

LOS JUEGOS DE RIESGO EN LA ESCUELA: BENEFICIOS Y ESTRATEGIAS PARA IMPLEMENTARLOS

RISK GAMES AT SCHOOL: BENEFITS AND STRATEGIES FOR IMPLEMENTING THEM

Ana Cervera Ibáñez^{1,2}

Fecha de recepción y de aceptación: 9 de octubre de 2024 y 14 de diciembre de 2024

Resumen: Los juegos de riesgo son esenciales para el cuidado integral de los niños, ya que promueven habilidades físicas, emocionales y cognitivas necesarias para su desarrollo saludable. Aunque puedan parecer aterradores tanto para padres como para hijos, enfrentarlos de manera controlada es crucial para fomentar la resiliencia y la autonomía. Por lo tanto, es fundamental que los padres comprendan los beneficios de estos juegos y, junto con los educadores, los integren en ambientes seguros y supervisados. Los adultos que experimentaron juegos de riesgo durante su infancia tienden a ser más resilientes y adaptativos, habilidades esenciales para su desarrollo en la vida adulta.

Palabras clave: Juego, arriesgado, aire libre, beneficios, miedo.

Abstract: Risk play is essential for the holistic care of children, as it promotes the physical, emotional, and cognitive skills necessary for their healthy development. Although they may seem terrifying for both parents and children, facing them in a controlled manner is crucial for fostering resilience and autonomy. Therefore, it is essential for parents to understand the benefits of these games and, together with educators, to integrate them into safe and supervised environments. Adults who experienced risky play during their childhood tend to be more resilient and adaptive, essential skills for their development in adulthood.

Keywords: Game, risky, outdoors, benefits, fear.

¹ Departamento Educación Física y Deportiva. Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, Universidad de Valencia.

² Departamento de Educación y Didácticas Específicas área Didáctica de la Expresión Corporal, Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, Universidad Jaime I.

1. INTRODUCCIÓN

El juego de riesgo se define como el conjunto de actividades que los niños buscan de forma innata e instintiva, que les suponen un reto físico y que conducen a un final incierto como dice Jean Piaget. Estas actividades incluyen trepar, correr por terrenos irregulares, saltar desde alturas moderadas y arrastrarse por el suelo. Según Ellen Beate Hansen Sandseter, las categorías de los juegos de riesgo incluyen jugar a grandes alturas, jugar con gran velocidad, jugar con elementos peligrosos, jugar brusco y caerse, perderse/desaparecer y jugar con herramientas peligrosas.

Desde una perspectiva psicológica, los juegos de riesgo ayudan a los niños a gestionar situaciones de estrés de manera más efectiva en la vida adulta (Sandseter 2011). Además, evitar los juegos de riesgo puede limitar las habilidades de los niños para manejar desafíos futuros y los priva de una experiencia esencial para su crecimiento emocional y cognitivo (Brussoni et al. 2015).

Diversos autores han abordado la relevancia de los juegos de riesgo en la formación de los niños durante años. Hay algunos que declaran sobre cómo afectan este tipo de juegos en el desarrollo de la persona. En este sentido, Smith (2015) afirma que los juegos de riesgo son una herramienta crucial para el desarrollo del sentido de autonomía en los niños, quienes deben aprender a equilibrar sus impulsos con la realidad del peligro. Finalmente, Ball, Gill y Spiegel (2012) destacan que el miedo al riesgo ha conducido a una sociedad sobreprotectora, que podría estar limitando el desarrollo pleno de los niños.

1.1 Los beneficios de los juegos de riesgo

Los juegos de riesgo pueden ser útiles para aprender sobre su ecología, explorar el entorno (Bjorklund y Pellegrini, 2002) y practicar y mejorar distintas aptitudes físicas para desarrollar la fuerza muscular, la resistencia y la calidad del esqueleto (Bekoff y Byers, 1981; Bjorklund y Pellegrini, 2000; Byers y Walker, 1995; Humphreys y Smith, 1987; Pellegrini y Smith, 1998)

Son desafíos que permiten a los niños enfrentar situaciones en las que deben tomar decisiones rápidas, evaluar diversas opciones y asumir la responsabilidad de los resultados (Vygotsky, L. S., y Cole, M. 1978). Así, se promueve la autonomía y se les enseña a confiar en sus propias capacidades para resolver problemas y avanzar.

Emocionalmente, ayudan a los niños a enfrentar y superar situaciones de miedo y angustia de manera controlada (Vygotsky, L. S., y Cole, M. 1978).

Los resultados del estudio de Brussoni et al. (2012), nos muestra que los adultos que experimentaron juegos de riesgo en su niñez demuestran niveles más altos de resiliencia y flexibilidad mental, lo que les permite enfrentarse mejor a las adversidades. Además, aquellos que se expusieron a estos desafíos de manera controlada suelen tener una percepción más realista del peligro, lo que les permite tomar decisiones más informadas y equilibradas en situaciones de riesgo en su vida cotidiana.

1.2 Planteamiento del problema

Enfrentar juegos de riesgo puede generar miedo tanto en los padres como en los niños. El temor de los adultos a las caídas, heridas o fracasos puede reducir la participación de los niños y, en consecuencia, limitar los beneficios que estos juegos ofrecen. No obstante, es fundamental recordar que el miedo es una parte natural del proceso de aprendizaje (Vygotsky, L. S., y Cole, M. 1978). Dominar habilidades para interactuar con lo desconocido o peligroso en un entorno seguro permite a los niños adquirir las competencias necesarias para manejar el estrés y la ansiedad (Meece, J. 2000). Superar estos miedos se traduce en un sentido de logro y autoconfianza que refuerza su autoestima.

Aunque los padres y madres son conscientes de los beneficios que aporta el juego libre y un cierto riesgo en el juego de los niños, no son capaces de permitir a sus hijos tomar dichos riesgos. Apenas un

10% de los padres y madres consideran que es beneficioso el juego libre y peligroso y que lo permitirían a pesar de los riesgos percibidos según Jellyman et al. (2019)

El problema con el que nos encontramos en la actualidad es el miedo y temor a practicar estos juegos tanto en los colegios como en nuestra vida privada y por ello a desarrollar la capacidad de gestionar el estrés, el miedo a hacer actividades que nos den recelo y todos los beneficios que nos garantiza la práctica de estos juegos en una etapa temprana de nuestro desarrollo.

2. ESTRATEGIAS

En el ámbito del desarrollo infantil, es necesario abordar la problemática de la escasa participación en juegos de riesgo desde una perspectiva que incluya tanto a los padres como a los niños. La aversión de los padres a permitir que sus hijos se involucren en actividades potencialmente peligrosas, debido al temor de que sufran lesiones, limita las oportunidades de los niños para experimentar y aprender a manejar situaciones de riesgo. Simultáneamente, el miedo de los propios niños a enfrentarse a estos desafíos puede inhibir su desarrollo emocional y cognitivo.

Por lo tanto, es esencial que las estrategias educativas y las intervenciones se diseñen para abordar estos temores de manera integral, proporcionando un entorno seguro y controlado que permita a los niños explorar y beneficiarse de los juegos de riesgo, mientras se tranquiliza a los padres sobre la seguridad y el valor educativo de estas actividades.

En primer lugar, es primordial que los padres reciban educación sobre los fundamentos de estos juegos. El miedo a que sus hijos se lastimen puede llevar a una sobreprotección que inhibe el desarrollo natural del niño. Es crucial asegurar a los padres que sus hijos no solo están seguros, sino que se encuentran en un entorno controlado que fomenta una mejor autoestima, resiliencia y habilidades de resolución de problemas, basadas en investigaciones actuales.

2.1 Superar el miedo a los juegos de riesgo

Un enfoque adecuado y beneficioso consiste en exponer a los niños a juegos de riesgo, presentándoles desafíos gradualmente adaptados a sus capacidades y edad. Las actividades que puedan parecer arriesgadas deben estar cuidadosamente controladas y estructuradas para garantizar la seguridad del niño. Esto implica proporcionarles situaciones supervisadas y bien organizadas que les permitan crecer y desarrollarse de manera segura.

2.2 Implementar juegos de riesgo con padres y niños

Una estrategia efectiva para introducir estos juegos es organizar sesiones informativas y talleres que aborden la importancia de los juegos de riesgo y ofrezcan ejemplos de actividades seguras. Los padres pueden participar en actividades dirigidas, lo que no solo fortalece la relación familiar, sino que también les permite observar cómo sus hijos perciben y superan los desafíos. En el ámbito escolar, los maestros pueden incorporar estas actividades al aire libre, incluyendo circuitos de obstáculos y juegos de equilibrio y escalada en estructuras seguras y probadas.

La afirmación de Gleave (2010) diciendo que los niños que no tienen la oportunidad de enfrentarse a desafíos controlados pueden desarrollar una percepción desproporcionada del peligro, lo que afecta negativamente su capacidad para afrontar retos en la vida adulta, subraya la importancia de crear un entorno donde los niños puedan explorar y aprender de manera autónoma, sin que el miedo actúe como un obstáculo limitante.

3. CONCLUSIÓN

Los juegos de riesgo constituyen una herramienta valiosa para desarrollar habilidades fundamentales en los niños, tanto a nivel físico como emocional. Aunque la idea de implementar estos juegos puede parecer intimidante, su supervisión y entrenamiento adecuados ofrecen numerosos beneficios. Por ello, es crucial fomentar el interés y la comprensión de los juegos de riesgo entre padres y educadores, quienes deben promover su integración tanto en el ámbito escolar como en la vida cotidiana.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ball, D., Gill, T., & Spiegel, B. (2008). *Managing risk in play provision: Implementation guide*. Play England.
- Bjorklund, D. F., Yunger, J. L., & Pellegrini, A. D. (2002). The evolution of parenting and evolutionary approaches to childrearing. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting: Biology and ecology of parenting* (2nd ed., pp. 3–30)
- Brussoni, M., Olsen, L. L., Pike, I., & Sleet, D. (2012). “Risky play and children’s safety: Balancing priorities for optimal child development.” *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 9(9), 3134–3148.
- Brussoni, M., Olsen, L. L., Pike, I., & Sleet, D. (2015). “Risky play and children’s health: A systematic review.” *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12(6), 6423–6454.
- Gleave, J., & Cole-Hamilton, I. (2012). *A world without play: A literature review on the impact of play deprivation on children’s lives*. Play England.
- Gill, T. (2007). *No fear: Growing up in a risk averse society*. Calouste Gulbenkian Foundation.
- Jelleyman, C., McPhee, J., Brussoni, M., Bundy, A., & Duncan, S. (2019). “A Cross-Sectional Description of Parental Perceptions and Practices Related to Risky Play and Independent Mobility in Children: The New Zealand State of Play Survey.” *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 17;16(2).
- Meece, J. (2000) Desarrollo del niño y del adolescente. Compendio para educadores, SEP, México, D.F. pág. 101-127
- Sandseter, E. B. H. (2009). “Affordances for risky play in preschool: The importance of features in the play environment.” *Early Childhood Education Journal*, 36(5), 439–446.
- Vygotsky, L. S., & Cole, M. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press