



*Atención*

# A LA MOTRICIDAD

EN LOS TIEMPOS DE DESCANSO



por

---

**Francisco**

---

Santos Alegre





## Resumen

**En el CEIP Chigora decidimos entrar en el proyecto de convivencia positiva que ofrecía nuestro centro de profesores. Una vez que decidimos participar descubrimos los diferentes modelos de convivencia y aprendimos que la convivencia positiva consiste básicamente en prevenir los conflictos antes de que éstos aparezcan.**

**Por lo tanto, creímos desde el Claustro que esto era necesario, a pesar de no tener grandes ni graves problemas de convivencia.**

**Nos centramos en la dinamización de recreos, ya que debíamos elegir en qué dinámicas queríamos participar (alumnado ayudante, tutorización afectiva, plan de convivencia, etc.).**

**Durante el desarrollo del proyecto nos dimos cuenta de que podíamos dividir las actividades, juegos y dinámicas por inteligencias múltiples (IIMM) ya que no había que modificar en demasía los turnos de recreo del profesorado y además disponíamos del espacio y los materiales necesarios para desarrollarlo y que el alumnado pudiera participar según sus gustos, necesidades, etc.**



**Zona para desarrollo de la inteligencia naturalista**

## Introducción

**E**l punto del cual nace esta idea de organizar el tiempo de recreo es la

observación por parte del profesorado de estos periodos diarios, en los que en muchas ocasiones se producen altercados entre el alumnado que generan constantes visitas a dirección, bien por la

práctica de deportes de contacto, o bien por la propia convivencia de todos los cursos dentro de un mismo espacio.

Por otro lado, el currículo del área de Educación física se establece que será el profesorado responsable de dicha área el que se encargue de gestionar el tiempo de ocio del alumnado con ayuda del resto del profesorado. Por lo tanto, los dos especialistas del área en el centro nos pusimos manos a la obra para desarrollar el proyecto de recreo, que, además, nos serviría para mejorar la convivencia en el centro. Aparte de lo anterior, el proyecto nos sirve para fomentar los contenidos canarios a través de las actividades que se establecen en el mismo.

El objetivo principal es mejorar la convivencia en el centro, facilitar que los alumnos de los distintos cursos tengan un mayor contacto entre ellos y que comiencen a tener cargos de responsabilidad también en los periodos de descanso, encargándose del material, distribución, pautas y normas, así como de la recogida y el cuidado de los diferentes elementos que se utilicen.

Otro objetivo es que los alumnos realicen diferentes tipos de actividades ofreciendo otras posibilidades a las que generalmente realizan, facilitando materiales, espacios o recursos para que esto sea posible, ofreciendo actividades diversas. Fases del proyecto

- Propuesta y exposición del proyecto al claustro

- Elaboración de la encuesta
- Exposición de la encuesta al claustro de maestros y maestras, para que ellos y ellas aporten ideas o actividades que se nos hayan podido quedar en el tintero.
- Registro de las respuestas y análisis de las mismas
- Elaboración de una tabla en la que se vea claramente las 9 actividades más demandadas
- Segunda encuesta, para la distribución de las actividades
- Introducción y relación con los planes y proyectos del centro
- Distribución de los horarios de los recreos y las actividades a realizar cada día de la semana.
- Distribución de las zonas por grupos del alumnado.

## Desarrollo

Entregamos al alumnado de Educación Primaria una encuesta en la que ellos podían rellenar individualmente y, según sus preferencias, las distintas actividades que les gustaría realizar en los recreos. Además de algunas marcadas y elegidas con anterioridad, se les ha dado la posibilidad de escribir las actividades que a ellos les gustaría realizar, aunque no estuvieran registradas en la encuesta en sí.

### **La encuesta es la siguiente:**

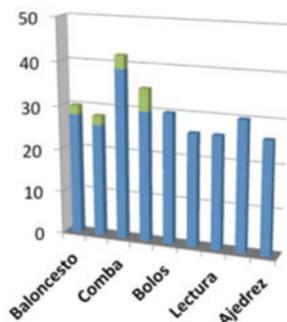


<b>Alumn@:</b>	<b>Curso:</b>
<b>¿Cómo empleas el tiempo en el recreo?</b>	
<b>¿Recuerdas algunas actividades o juegos que se realizaran en este patio hace años? (puedes preguntar a tus padres, abuelos...)</b>	
<b>A continuación se presentan diversas actividades que podrían ponerse en marcha y organizarse en el recreo, marca con una cruz ( X ) aquellas que te gustaría realizar.</b>	
- Fútbol chapas	
- Carreras de chapas en circuitos	
- 3x3 (baloncesto)	
- 21... otros juegos de canasta	
- Campos quemados	
- Colpbol	
- Cementerio	
- Goma elástica	
- Comba	
- Canicas	
- Dominó	
- Juegos de cartas	
- Juegos de mesa (diferentes habilidades)	
- Ajedrez	
- Damas	
- Parchís	
- Bolos	
- Peonzas	
- La Rana	
- Goma elástica	
- Coreografías o saltos con comba	
- Pequeñas danzas populares	
- Pequeñas obras de teatro	
- Baile moderno	
- Taller de lectura	



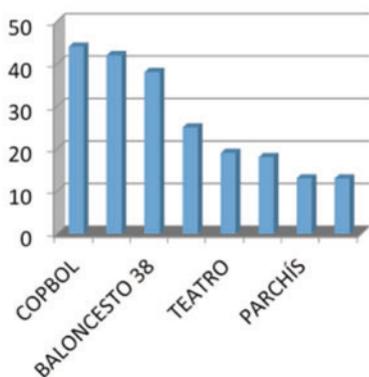
Y estos los resultados:

<b>Cursos</b>	<b>Primero</b>	<b>Segundo</b>	<b>Tercero</b>	<b>Cuarto</b>	<b>Quinto</b>	<b>Sexto</b>	<b>Total</b>
Campeonato de fútbol chapas	1	3	3	3	0	3	13
Carrera de chapas circuito	0	2	2	2	1	1	8
Campeonato 3x3 baloncesto	1	4	4	5	8	6	28
21... Juegos de canasta	0	4	2	3	6	4	19
Campos quemados	3	6	1	4	2	5	21
Colpbol	2	3	7	6	11	1	30
Cementerio	0	6	4	4	1	7	22
Goma elástica	4	5	2	5	7	3	26
Comba	6	5	5	6	8	9	39
Canicas	3	6	4	5	2	4	24
Dominó	4	0	2	5	4	5	20
Juegos de Cartas	4	3	0	5	3	5	20
Juegos de mesa, distintas habilidades	4	2	0	3	2	4	15
Ajedrez	4	4	3	4	8	2	26
Damas	3	5	2	4	4	3	2
Parchís	8	3	3	7	4	5	30
Bolos	6	4	6	6	3	5	30
Peonzas	2	2	2	0	0	1	7
La Rana	2	2	5	1	1	3	14
Coreografías o saltos con comba	2	3	0	4	7	7	23
Pequeñas danzas populares	3	4	0	1	5	4	17
Pequeñas obras de teatro	7	3	2	5	2	7	26
Baile moderno	5	5	3	2	4	8	25
Taller de lectura	5	6	1	6	3	5	26



### Resultados de la primera encuesta (Lectura Fácil)

En el gráfico se muestran las 9 actividades más demandadas, teniendo en cuenta estos datos, se pasará a organizar el tiempo de los recreos del alumnado, distribuyendo las actividades seleccionadas por cursos y por zonas, favoreciendo la convivencia y valores como el compañerismo, el respeto o la responsabilidad, entre otros.



### Segunda encuesta

Después de la primera encuesta, de la que se han extraído las actividades más votadas, se pasará una segunda encuesta. En esta segunda encuesta, cada uno de los alumnos deberá de inscribirse en las actividades que quiera realizar,

de modo que se intentará distribuir entre los cinco días de la semana.

De este modo, las cinco actividades más votadas se distribuirán entre los tres días organizados por en este proyecto, dejando dos días libres, en los cuales los espacios se mantendrán, pero los alumnos podrán elegir qué deporte desea practicar, con el fin de que prueben otras actividades.

### No es un proyecto aislado

Este proyecto nace para un centro escolar en el que se han establecido una serie de acuerdos y planes metodológicos, dichos planes han de estar presentes en las actividades que se lleven a cabo en el centro. Por ello, este proyecto de dinamización de los tiempos de recreo va un poco más allá, dado que vamos a ligar las actividades elegidas por los propios alumnos y alumnas a proyectos como el huerto escolar, el plan de lectura, las inteligencias múltiples, y cómo no, el plan de convivencia.

### Las Inteligencias Múltiples en el proyecto de recreo

Todos conocemos las inteligencias múltiples, por lo que la idea es explicar cómo están relacionadas con nuestro proyecto de recreo, y las actividades que se van a realizar.

Trabajaremos la teoría de las Inteligencias Múltiples de Howard Gardner, partiendo de la premisa de innovar pedagógicamente, situándonos en un espacio abierto y respetuoso con la heterogeneidad de aprendices, docentes, maneras de aprender y comprender. Para ello

partiremos, a través de las diferentes actividades, de la consideración en conjunto de las habilidades de los alumnos y alumnas como una inteligencia, teniendo en cuenta por un lado su raíz biológica y, por otro, su valor

Inteligencia Emocional, desde el punto de vista de Daniel Goleman, tal y como reflejaremos en la siguiente tabla:

ACTIVIDAD	INTELIGENCIAS MÚLTIPLES	A PARTIR DE:
Baile	- Visual-Espacial - Musical - Cinética-corporal	- Empleando situaciones rítmicas de música y movimiento. - Habilidades kinestésicas para controlar los movimientos corporales del cuerpo. - Danza, zumba, folklore, etc. - Identificación de sonidos instrumentales.
Coreografía con cuerdas	- Visual-Espacial - Musical - Cinética-corporal	- Imaginación activa - Rutinas gimnásticas - Juego deportivo - Actuación a través de la música y el ritmo. - Patrones rítmicos.
Deportes de equipos	- Cinética-corporal - Interpersonal	- Juegos deportivos - Empatía
Taller de lectura	- Lingüística - Interpersonal.	- Improvisaciones sobre un tema escogido al azar. - Lectura. - Crear-narrar historias.
Teatro	- Interpersonal - Intrapersonal - Lingüística - Visual- espacial	- Humor, chistes, poesía. - Crear historias - Vocabulario - Visualización guiada: personaje de historias, etc. - Simulaciones - Empatía - Proyectos de grupo. - Práctica de estados propios de humor, ánimo, etc. - Ejercicios de metacognición: reflexionar sobre el propio pensamiento.
Ajedrez	- Lógico-matemática	- Juegos de lógica-patrones
Huerto escolar	- Naturalista	- Experiencias con el entorno - Conocimiento de las plantas
Teatro de Expresión Corporal	- Cinética-corporal	- Lenguaje del cuerpo-gestos: interpretaciones. - Role play-mimo: expresar con el cuerpo relatos cortos.
Parchis	- Lógico- matemática - Intrapersonal	- Juegos de lógica-patrones
Bolos	- Visual-espacial	- Práctica de la actividad deportiva

**INTELIGENCIA EMOCIONAL:** Está implícita en todas las actividades, ya que para ello hemos tenido en cuenta el trabajar los siguientes aspectos:

- Conocer las propias emociones
- Aprender a manejarlas
- Motivarse uno mismo a la hora del juego
- Reconocer las emociones de los demás
- Establecer relaciones con los iguales.

cultural. Asimismo, para desarrollar la Inteligencia Interpersonal e Intrapersonal es fundamental trabajar la relación que tiene con la

**La organización dentro del patio. Espacios para las distintas actividades**



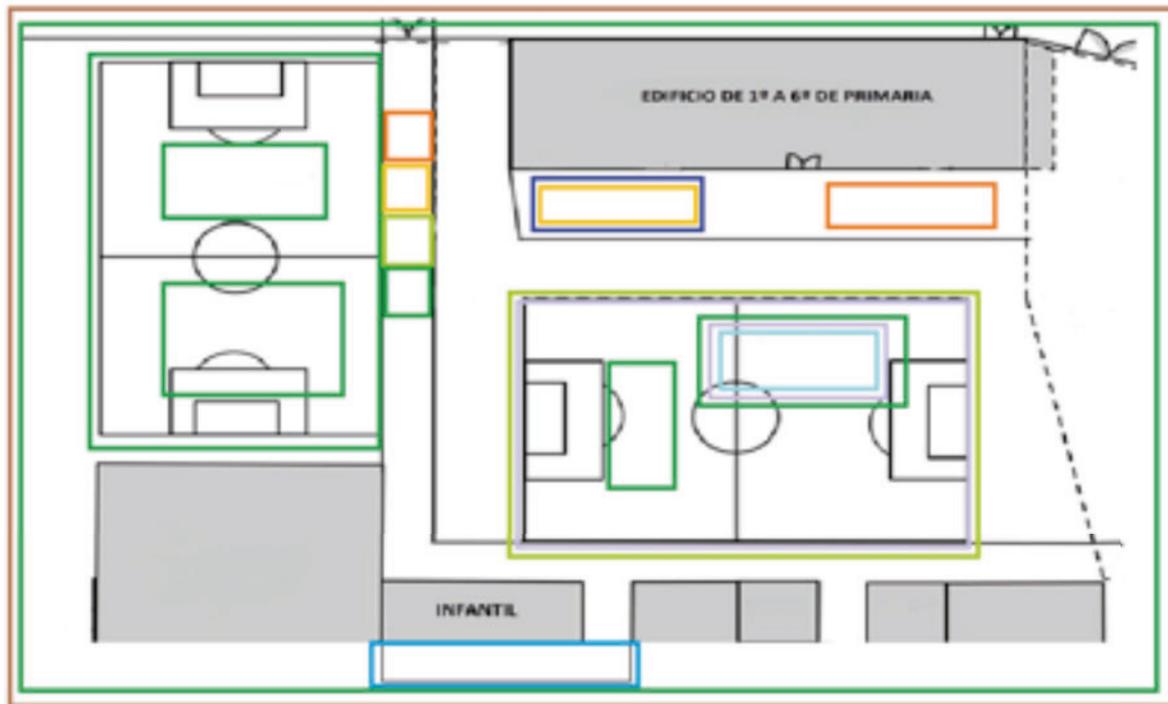
Para la organización del espacio se tendrán en cuenta las diferentes zonas del patio relacionándolas con colores, para de esta forma reconocer la actividad que se desarrolla en el mismo, así como, las inteligencias a las que se les da

respuesta en esas zonas/espacios de juego o actividad, tal y como detallamos en la tabla anterior. Para su realización lo hemos recogido en la siguiente tabla:

INTELIGENCIA	ESPACIOS	ACTIVIDADES
<b>Inteligencia Lingüística</b>	Hall edificio de primaria Patio techado cancha superior	Taller de lectura, teatro.
<b>Inteligencia Lógico-Matemática</b>	Hall edificio de primaria	Ajedrez, parchís.
<b>Inteligencia Naturalista</b>	Trasera edificio de infantil	Huerto escolar
<b>Inteligencia Musical</b>	Espacio frente a las gradas, ubicado frente a las escaleras del edificio de primaria.	Baile, coreografía con cuerdas
<b>Inteligencia Cinética-corporal</b>	Cancha patio de primaria	Deporte por equipos, teatro expresión corporal.
<b>Inteligencia Intrapersonal</b>	Hall edificio de primaria	Teatro, parchís
<b>Inteligencia Interpersonal</b>	Cancha edificio de primaria	Teatro, deporte por equipos
<b>Inteligencia Visual-espacial</b>	Totalidad del área	Teatro, baile, bolos
<b>Inteligencia Emocional</b>	Totalidad del centro	Totalidad de las actividades



## Lo que se pretende hacer



La idea, principalmente, es proporcionar al alumnado las herramientas necesarias para el aprovechamiento del recreo, cambiando las costumbres que se han ido asentando con el paso del tiempo por otras que el equipo docente ha ido barajando en los últimos tiempos.

Algunas conclusiones a las que hemos llegado que nos indicarán las pautas a seguir son:

La cantidad de alumnos y alumnas no hace necesario que los juegos estén tan dispersos unos de otros.

Se pretende crear un clima de convivencia que las separaciones de estos espacios no facilitarían.

El terreno de juego habilitado para el fútbol (considerado como la principal fuente de conflictos) pasará en primer lugar a ser destinado a

distintos deportes, hasta que se obtengan los primeros resultados del proyecto como consecuencia de su seguimiento y, en caso de que estos sean favorables, se intentará que el mini-fútbol vuelva al patio del colegio.



## Cómo se gestionará

Los distintos materiales se colocarán en un lugar pactado por el

equipo docente, la sala de profesores, el espacio entre el patio y el centro, sala de materiales de Educación Física, de este modo el profesorado tendrá la potestad de prestar al alumnado el material que quieran utilizar.

Además, así, alumnos y alumnas con algunos problemas de comportamiento podrán tener una responsabilidad, una tarea a realizar, que será tenida en cuenta por parte del resto de compañeros y compañeras y del profesorado.

El espacio entre las dos puertas del patio parece un lugar perfecto para tener los materiales organizados y preparados para realizar las distintas actividades.

Por todo ello, el lugar podrá ir cambiando, a medida que el proyecto se asiente y se compruebe la colaboración del alumnado, pasando, poco a poco, a que este trabajo sea realizado por el alumno o la alumna de forma autónoma.

### La distribución de los espacios

Tras muchas propuestas estudiadas con detenimiento, se ha decidido establecer una tabla que sea visible para todos y todas en la cual se distribuyan los espacios por cursos compatibles entre ellos, quedando otras actividades abiertas

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
COLPBOL (2 ZONAS) BALONCESTO (1 ZONA)	ACTIVIDAD LIBRE	BALONCESTO (2 ZONAS) COLPBOL (1 ZONA)	GOMA ELÁSTICA (3 ZONAS) COMBA (3 ZONAS)	ACTIVIDAD LIBRE
PARCHÍS TALLER DE LECTURA		AJEDREZ	TALLER LECTURA OBRAS DE TEATRO	

Dinamización huerto escolar: Se llevará a cabo por grupos reducidos los recreos que queden acordados, en función de los horarios y organización interna del centro

Los martes y los miércoles se dejarán materiales para todas las actividades:

- 1 zona de baloncesto
- 1 zona de colpbol
- 1 zona de combas
- 1 zona de goma

a su participación. El horario es el siguiente:

Material (existente en el centro)

- Balones de baloncesto
- Balones de goma espuma
- Comba
- Goma elástica
- Varios parchís
- Bolos
- Papel y lápiz
- Libros.
- Ajedrez

### Recibimiento por parte del alumnado. Observación

Una vez puesta en marcha la propuesta, se observará, por parte del profesorado, el comportamiento del alumnado a lo largo de los siguientes días, en los que más allá de la novedad, podremos comprobar si la iniciativa ha calado y se han modificado los hábitos que han adquirido en el tiempo de recreo.

### Desarrollo de dos redes a través del proyecto de recreo.

Se debe aclarar que la biblioteca de centro es uno de los espacios que utiliza el proyecto al igual que el huerto escolar. Por lo tanto, se planifican actividades en estas dos zonas para desarrollar la inteligencia lingüística y la naturalista respectivamente, por lo que nuestro proyecto de recreo actúa como eje que ayuda a desarrollar estas dos redes (BIBESCAN y Huertos Escolares Ecológicos), considerándolo, desde nuestra perspectiva, una innovación pedagógica y metodológica.

## Conclusión

El currículo del área de Educación física se establece que será el profesorado responsable de dicha área el que se encargue de gestionar el tiempo de ocio del alumnado con ayuda del resto del profesorado. Por lo tanto los dos especialistas del área en el centro nos pusimos manos a la obra para desarrollar el proyecto de recreo que además nos sirviera para mejorar la

convivencia en el centro. A parte de lo anterior, el proyecto nos sirve para fomentar los contenidos canarios a través de las actividades que se establecen en el mismo (gran número de las mismas)

## Bibliografía

BIBLIOGRAFÍA, LEGISLACIÓN Y WEBGRAFÍA.

GARDNER, H. (2015).

Inteligencias múltiples, 4ª ed.  
Madrid: Paidós.

Decreto 114/2011, de 11 de mayo, por el que se regula la convivencia en el ámbito educativo de la Comunidad Autónoma de Canarias.

Decreto 89/2014, de 1 de agosto, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de Canarias

Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa.

Revista digital Sitúate.

