se trabajará como módulo de trabajo y tendrá una duración de 1 hora y media, ya que necesita de mayor dedicación y esfuerzo por parte de los discentes.

Imagen 6

Mural materiales de la naturaleza



(Google, s.f.)

Actividad 8: La rayuela

El grupo que tenía asignado este juego mostrará a los demás compañeros su trabajo de investigación y su mural, compartiendo también que materiales han utilizado, como lo han hecho...

Después, saldremos al patio a pegar este mural y los niños y niñas podrán jugar a este juego durante unos 30 minutos, después de venir del patio y desayunar, para que los niños y niñas

estén despejados y con motivación para realizar la actividad. En el caso de la rayuela, que hay que dibujarla en el suelo, se dejará que el grupo lo dibuje, con ayuda de todos y del docente, con una tiza.

A la hora de jugar, aunque todos disfruten del juego, se intentará que el grupo actúe como mediador en el caso de que se diese algún problema o conflicto, así estaremos también aportando estrategias de negociación y favoreciendo la relación entre iguales. El docente se limitará a observar e intervendrá en el caso de que sea necesario, pero dejando en la medida de lo posible que los niños y niñas actúen por sí solos/as, sin recibir influencia de ningún referente.

Imagen 7

La rayuela



(Google, s.f.)

Actividad 9: Atrapa la bandera

El grupo explicará la información que han encontrado a los demás, y se montará en el patio el espacio dedicado a este juego. Los niños y niñas practicarán este juego en el patio, con las indicaciones que los integrantes del grupo les den.

Al igual que la actividad anterior, se colocará el mural en el patio para el día de la fiesta final. La actividad tendrá una duración de 30 minutos aproximadamente y se llevará a cabo después del patio, ya que en ese momento del día están cansados/as y les cuesta más concentrarse en actividades de mucho esfuerzo mental.

Imagen 8

Atrapa la bandera



(Google, s.f.)

Actividad 10: Carrera de huevos.

El grupo correspondiente expone su trabajo a los compañeros y compañeras, y todos/as juegan en el patio durante unos 30 minutos, justo después de la hora del recreo. Los integrantes del grupo deben aportar los materiales necesarios para la realización del juego.

Imagen 9

Carrera del huevo



(Google, s.f.)

Actividad 11: Carrera de sacos.

El grupo expone la información recopilada sobre su juego junto con el mural que han creado y todos los discentes juegan en el patio durante 30 minutos aproximadamente, después del recreo.

Imagen 10

Carrera de sacos



(Google, s.f.)

Actividad 12: Gallinita ciega

Igual que en la sesión anterior, el grupo correspondiente de la gallinita ciega expone su trabajo y juegan todos los niños y niñas en el patio de infantil del colegio durante 30 minutos aproximadamente, al volver del recreo.

Imagen 11

La gallinita ciega



(Google, s.f.)

Actividad 13. El pañuelo

Los niños y niñas que han investigado sobre este juego van a explicar a sus amigos la información obtenida, así como el mural que han creado. Tras esto, todos los niños y niñas jugarán en el patio durante unos 30 minutos, concretamente cuando vuelvan de la hora del recreo.

Imagen 12

El pañuelo



(Google, s.f.)

Actividad 14. Inventamos nuestro propio juego

Tras haber aprendido y experimentado diferentes juegos tradicionales en los días anteriores, se les planteará a los niños y niñas un reto, si quieren inventar su propio juego, en el que ellos y ellas sean quienes impongan las reglas. El profesor/a irá recopilando las ideas que aporten los infantes y entre todas ellas se creará un nuevo juego, así como la elección del nombre se hará de forma conjunta.

Esta actividad tendrá una temporalización aproximada de 30 minutos, ya que el/la docente debe recopilar todas las ideas posibles y escuchar las aportaciones de todos los niños y niñas.

Actividad 15. Creación mural de nuestro juego

Al igual que se ha hecho con los otros juegos, en este caso entre todos los niños y niñas del aula, sin distribución de pequeños grupos, decoraremos un mural con este nuevo juego, utilizando también elementos naturales de nuestro entorno.

La creación del mural requerirá 1 hora más o menos, ya que requiere de una gran dedicación por parte de todos/as.

Imagen 13

Creamos un mural



(Google, s.f.)

Actividad 16. Jugamos a nuestro juego

Cuando el mural esté listo, los niños y niñas podrán jugar y vivenciar el juego que han creado en el patio del colegio, limitándose el/la docente a observar y guiar en caso de que sea necesario.

Este juego también se incluirá el día de la fiesta final de los juegos tradicionales, siendo los niños y niñas quienes se lo expliquen a sus familiares para que puedan jugar.

Para la actividad 16, necesitaremos aproximadamente 30 minutos.

Imagen 14

Jugando al aire libre



(Google, s.f.)

Actividad 17: Fiesta de los juegos tradicionales con familiares

Como hemos comentado al principio, la actividad final es la fiesta de los juegos, que los niños y niñas han creado día a día, y que podrán disfrutar con sus familiares, sus compañeros y profesores. Se dejará que jueguen libremente, por grupos, rotando cada cierto tiempo para que todos puedan disfrutar de estos juegos.

El objetivo principal de esta fiesta es que los niños y niñas realicen actividad física de una forma divertida y dinámica, compartiendo momentos con sus iguales y referentes más cercanos, al mismo tiempo que están en contacto con su entorno natural, del cual no suelen disfrutar apenas en su rutina diaria.

Esta actividad final de la fiesta, está programada para una duración de 2 horas aproximadamente, para que de esta manera, haya suficiente tiempo para jugar a todos los juegos y que todos disfruten sin prisas, tanto los alumnos y alumnas como sus respectivos acompañantes.

Imagen 15

Fiesta de juegos tradicionales



(Google, s.f.)

Actividad 18. Debate y reflexión final sobre lo que hemos realizado

Esta actividad se llevará a cabo después de la fiesta final de los juegos, la cual consistirá en debatir y compartir diferentes opiniones sobre la situación de aprendizaje que hemos realizado, en la cual se hablará de la reutilización de materiales, el uso de recursos de la naturaleza, la forma en la que hemos recopilado información sobre los juegos y diferencias de como nosotros normalmente buscamos información a día de hoy...

En resumen, será un debate final en el cual la docente invitará a los niños y niñas a compartir su experiencia en la realización de las actividades, si les ha gustado, si hay algo que no les haya gustado, si han aprendido cosas nuevas, etc. De esta manera, la profesora podrá recopilar información sobre las sensaciones de los niños y niñas y comprobar si ha conseguido lo esperado o no, lo que puede ser útil también para plantear aspectos de mejora.

Para el debate final, se requerirán unos 20 o 30 minutos, ya que pretendemos que participen todos los niños y niñas y que compartan libremente su reflexión sobre el trabajo realizado en las semanas anteriores.

6.6. Recursos materiales y espaciales

Los **recursos materiales** que se van a utilizar para esta situación de aprendizaje son:

- Hojas para anotar ideas previas, preguntas para la entrevista...
- Imágenes de juegos tradicionales.
- Recursos de la naturaleza (hojas, piedras, flores...).
- Pegamento y cinta aislante.

- Tiza.
- Papel continuo.
- Cartulinas y folios.
- Sacos.
- Cucharas y huevos.
- Pañuelo.

Respecto a los **recursos espaciales**, se necesitarán los siguientes para desarrollar las actividades:

- Patio del colegio.
- Aula.

6.7. Evaluación

Para evaluar esta propuesta el/la docente llevará a cabo la observación directa en todo momento. Además, a medida que se vaya desarrollando la situación de aprendizaje y con la ayuda del debate final, se rellenará una rúbrica enfocada a todos los alumnos/as de forma general, en la que se evaluará una serie de ítems.

Ítems	Todos	Casi todos	Algunos	Pocos	Muy pocos
Los niños/as muestran interés en la realización de las actividades planteadas					
Los niños/as conocen los juegos tradicionales presentados por las familias					
Los familiares se muestran participativos en la realización de actividades					
Los niños/as se sienten cómodos y seguros al estar en contacto con el entorno natural					
Los niños y niñas se muestran resolutivos y ágiles a la hora de utilizar recursos del entorno natural					
Los niños y niñas se muestran interesados en interactuar con los adultos					

Los niños y niñas son capaces de trabajar de forma cooperativa y resolver conflictos que puedan surgir					
--	--	--	--	--	--

7. Discusión

Tras haber explicado detalladamente como se va a desarrollar la propuesta de intervención, podemos contrastar lo que hemos planteado con diferentes teorías de autores que defienden el mismo concepto.

En primer lugar, en la propuesta de intervención encontramos varias actividades cooperativas, que tiene muchos beneficios en el desarrollo de los niños y niñas, tal y como defiende John Dewey con su planteamiento de escuela nueva. (Padrón, R. A., & Junquera, E. E. R., 2006). Este autor se centra en una escuela basada en la experimentación y la reflexión, en la que lo más importante es el alumno y la participación activa de éste/a.

Por otro lado, el tema central de toda esta intervención es el aire libre, el contacto con la naturaleza, concepto que también han defendido diferentes autores a lo largo de la historia. En especial, podemos encontrar a Heike Freire.

Cabe destacar a María Montessori, cuyo pensamiento se basa en la naturaleza y la libertad, tal y como se han pretendido enfocar las actividades planteadas en este trabajo, teniendo en cuenta que los discentes están en contacto con el entorno natural y manipulan los materiales que éste les ofrece de forma libre. Además, el docente se limita a observar y guiar al alumnado, dejando que se desenvuelva por su propia iniciativa y aprenda de sus propias actuaciones, sin recibir pautas de un adulto. Como expone Montessori: “El entorno se convierte en una oportunidad para ayudar al niño a comprender el mundo que le rodea”. (Santerini, M., 2013)

Aun no habiendo implementado esta propuesta de intervención en la vida real, se prevé que los objetivos propuestos se alcancen con éxito, ya que se procura principalmente que los niños y niñas se acerquen al entorno natural a través de la actividad física, y con las actividades planteadas, considero que se favorece esto.

Como docentes, seremos conscientes en todo momento de que no todos los discentes tienen la misma capacidad de aprendizaje y que cada uno sigue un ritmo de desarrollo diferente. Por tanto, partiremos de esta idea para valorar la consecución de los objetivos, la cual se realizará

de forma global como clase a través de la rúbrica expuesta anteriormente, pero también se pueden hacer algunas anotaciones individuales si el docente lo considerase necesario.

Tras contrastar el foco principal de la situación de aprendizaje con diferentes teorías, podemos asegurar que con la realización de las actividades planteadas los niños y niñas alcanzarán una gran satisfacción y muchos beneficios en su salud, tanto física como mental. Al mismo tiempo, se van a ver favorecidas sus relaciones con sus compañeros/as del aula y con sus familiares, al compartir momentos de ocio y diversión con ellos.

8. Conclusiones, limitaciones y perspectivas futuras

A modo de conclusión me gustaría destacar que la realización de este trabajo me ha resultado muy interesante, ya que he podido investigar más profundamente sobre la importancia de que las personas llevemos un ritmo de vida activo, teniendo en cuenta que esto es muy beneficioso para nuestra salud, tanto física como mental. Además, he podido indagar sobre la situación actual en la que vivimos, una sociedad rodeada de aparatos electrónicos y avances que dejan de lado las actividades motrices y especialmente, el contacto con el entorno natural, ya que tendemos a pasar más tiempo en lugares cerrados.

Considero que la información aportada en este trabajo puede ser muy útil para todos/as, porque nos hace ver que a día de hoy la mayoría de personas estamos acostumbradas a llevar una vida muy sedentaria, y nos estamos olvidando de lo importante que es desarrollar actividades motrices, así como socializar con los demás. Todo lo que se ha redactado en este documento nos puede ayudar a ver más allá de lo que estamos acostumbrados, como es el caso de los juegos tradicionales que han existido siempre y puede considerarse un buen recurso para fomentar esa actividad motriz que de la que carecemos.

Además, con la realización de esta propuesta planteada los niños y niñas van a tomar contacto con la naturaleza, favoreciendo su creatividad e imaginación con la reutilización de elementos naturales. Al estar un poco alejados de las nuevas tecnologías, van a salir un poco de su rutina y van a favorecer sus relaciones con los iguales y con sus familiares. Se espera, por tanto, que esta situación favorezca la vida social de los niños y niñas, ya que actualmente tienden a pasar muchas horas delante de una pantalla y esto puede suponer una interacción muy pobre con su entorno.

Por otro lado, estaremos beneficiando la actividad motriz del niño/a, proporcionándole actividades al aire libre que requieren actividad física. Por tanto, se están aportando hábitos saludables desde edades tempranas que tendrán repercusión en su vida adulta.

A continuación, vamos a considerar las **limitaciones** con las que podemos encontrarnos a la hora de realizar la situación de aprendizaje expuesta, así como los aspectos de mejora que se podrían plantear de cara a implementarlo en un futuro. Por ejemplo, podemos encontrarnos con falta de tiempo o de interés por parte de los familiares del alumnado a la hora de realizar las actividades y de participar en la situación de aprendizaje. En este caso, podría mejorarse de cara a otro momento que se vuelva a llevar a cabo, avisando a los familiares con mayor antelación para que puedan organizarse y así, poder acudir con mayor facilidad. Además, podemos encontrarnos con que los alumnos y alumnas se aburran o pierdan el interés por las actividades que se les plantean. En este caso, debemos intentar que sean lo más dinámicas y llamativas posible para ellos/as y procurar no alargar demasiado su duración, para que no se vuelva muy monótono.

De cara a **perspectivas futuras**, se pueden plantear diferentes aspectos de mejora para que el desarrollo y el aprendizaje de la situación de aprendizaje sean lo más completo posible. Por ejemplo, se pueden trabajar más juegos de los que se han planteado, para que adquieran un mayor conocimiento sobre los juegos tradicionales. También, se puede intentar que acudan a la fiesta de los juegos más familiares, como por ejemplo hermanos o primos, para fomentar la actividad motriz al aire libre a más niños y niñas, así como se favorecen las relaciones sociales entre éstos/as.

En resumen, podemos decir que el trabajo contiene información completa que nos será útil a todos los individuos de la sociedad, no únicamente a los niños y niñas de educación infantil, ya que todos/as debemos practicar actividad física para llevar una vida más sana y, por consiguiente, más feliz.

9. Referencias bibliográficas

Beneficios de la actividad física para niños y adolescentes en el contexto escolar. (s.f.). Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252020000200010#B36

Broche-Pérez, Y., Fernández-Castillo, E., & Reyes Luzardo, D. A. (2021). Consecuencias psicológicas de la cuarentena y el aislamiento social durante la pandemia de COVID-19. *Revista Cubana de Salud Pública*, 46, e2488. <https://www.scielosp.org/article/rcsp/2020.v46suppl1/e2488/es/>

Cala, O. C., & Navarro, Y. B. (2011). La actividad física: un aporte para la salud. *Lecturas: Educación física y deportes*, (159), 5. <file:///C:/Users/paula/Downloads/Dialnet-LaActividadFisicaUnAporteParaLaSalud-4684607.pdf>

Colomer-Revuelta, C., Colomer-Revuelta, J., Mercer, R., Peiró-Pérez, R., & Rajmil, L. (2004). La salud en la infancia. *Gaceta sanitaria*, 18, 39-46. https://www.scielosp.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/gs/v18s1/02infancia.pdf

Fresneda, C. (s.f.) Heike Freire: “La naturaleza es madre y maestra”. *El correo del sol*. <https://elcorreodelsol.com/articulo/heike-freire-la-naturaleza-es-madre-y-maestra>

Gallegos, A. G., & Extremera, A. B. (2007). Importancia de los valores educativos de las actividades físicas en la naturaleza. *Habilidad Motriz: revista de ciencias de la actividad física y del deporte*, (29), 5-14. https://www.colefandalucia.com/_files/ugd/28d333_6415782ee7cf4856b3b1bda6a4f8dc79.pdf

Gómez, A. M. G. (2009). La importancia del juego y desarrollo en educación infantil. *Cuadernos de Educación y desarrollo*, (10). <https://www.eumed.net/rev/ced/10/amgg.htm>

González, M. C. P. (2011). El patio de recreo y los juegos tradicionales en la educación infantil. *Pedagogía magna*, (11), 347-353. <file:///C:/Users/paula/Downloads/Dialnet-ElPatioDeRecreoYLosJuegosTradicionalesEnLaEducacio-3629245.pdf>

Google imágenes

Hincapié, D., López, F., Rubio, M. (2020). *El alto costo del COVID -19 para los niños*. <https://educra.cl/wp-content/uploads/2020/11/El-alto-costo-del-COVID-19-para-los-ninos.pdf>

Instrucción 11/2022, de 23 de junio, de la dirección general de ordenación y evaluación educativa, por la que se establecen aspectos de organización y funcionamiento para los centros que impartan educación infantil ara el curso 2022/2023.

Llopis, P. (2016). *Los beneficios de poner en contacto a los niños con la naturaleza*.

[Trabajo fin de grado, Universidad de Valencia]. RODERIC. <https://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/66447/TFG%20FINAL%20PAULA%20LLOPIS%20G%c3%93MEZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Louv, Richard. (2020). *Los últimos niños en el bosque: salvemos a nuestros hijos del trastorno por déficit de naturaleza*. Capitán Swing. [https://www.google.es/books/edition/Los %C3%BAltimos ni%C3%B1os del bosque/pRbeDwAAQBAJ?hl=es&gbpv=1&printsec=frontcover](https://www.google.es/books/edition/Los%20%C3%BAltimos%20ni%C3%B1os%20del%20bosque/pRbeDwAAQBAJ?hl=es&gbpv=1&printsec=frontcover)

Maitta, I., Párraga, J., & Escobar, M. (2018). Factores que afectan la salud mental. *Caribeña de Ciencias Sociales*, (marzo). <https://www.eumed.net/rev/caribe/2018/03/factores-salud-mental.html>

Manavella, L. (s.f.). Sedentarismo infantil: pandemia mundial. Recuperado de <https://repositorio.uesiglo21.edu.ar/handle/ues21/10332>

Marín Chávez, M. E. (2018). Importancia de los juegos tradicionales en la educación inicial. Recuperado de <http://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12874/983/MAR%c3%8dA%20ELVIA%20MAR%c3%8dN%20CH%c3%81VEZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Martínez, S. D. (2010). La Educación, cosa de dos: La escuela y la familia. *Revista digital para profesionales de la enseñanza*, 1(8), 1-15. Recuperado de <https://www.feandalucia.ccoo.es/andalucia/docu/p5sd7214.pdf>

OMS., 2022. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

Padrón, R. A., & Junquera, E. E. R. (2006). Necesidad del trabajo cooperativo en la educación. *Mendive. Revista de Educación*, 5(1), 24-31. Recuperado de <https://mendive.upr.edu.cu/index.php/MendiveUPR/article/view/199>

Perea-Caballero, A. L., López-Navarrete, G. E., Perea-Martínez, A., Reyes-Gómez, U., Santiago-Lagunes, L. M., Ríos-Gallardo, P. A., ... & De la Paz-Morales, C. (2020). Importancia de la actividad física. *Salud Jalisco*, 6(2), 121-125. <https://www.medigraphic.com/pdfs/saljalisco/sj-2019/sj192h.pdf>

Sánchez, A., & Daniel, N. (2001). Juegos Tradicionales. *Más allá del jugar*”. *Fundación Colombiana de Tiempo Libre y Recreación*. https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_10/Z_ENAIDA_ALONSO_1.pdf

Santerini, M. (2013). Grandes de la educación: María Montessori. *Padres y Maestros/Journal of Parents and Teachers*, (349). Recogido de <https://revistas.comillas.edu/index.php/padresymaestros/article/view/959/814>

10. Índice de figuras

1. <i>Juegos tradicionales antiguamente</i>	22
2. <i>Asamblea</i>	23
3. <i>Jugamos con las familias</i>	24
4. <i>Familiares en el colegio</i>	24
5. <i>Trabajo por grupo cooperativo</i>	26
6. <i>Mural con materiales de la naturaleza</i>	27
7. <i>La rayuela</i>	28
8. <i>Atrapa la bandera</i>	28
9. <i>Carrera del huevo</i>	29
10. <i>Carrera de sacos</i>	29
11. <i>La gallinita ciega</i>	30
12. <i>El pañuelo</i>	30
13. <i>Creamos un mural</i>	31
14. <i>Jugando al aire libre</i>	32
15. <i>Fiesta de juegos tradicionales</i>	33

Anexos

Anexo 1. Competencias clave y descriptores de perfil de salida Instrucción 11/2022, de 23 de junio (Segundo ciclo)

- Competencia en comunicación lingüística (CCL).

En Educación Infantil se potencian intercambios comunicativos respetuosos con otros niños y niñas y con las personas adultas, a los que se dota de intencionalidad y contenidos progresivamente elaborados a partir de conocimientos, destrezas y actitudes que se vayan adquiriendo. Con ello se favorecerá la aparición de expresiones de creciente complejidad y corrección sobre necesidades, vivencias, emociones y sentimientos propios y de los demás. Además, la oralidad tiene un papel destacado en esta etapa no solo por ser el principal instrumento para la comunicación, la expresión y la regulación de la conducta, sino también porque es el vehículo principal que permite a niños y niñas disfrutar de un primer acercamiento a la cultura literaria a través de las rimas, retahílas, adivinanzas y cuentos, que enriquecerán su bagaje sociocultural y lingüístico desde el respeto de la diversidad.

Descriptores operativos al finalizar cada ciclo de Educación Infantil:

CCL1. Expresa sentimientos, vivencias, ideas o emociones con claridad de manera oral y adecuada a diferentes contextos y situaciones cotidianas conocidas, y participa en interacciones comunicativas con actitud curiosa, cooperativa y respetuosa tanto para intercambiar información como para construir vínculos personales.

CCL2. Comprende e interpreta, de manera guiada, mensajes orales y audiovisuales sencillos del ámbito personal, social y educativo para participar activamente y de manera progresiva en contextos cotidianos.

CCL4. Se inicia de manera progresiva y guiada en diversos modelos de lectura como actividad propia del quehacer diario en el aula, mostrando curiosidad e interés por el lenguaje escrito; establece los primeros contactos con la literatura infantil como fuente de disfrute para despertar su imaginación; y se inicia en el proceso de escritura a través del uso de medios y soportes variados.

CCL5. Se inicia, a través de sus prácticas comunicativas, en el desarrollo de modelos adecuados de convivencia, adoptando herramientas para resolver conflictos de manera dialogada, desarrollando de manera progresiva el lenguaje, evitando cualquier tipo de

violencia y discriminación y mostrando actitudes positivas hacia la igualdad de género y el respeto hacia las personas.

- **Competencia matemática y competencia en ciencia, tecnología e ingeniería (STEM)**

Los niños y las niñas se inician en las destrezas lógico-matemáticas y dan los primeros pasos hacia el pensamiento científico a través del juego, la manipulación y la realización de experimentos sencillos. El proceso de enseñanza y aprendizaje en Educación Infantil se plantea en un contexto sugerente y divertido en el que se estimula, desde un enfoque coeducativo, la curiosidad de niños y niñas por entender aquello que configura su realidad, sobre todo lo que está al alcance de su percepción y experiencia, respetando sus ritmos de aprendizaje. Con esta finalidad, se invita a observar, clasificar, cuantificar, construir, hacerse preguntas, probar y comprobar, para entender y explicar algunos fenómenos del entorno natural próximo, iniciarse en el aprecio por el medioambiente y en la adquisición de hábitos saludables. Para el desarrollo de esta competencia clave, se presta una especial atención a la iniciación temprana en habilidades numéricas básicas, la manipulación de objetos y la comprobación de fenómenos.

Descriptorios operativos al finalizar cada ciclo de Educación Infantil:

STEM1. Se inicia en el planteamiento de pequeños problemas mediante la aplicación de procesos básicos manipulativos y creativos que impliquen la utilización gradual de símbolos y códigos matemáticos para acercarse a la solución de cuestiones o problemas de la vida cotidiana.

STEM2. Muestra interés por la observación de los fenómenos cercanos que ocurren a su alrededor e identifica rasgos comunes en los seres vivos, planteándose sencillas preguntas sobre dichos fenómenos.

STEM3. Se inicia de forma guiada en el planteamiento de proyectos que impliquen la resolución de problemas sencillos, utilizando el diálogo y la reflexión como forma de resolución pacífica de conflictos.

STEM5. Se interesa por participar en actividades al aire libre, fomentando conductas que faciliten el desarrollo de hábitos básicos de consumo responsable, mostrando respeto por los elementos naturales y protegiendo su salud de los riesgos más evidentes.

- **Competencia digital (CD)**

Se inicia, en esta etapa, el proceso de alfabetización digital que conlleva, entre otros, el acceso a la información, la comunicación y la creación de contenidos a través de medios digitales, así como el uso saludable y responsable de herramientas digitales. Además, el uso y la integración de estas herramientas en las actividades, experiencias y materiales del aula pueden contribuir a aumentar la motivación, la comprensión y el progreso en la adquisición de aprendizajes de niños y niñas.

Descriptorios operativos al finalizar cada ciclo de Educación Infantil:

CD1. Comienza a familiarizarse e interactuar con el uso de diferentes medios y herramientas digitales, mostrando una actitud basada en la curiosidad y respeto a las pautas que se le indican.

CD4. Se inicia en la adopción de hábitos y prácticas saludables, familiarizándose, a través de sencillas pautas, con medidas de seguridad básicas y necesarias que favorezcan un uso seguro de las herramientas digitales.

- Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA).

Resulta especialmente relevante que los niños y las niñas se inicien en el reconocimiento, la expresión y el control progresivo de sus propias emociones y sentimientos, y avancen en la identificación de las emociones y sentimientos de los demás, así como en el desarrollo de actitudes de comprensión y empatía. Por otro lado, la escolarización en esta etapa supone también el descubrimiento de un entorno diferente al familiar, en el que se experimenta la satisfacción de aprender en sociedad, mientras se comparte la experiencia propia con otras personas y se coopera con ellas de forma constructiva. Para ello, los niños y las niñas comienzan a poner en marcha, de manera cada vez más eficaz, recursos personales y estrategias que los ayudan a desenvolverse en el entorno social con progresiva autonomía y a resolver los conflictos a través del diálogo en un contexto integrador y de apoyo.

Descriptorios operativos al finalizar cada ciclo de Educación Infantil:

CPSAA1. Manifiesta sus emociones y sentimientos y afronta situaciones que no puede resolver solicitando ayuda y colaboración, relacionándose con las otras personas desde una actitud de respeto y afecto.

CPSAA2. Comienza a utilizar estrategias básicas y hábitos de vida saludable para el autocuidado en su rutina diaria relacionados con la alimentación, la higiene y el descanso, iniciándose en la utilización de utensilios básicos de forma segura y en la identificación y

rechazo, a través del juego de imitación y simbólico, de situaciones de violencia y discriminación.

CPSAA3. Participa en actividades colectivas de su entorno expresando sus necesidades y sus emociones libremente, colaborando y valorando la cooperación de las personas que le rodean.

CPSAA4. Muestra iniciativa por participar en actividades y mejorar su aprendizaje, confiando en sus propias posibilidades y en las de los demás, valorando el trabajo realizado y aceptando las correcciones.

CPSAA5. Respeta las secuencias temporales asociadas a los acontecimientos y actividades cotidianas, se plantea estrategias sencillas de autoaprendizaje, y solicita ayuda cuando la necesita para conseguir sus objetivos.

- **Competencia ciudadana (CC)**

Con el objetivo de sentar las bases para el ejercicio de una ciudadanía democrática, se ofrecen, en esta etapa, modelos positivos que favorezcan el aprendizaje de actitudes basadas en los valores de respeto, equidad, igualdad, inclusión y convivencia, y que ofrezcan pautas para la resolución pacífica y dialogada de los conflictos. Se invita también a la identificación de hechos sociales relativos a la propia identidad y cultura. Del mismo modo, se fomenta un compromiso activo con los valores y las prácticas de la sostenibilidad y del cuidado y protección de los animales. A tal fin, se promueve la adquisición de hábitos saludables y sostenibles a partir de rutinas que niños y niñas irán integrando en sus prácticas cotidianas. Además, se sientan las condiciones necesarias para crear comportamientos respetuosos con ellos mismos, con los demás y con el medio, que prevengan conductas discriminatorias de cualquier tipo.

Descriptorios operativos al finalizar cada ciclo de Educación Infantil:

CC1. Se inicia y muestra interés por conocer las costumbres y tradiciones de su entorno, realizando actividades relacionadas con la reflexión sobre las normas de convivencia y las aplica, a través del juego, con otras personas de su grupo.

CC2. Participa en actividades comunitarias y se inicia en la resolución de conflictos a través de pequeños diálogos con sus iguales, reproduciendo conductas previamente observadas en su entorno basadas en el respeto, la empatía, la igualdad de género y el respeto a los derechos humanos y el desarrollo sostenible.

CC3. Comienza a percibir y reconocer la necesidad de mostrar respeto hacia otras personas, identificando y rechazando estereotipos de género o cualquier forma de discriminación y violencia.

CC4. Se inicia en la comprensión de las relaciones sistémicas entre las acciones humanas y el entorno, en la adquisición de hábitos saludables y sostenibles para ir incorporándolos poco a poco a su vida cotidiana, contribuyendo de esta forma al cuidado del entorno en el que vive.

- **Competencia emprendedora (CE)**

La creación y la innovación son dos factores clave para el desarrollo personal, la inclusión social y la ciudadanía activa a lo largo de la vida. La Educación Infantil es una etapa en la que se estimulan la curiosidad, la iniciativa, la imaginación y la disposición a indagar y a crear mediante el juego, las actividades dirigidas o libres, los proyectos cooperativos y otras propuestas de aprendizaje, lo cual supone una oportunidad para potenciar la autonomía y materializar las ideas personales o colectivas. De esta manera, se asientan las bases tanto del pensamiento estratégico y creativo, como de la resolución de problemas, y se fomenta el análisis crítico y constructivo desde las primeras edades.

Descriptorios operativos al finalizar cada ciclo de Educación Infantil:

CE1. Explora, investiga y propone, de manera guiada, soluciones creativas a problemas sencillos de su entorno inmediato, empezando a despertar la conciencia de la necesidad de uso sostenible, cuidado y conservación de los recursos naturales.

- **Competencia en conciencia y expresiones culturales (CCEC)**

Para que los niños y las niñas construyan y enriquezcan su identidad, se fomenta en esta etapa la expresión creativa de ideas, sentimientos y emociones a través de diversos lenguajes y distintas formas artísticas. Asimismo, se ayuda al desarrollo de la conciencia cultural y del sentido de pertenencia a la sociedad a través de un primer acercamiento a las manifestaciones culturales y artísticas.

Descriptorios operativos al finalizar cada ciclo de Educación Infantil:

CCEC1. Identifica espacios relacionados con la cultura, expresa sensaciones, emociones y sentimientos ante distintas representaciones artísticas y culturales y respeta las normas básicas de uso y disfrute de las mismas.

CCEC2. Disfruta de las situaciones en las que se le da la oportunidad de expresarse de forma creativa a través de la participación en actividades musicales, literarias y plásticas y de expresión corporal relacionadas con su patrimonio.

CCEC3. Expresa emociones, sentimientos y pensamientos utilizando su propio cuerpo como medio de comunicación y da su opinión libremente ante manifestaciones artísticas sonoras, visuales y culturales, empezando a desarrollar una actitud abierta, inclusiva y empática.

CCEC4. Se expresa libremente mediante distintas creaciones artísticas elementales, a través de instrumentos y técnicas básicas y sencillas (plásticas, musicales y expresión corporal), disfrutando del proceso creativo y respetando las creaciones propias y ajenas.