

[Cierre de edición el 01 de mayo del 2018]

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.22-2.14>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

## Dinamización del recreo como resolución de conflictos y participación en actividades físico-deportivas

*Revitalisation Recess as Conflict Resolution and Participation in Physical and Sports Activities*

*Dinamizar a hora do recreio como espaço para resolução de problemas e participação em atividades físicas e desportivas*

*Gema Castillo-Rodríguez<sup>1</sup>*

Universidad de Castilla La Mancha  
Facultad de Educación de Albacete  
Albacete, España  
[castigema@hotmail.com](mailto:castigema@hotmail.com)

*Celestino Carlos Picazo Córdoba<sup>2</sup>*

Universidad de Castilla La Mancha  
Facultad de Educación de Albacete  
Albacete, España  
[celestino.picazo@uclm.es](mailto:celestino.picazo@uclm.es)

*Pedro Gil-Madrona<sup>3</sup>*

Universidad de Castilla La Mancha  
Facultad de Educación de Albacete  
Albacete, España  
[pedro.gil@uclm.es](mailto:pedro.gil@uclm.es)



Recibido • Received • Recebido: 07 / 10 / 2016

Corregido • Revised • Revisado: 26 / 02 / 2018

Aceptado • Accepted • Aprovado: 15 / 03 / 2018

<sup>1</sup> Graduada en Maestro de Educación Primaria especialidad Educación Física. Título de Monitora de Actividades Juveniles.

<sup>2</sup> Profesor asociado de la UCLM, Facultad de Educación de Albacete. Profesor de Secundaria. Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, Máster Universitario en Psicología de la Actividad Física y el Deporte y el Doctorado "Educación Física. Nuevas Perspectivas". Diploma de Estudios Avanzados. Ponente en diversos cursos y participante en distintos proyectos de innovación e investigación educativa sobre adquisición de hábitos saludables, educación en valores, multiculturalidad y desarrollo de las competencias básicas.

<sup>3</sup> Titular de universidad. Licenciado y doctor en Ciencias de la Educación. Premio extraordinario de doctorado. Investigador principal y varias publicaciones en revista de prestigio internacional (ISI-JCR y Scopus) sobre la educación física y psicomotriz en la educación infantil, la obesidad infantil, la evaluación de programas, la percepción social del cuerpo, la contribución de la educación física a la mejora de la imagen corporal, a la adquisición de valores sociales y a la propia expresión emocional.



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.22-2.14>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

**Resumen:** La presente investigación tiene como objetivo ver en qué medida un proyecto de dinamización de patios de recreo contribuye a la mejora de la convivencia, a la resolución de conflictos y a la participación de los niños y las niñas en actividades físico-deportivas. Se pretende conocer cómo esta estrategia afecta el nivel de motivación e interés del estudiantado. Para ello se diseña, previa evaluación inicial, un proyecto de dinamización de recreos y se implementa después, tras unas jornadas de formación, durante un mes en un colegio de educación primaria en España con 179 estudiantes (98 niños y 81 niñas) de 1º a 6º de primaria y se lleva a cabo en el patio durante el período de recreo (30 minutos). El proyecto consta de una primera fase de formación donde, a través de jornadas de formación, se explican los diferentes juegos, y una segunda fase caracterizada por el recreo libre y trabajo autónomo. Se opta por una metodología de recogida de información mixta que engloba el cuestionario y observación participante. El estudio concluye destacando el alto interés y motivación del alumnado, generado por este proyecto; la progresiva participación, tanto de niños como niñas, en las actividades físico-deportivas, y la disminución de los conflictos entre estudiantes del centro.

**Palabras claves:** Dinamización; recreo; género; conflictos y actividades físicas.

**Abstract:** This research paper aims to see to what extent a project of revitalization of playgrounds contributes to improving coexistence, conflict resolution, and the participation of boys and girls in sport and physical activities. The paper also aims to know the level of motivation and interest the project could have for the students. For this, after initial assessment, a project of revitalization of recreations was designed, and after a few days of training, it was implemented for a month in a primary school in Spain, with 179 students (98 boys and 81 girls) from 1 to 6 grades; it was carried out in the school playground during a 30-minute recess period. The project consisted of two phases of training; the first one explained different games through training days; the second phase featured free recreation and independent work. The project opted for a mixed methodology of collecting information; this methodology included an information questionnaire and participant observation. The study concludes by highlighting the students' high interest and motivation, the increasing participation, both boys and girls in physical and sports activities, and the reduction of conflicts between students of the center.

**Keywords:** Revitalization; recreation; gender; conflict and physical activities.

**Resumo:** O objetivo desta pesquisa é observar até que ponto um projeto de dinamizar a hora do recreio contribui para melhorar a convivência, a resolução de problemas e a participação das crianças em atividades físicas-esportivas, e também conhecer o nível de motivação e interesse das crianças nessa proposta. Após uma avaliação inicial, o desenho do projeto foi elaborado, a partir de um treinamento formativo durante um mês, em uma escola de ensino fundamental de Espanha. O treinamento feito no pátio da escola durante o recreio e participaram 179 estudantes (98 meninos e 81 meninas) de 1o a 6o grau, por um tempo de 30 minutos. O projeto está composto por uma primeira etapa de capacitação, através de períodos de formação, onde os diferentes jogos são explicadas, e uma segunda etapa caracterizada pela hora livre e individual de recreio. A opção metodologia consiste em juntar informação mista conseguida através de um questionário e a observação participante. Como conclusão, o estudo destaca o elevado interesse e motivação dos alunos ao projeto, a participação progressiva das crianças nas atividades físicas e desportivas e a redução dos problemas entre os alunos da escola.

**Palavras-chave:** Dinamismo; hora do recreio; gênero; problemas e atividades físicas.

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.22-2.14>URL: <http://www.una.ac.cr/educare>CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

## Introducción

El punto de partida de este estudio es la dinamización de patios de recreo a través de actividades lúdicas que propicien la participación del alumnado. El objetivo es crear estilos y hábitos saludables de vida y fomentar la práctica de actividad física-deportiva a través del ocio activo y dinámico, profundizando en los gustos e intereses del alumnado. Asimismo, el programa de dinamización pretende mejorar la convivencia y disminuir el número de conflictos.

El recreo forma parte del período lectivo, por tanto, en este se debe dar la misma importancia y valor que a las áreas curriculares. Normalmente, el recreo divide la jornada escolar en dos momentos y debe ser lo más atractivo posible para el alumnado, para lo cual se deben diseñar actividades que sean agradables y del interés de la población infantil, para garantizar su participación (García y Serrano, 2010).

Durante el siglo XIX, el recreo comienza a considerarse un lugar para el descanso y la corrección de estilos y hábitos de vida no saludables y, es por ello, que actualmente existe un cambio de perspectiva (Burción, 2015) y se le considera como un espacio para mejorar no solo las habilidades psicomotrices y la actividad física, sino que también colabora en el desarrollo social, cognitivo y emocional del alumnado (Gómez, 1995; Gras y Paredes, 2015).

Según afirman varios estudios (García, Ayaso y Ramírez, 2008; Pérez, 2011; Pérez y Collazos, 2007), es un espacio y tiempo donde estudiantes se divierten, juegan, se relacionan con sus iguales, descansan de las primeras sesiones y, a su vez, sirve también como un impulso para continuar con las sesiones posteriores. Además, Jarret y Waite-Stupiansky (citado por Chaves, 2013) destacan que no podemos negarle al alumnado el uso y disfrute de su tiempo de recreo como forma de castigo, porque el hecho de tener un tiempo de treinta minutos diarios para el descanso o el juego ayuda a la concentración en otros aspectos de su vida, reduce el estrés para gran cantidad de alumnado inquieto e hiperactivo y fomenta la socialización a través del juego. Se ha comprobado, en numerosos estudios, que al realizar actividad física en el recreo se activa el cerebro y se obtiene mejor rendimiento académico, se logran mejores resultados y una mayor participación y actitud hacia el estudio (Pica, s. f.). De este modo, la Academia América de Pediatría considera el recreo un componente crucial y necesario en el desarrollo de la niñez, y como tal, no debe ser retenido e impedir su disfrute por razones punitivas o académicas (Murray y Ramstetter, 2013).

Actualmente son muchos los programas de dinamización de patios de recreo ("Recrejuegos", "Escuela, espacio para la Paz", "Recreos entretenidos", "El recreo, reflexión y juego", "Proyecto +Activa", etc.) que se han diseñado e implementado en las escuelas de todo el mundo. Todos destinados a mejorar la convivencia del alumnado, disminuyen el número de conflictos, reducen la agresividad y violencia, entre otros logros. Otro de los propósitos esenciales es aumentar la práctica de actividad física a través de situaciones lúdicas, considerando el recreo como un espacio y tiempo de ocio activo y dinámico.



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.22-2.14>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

Existen diferentes tipos de recreo. De una parte, está el recreo digerido que se caracteriza por ser planificado y orientado por el personal docente, en donde se llevan a cabo una serie de actividades para el alumnado aprovechando los espacios que fomentan la participación, con el propósito de desarrollar la práctica de valores mediante situaciones de juego lúdicas y divertidas (Alcántara, Cardoza y Limas, 2013; Burción, 2015). En este caso, es el maestro o maestra quien decide qué estudiantes participan en las diferentes actividades, por tanto, el niño o la niña no tienen libertad de elección.

De otro lado, cabe destacar el recreo orientado que propone al alumnado un amplio abanico de actividades para realizar durante este periodo de tiempo, de tal manera que lo invita e incita a decidir por él mismo en qué actividades quiere intervenir junto con sus pares (Burción, 2015). El personal docente selecciona, de acuerdo con las preferencias del estudiantado, una serie de actividades motivadoras y agradables (Pérez y Collazos, 2007) con el propósito de mantener un alto grado de implicación en las mismas. En el recreo orientado, el personal docente pasa a ser un mero espectador mientras que el alumnado adquiere mayor protagonismo (Burción, 2015).

Finalmente, es preciso hablar del recreo libre o supervisado donde el propio alumnado tiene libertad de elección, decide con quién y cómo realizar las actividades. A su vez, es el que se encarga de resolver posibles conflictos, cobrando gran importancia y autoridad la figura docente (Burción, 2015), quien debe actuar como un líder orientador para mantener valores.

Actualmente, mucho profesorado que realiza vigilancias del recreo a diario estará de acuerdo conmigo en que los distintos comportamientos de género, entre niños y niñas, quedan bien reflejados durante este espacio, de ahí que enmarquemos el estudio en las diferentes conductas y actitudes que adoptan los niños y niñas a la hora de realizar actividad física-deportiva en el recreo, la desigualdad en la distribución de espacios que estos utilizan para jugar y divertirse en el patio y las dispares relaciones personales y sociales entre ambos.

Por otro lado, el juego, además de mejorar y afianzar las habilidades motrices básicas del niño, contribuye a la aceptación de las normas sociales (Cobos, 2011). Tal y como afirma Bejerano (2014, *Valor social del juego*, párr. 1): "El juego es la forma y espacio a través de la cual se ensaya o experimenta, se asumen y se confirman los cánones sociales". Y el juego motor puede potenciar la participación conjunta de niños y niñas en actividades física y deportivas organizadas o no organizadas (Gil-Madrona, Cachón-Zagalaz, Díaz-Suarez, Valdivia-Moral, y Zagalaz-Sánchez, 2014).

En un estudio realizado por Rodríguez y García (2009) en una escuela pública, se recoge que existen dos tipos de códigos culturales que normalizan y limitan las acciones del alumnado en el patio de recreo según el sexo. Estos códigos influyen directamente en el comportamiento y relaciones de cada estudiante con el resto, por lo que las conductas y actitudes de los niños y niñas están asociadas al tipo de actividades que llevan a cabo en el patio.

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.22-2.14>URL: <http://www.una.ac.cr/educare>CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

Además, los niños y las niñas adquieren comportamientos, valores y reglas transmitidos por las familias (Costa y Silva, 2009). Esto se debe a que establecen sus primeras relaciones personales mediante situaciones de apego con sus familias que, posteriormente, darán lugar a las relaciones sociales entre sus iguales (Álvarez y López, 2012). Todo ello determina las relaciones personales y las actividades físico-deportivas que realicen.

Ciertamente algunos juegos, ya sean populares o recientes, están asociados al género del individuo, unos practicados únicamente por niñas y otros realizados solamente por niños (Pérez, 2011). Por un lado, a los hombres desde que nacen les incitan a ser mucho más activos, con actividades que impliquen mayor movimiento, y se fomenta, así, la masculinidad y la competitividad entre ellos (García et al., 2008; Molins-Pueyo, 2012); mientras que a las mujeres desde pequeñas se les anima a ser pasivas, a inclinarse más por actividades en las que se fomente la empatía y la creatividad con juegos catalogados como entretenimiento o pasatiempo (García et al., 2008), promoviendo, de esta forma, la femineidad de la mujer y condicionando su actitud hacia la actividad física y el desarrollo de sus habilidades motrices en el futuro (Ayuntamiento de Hernani, 2005).

Según un estudio realizado por Cantó y Ruiz (2005, p. 28) sobre “la existencia de [diferentes] comportamientos motrices ... entre chicos y chicas, así como las posibles causas ambientales-físicas que provocan, o facilitan, el mal reparto del espacio disponible en el patio de recreo escolar” y de acuerdo con varios estudios (Ayuntamiento de Hernani, 2005; Rodríguez y García, 2009) los niños y las niñas hacen un uso del patio de recreo muy distinto. Los chicos suelen atribuirse las zonas más amplias y centrales del patio mientras que las chicas prefieren zonas exteriores. Por esta razón, los chicos se apoderan y atribuyen el centro del patio y suelen ocupar la mayor parte de este; sin embargo, las chicas tienden a ubicarse en rincones que se caracterizan por ser espacios marginales, no centrales (García et al., 2008), “lugares que se encuentran alejados de las puertas de entrada y salida, ni cerca de la fuente, ni en la pista deportiva” (Molins-Pueyo, 2012, p. 447).

El patio de recreo, aparte de ser un lugar donde se observan las preferencias de los chicos y chicas en la elección de los juegos y los espacios que ocupan (García et al., 2008), es un lugar donde nacen y se refuerzan las relaciones personales (Castillo, 2014; Pérez, 2011). Es el lugar donde mayor número de conflictos, peleas y disputas se producen siempre y cuando no intervenga la figura docente (Burción, 2015). Estos conflictos provienen de las relaciones personales y la convivencia. El alumnado aprende a convivir respetando a sus compañeros y compañeras, resolviendo posibles peleas (Marín, Moya, Prieto y Pullido, s. f.) y mejorando la toma de decisiones morales (Alcántara, et al., 2013). Es necesario mencionar que el simple hecho de que existan problemas durante el juego no es un inconveniente para no abordarlo de manera didáctica. Se debe fomentar para que el estudiantado aprenda las herramientas necesarias para solucionar por sí mismo sus conflictos entre pares. Para ello, se les debe ofrecer la posibilidad de que traten de solucionar los propios conflictos (Álvarez y López, 2012; Marín et al., s. f.).



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.22-2.14>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

Asimismo, surge la necesidad de diseñar y poner en marcha un programa de dinamización de patios de recreos, debido a que la salud de la población infantil está en riesgo. Incitar a los niños y las niñas a la práctica deportiva es una tarea cada vez más complicada por parte del profesorado de educación física, porque tal y como reflejan las últimas encuestas realizadas respecto a la salud infantil, se ha comprobado un gran aumento significativo de la obesidad (6-12 años) como consecuencia del excesivo consumo de alimentos refinados y la escasa actividad deportiva (Jarret & Waite-Stupiansky, 2009; Osei-Assibey, et al., 2012).

En la actualidad, los grupos escolares pasan largas horas sentados enfrente de un ordenador o jugando a las consolas, cosa que no sucedía en años anteriores, pues los niños y las niñas jugaban en las calles o parques donde se realizaba mayor actividad física que actualmente (Mendoza et al, 2016). Por ello, para cambiar esta situación que vivimos, donde no se promueve el consumo de energía e, indirectamente, se fomentan, a través de consolas, aplicaciones móviles, actividades sedentarias, se diseña este proyecto de dinamización, cuyo objetivo primordial es motivar a los niños y las niñas hacia la práctica físico-deportiva, que tiene como consecuencia, la disminución del índice de obesidad infantil (Pastor, Gil, Tortosa y Martínez, 2012), al evitar las rutinas sedentarias y adquirir estilos de vida saludables a través del ocio activo, profundizar en los gustos e intereses del alumnado para el desarrollo de actividades lúdicas y ver en qué medida el proyecto de dinamización del recreo consigue disminuir el número de conflictos, mejora la convivencia y, por ende, hacer del patio de recreo un espacio lúdico y divertido, que mejore la convivencia y evite conflictos y disputas; todo ello en la niñez de primero a sexto curso de educación primaria.

## Método

### Contexto

El proyecto se lleva a cabo en el Centro Público "Gloria Fuertes", el cual se encuentra ubicado al sur de la ciudad de Albacete, perteneciente a la Comunidad Autónoma de Castilla-La Mancha, en España. Es un centro público de nueva creación, consta de tres unidades de infantil y ocho de primaria. Dicho proyecto se plantea para una muestra de 179 estudiantes (98 niños y 81 niñas) de 1º a 6º de primaria y se lleva a cabo en el patio durante el período de recreo (30 minutos).

En relación con las instalaciones deportivas y equipamiento, el centro educativo dispone de dos patios: infantil y primaria, separados por una puerta. El patio de primaria cuenta con una pista deportiva de alrededor de 800 metros cuadrados y un amplio gimnasio de más o menos 160,60 metros cuadrados, ambos se utilizan para las clases del área de educación física en horario lectivo escolar (Colegio Público Gloria Fuertes Albacete, 2015).

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.22-2.14>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

## Procedimiento

El proyecto de dinamización cuenta con cuatro fases claramente diferenciadas:

**Fase 1:** Evaluación inicial, con el objetivo de recoger la información más relevante relacionada con el contexto (participación de los niños y de las niñas y actividades que llevan a cabo los niños y las niñas en el periodo de recreo) mediante cuestionarios y observación participante.

**Fase 2:** Diseño del programa. Una vez analizada la situación de partida a través de la evaluación inicial, se diseña el programa de dinamización atendiendo a las necesidades, motivaciones e intereses mostrados por el alumnado de dicha evaluación inicial. El diseño del programa se lleva a cabo de acuerdo con las preferencias y demandas de estudiantes plasmadas en los cuestionarios. Además, se tiene en cuenta también la viabilidad para llevarlas a cabo, es decir, los espacios disponibles y el material necesario tal y como se muestra en las [Tablas 1 y 2](#). A continuación, se convoca a todo el equipo docente por parte del equipo directivo para informar sobre la puesta en marcha del proyecto y se solicita su participación e implicación durante este, la labor de estos equipos es supervisar y controlar el correcto desarrollo de las actividades planificadas.

**Tabla 1:** Proyecto de dinamización de patios de recreo. Jornadas preparatorias

Jornadas preparatorias		
Fecha	Actividades	Cursos
02/03/2016	Comba/ Reloj	Todos
02/03/2016	Fútbol	3º, 4º, 5º y 6º
03/03/2016	Partidos quemaos	Todos
04/03/2016	Goma elástica	Todos
07/03/2016	Juegos populares: rayuela	Todos
07/03/2016	Juegos populares: zapatilla por detrás	Todos
08/03/2016	Carrera se sacos	Todos
09/03/2016	Baloncesto (KAO)	(2º, 3º, 4º, 5º y 6º)

**Nota:** Elaboración propia.



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.22-2.14>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

**Tabla 2:** Calendario de actividades

Día				
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Fútbol (3º, 4º, 5º y 6º)				
Comba/Reloj (todos)	Comba/Reloj (todos)	Comba/Reloj (todos)	Comba/Reloj (todos)	Comba/Reloj (todos)
Goma elástica (todos)				
Baloncesto (todos)	Baloncesto (todos)	Baloncesto (todos)	Baloncesto (todos)	Baloncesto (todos)
Carrera de sacos (3º, 4º, 5º y 6º)				
Partidos quemaos (todos)				
Polis y cacos (todos)	Bote-bote (todos)	Kuba (todos)	Escondite al revés (todos)	Cadena (todos)

**Nota:** Elaboración propia.

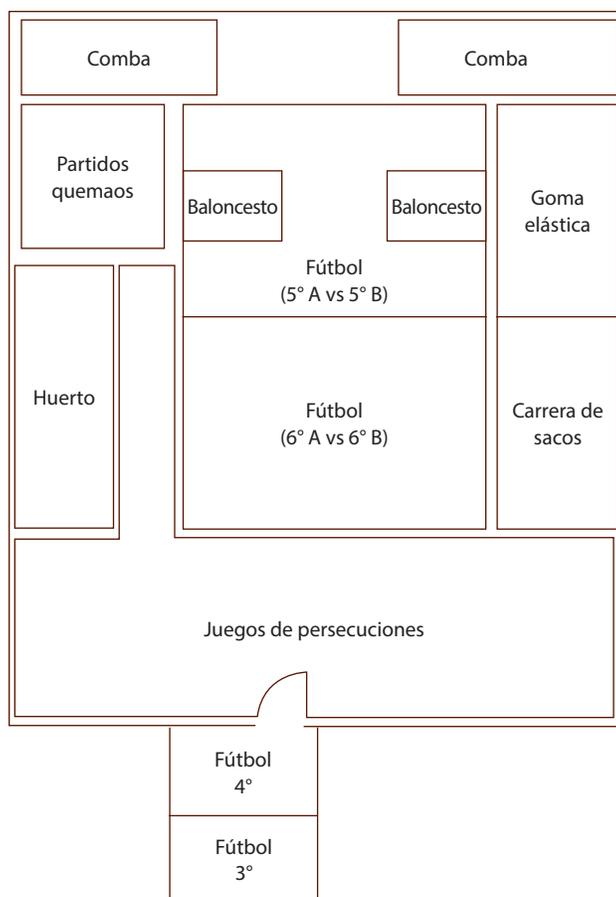
En esta fase se planifica los espacios que van a estar destinados a las actividades; se tienen en cuenta y se observan con antelación en la evaluación inicial los espacios utilizados y no utilizados por estudiantes en los recreos (Figura 1).

Fase 3: Jornadas preparatorias. En un primer momento, se organizan unas jornadas preparatorias de formación con el objetivo de incitar y motivar al alumnado a la práctica de las actividades físico-deportivas en el recreo, así como las normas de convivencia y el modo de resolver los conflictos. Estas jornadas de formación duran 6 días en donde se explican 1 o 2 actividades diarias dependiendo de la complejidad y las normas o reglas de cada juego. Estas jornadas de formación se llevan a cabo a través del recreo dirigido con el objetivo de guiar y orientar al alumnado en las diferentes actividades, cada docente actúa como líder explicando y realizando una demostración de cada juego. Este recreo dirigido pretende que el alumnado aprenda a organizarse y a agruparse de manera diferente, dependiendo de la actividad.

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.22-2.14>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)



**Figura 1:** Organización y distribución de las actividades en el patio-recreo.

**Nota:** Elaboración propia.

**Fase 4:** Puesta en práctica del programa. Recreo autónomo y libre. Se lleva a cabo el recreo autónomo durante un mes en el cual el alumnado se encarga de realizar las actividades, los niños y las niñas son “líderes y dirigentes” sin la intervención docente y se les otorga autonomía asignándoles la tarea de organización, preparación y recogida del material. Lo que se pretende es que utilicen las estrategias aprendidas durante las jornadas preparatorias de formación para actuar con independencia de la supervisión directa del personal docente.

**Fase 5:** Evaluación final. Su objetivo es ver los logros alcanzados por el proyecto de dinamización.

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.22-2.14>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

## Instrumentos

Para conseguir los objetivos nombrados anteriormente, se opta por una metodología de recogida de información mixta que engloba tanto la cuantitativa (cuestionario) como la cualitativa (observación participante), de esta forma se obtienen datos e información relevantes. El proyecto presenta una metodología de intervención- acción, puesto que se observan las actividades físico-deportivas que realiza el alumnado durante el recreo antes y durante la intervención; además de estudiar el grado de participación en las actividades, es decir, se analiza el número de niños y niñas que intervienen a través de la observación, cuyos datos se registran en la hoja de observación diseñada para ello. Se basa en un enfoque cuantitativo y cualitativo, porque utilizamos la técnica del cuestionario y la observación participante para conocer los aspectos más importantes y las preferencias relacionadas con los juegos de todo el alumnado y también características con datos concretos y porcentajes sobre la participación en las actividades físicas escolares tanto de chicas como de chicos.

Dicha metodología tiene como punto de partida realizar una evaluación inicial con el propósito de conocer qué actividades lleva a cabo el alumnado durante el recreo. Para ello, se utiliza el cuestionario y la metodología observacional, con el fin conocer qué actividades realizan durante el recreo y con el propósito de obtener información sobre los intereses y motivaciones estudiantiles, es decir, conocer la actividad física-deportiva que les gustaría realizar durante dicho período. En concreto, algunas de las cuestiones tratadas y observadas son: las actividades que lleva a cabo el alumnado de primaria en dicho período, las actividades que le gustaría realizar durante este, y no realiza ya sea por falta de material o problemas de salud. Tiene como base la revisión bibliográfica (Castillo, Abad, Giménez y Robles, 2012; Fundación Mapfre, *Educate tu mundo y Vivir en salud*, s. f.) de diversos cuestionarios acerca de los patios de recreo con preguntas e indicadores de elección múltiple. Ha sido validado por un juicio de personal experto (tres docentes) de universidad a través del método Delphi.

En los primeros cursos (1º, 2º y 3º de primaria) se lee y se explica cada pregunta a cada estudiante, quien contesta, así, sucesivamente, hasta concluir el cuestionario. Por el contrario, los cursos superiores (4º, 5º y 6º de primaria) contestan las cuestiones atendiendo a una simple explicación inicial.

La observación es una técnica de investigación que se ha utilizado para analizar *in situ* el comportamiento y las actividades que realiza el alumnado en el patio de recreo. Su objetivo ha sido realizar una comparación entre las actividades que se realizan antes de la implementación del programa y las que se realizan posteriormente, es decir, estudiar qué actividades realiza el estudiantado durante el recreo antes y durante la intervención en relación con la práctica o no de actividades deportivas en este mismo, el grado de

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.22-2.14>URL: <http://www.una.ac.cr/educare>CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

motivación con que las realizan, el grado de participación, el nivel de los conflictos y de cómo los resuelve. Para ello se confeccionó una tabla de observación diseñada específicamente. En dicha ficha de observación se diferencian las actividades según el sexo, se analiza cuántos niños y cuántas niñas realizan juegos deportivos y se cuantifican los conflictos que surgen en el recreo. Se diseñan dos tablas de observación con base en el estudio realizado por [Cantó y Ruiz \(2005\)](#), una de ellas para analizar a qué actividades dedican los grupos escolares su recreo y la segunda tabla de observación se diseña de acuerdo con las actividades programadas, que son de interés y gusto del alumnado, se registran en estas los datos observados, para finalmente cuantificar los resultados con ambas tablas, tanto los conflictos como el grado de participación.

Las observaciones se recogen en los registros día tras día, de lunes a viernes (30 minutos diarios); con el fin de observar la participación del alumnado en las actividades programadas, se focaliza la atención en cada una de las actividades, para finalmente cuantificar los datos en porcentajes de participación y de implicación de estudiantes en el programa.

### **Análisis de los datos**

Una vez que se recopila la información, se procede a evaluar los resultados extraídos de los cuestionarios y la observación durante el desarrollo del programa. Este análisis de datos consta de:

- 179 cuestionarios rellenos por todo el alumnado de educación primaria. Los grupos de 1º, 2º y 3º los hicieron con el personal investigador; se les proporcionó la ayuda necesaria para su comprensión mientras que los grupos de 4º, 5º y 6º no precisaron ayuda.
- 28 días de observación con un total de 840 minutos registrados (30 minutos diarios). Se realizaron 6 observaciones para la evaluación inicial antes de la implementación del programa y 22 observaciones durante toda la duración del programa de la intervención con un total de 28 observaciones).

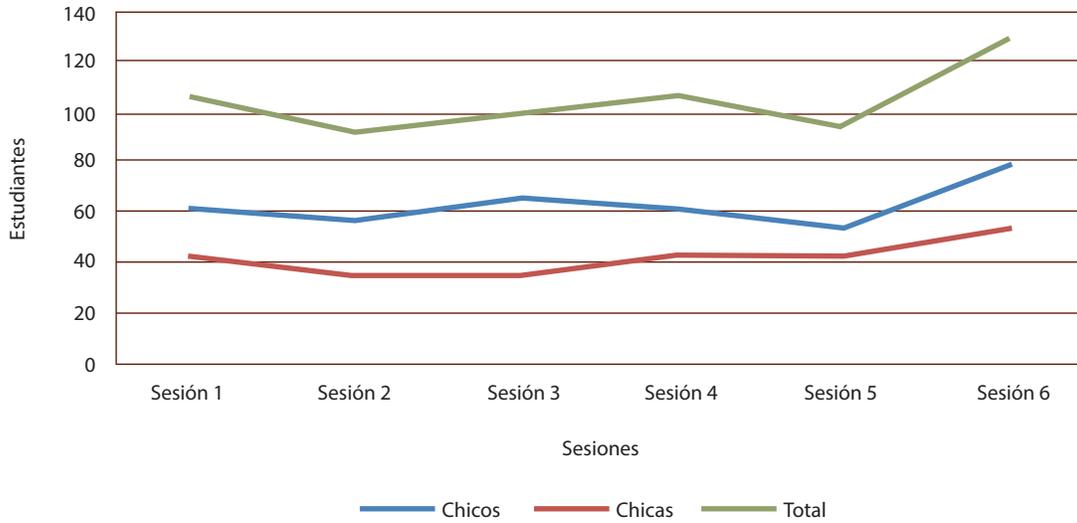
### **Resultados**

Tras implementar el proyecto de dinamización de patios de recreo se presentan los resultados.

En relación con la participación e implicación del alumnado en el programa, las niñas intervienen más en las actividades que los niños ([Figura 2](#)).

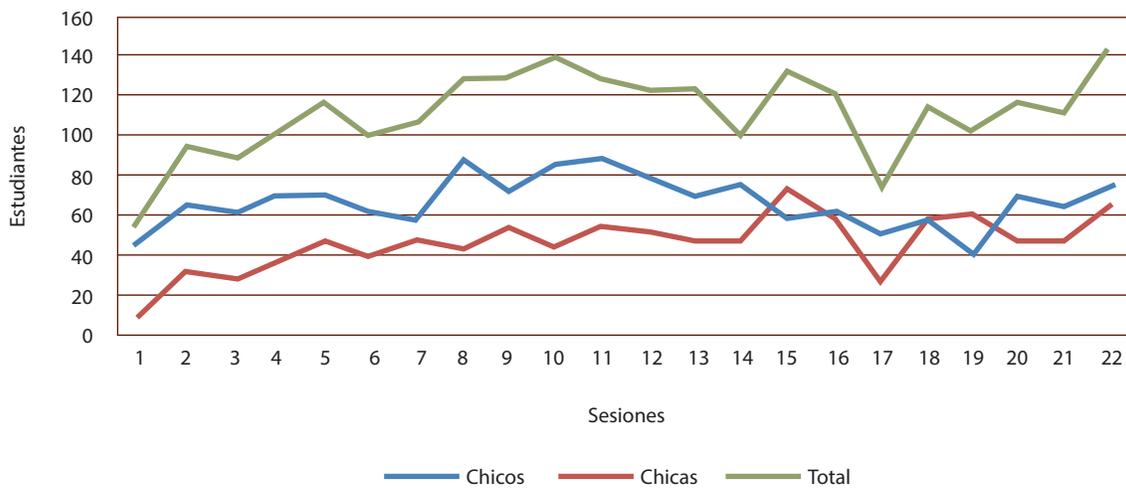


doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.22-2.14>  
 URL: <http://www.una.ac.cr/educare>  
 CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)



**Figura 2:** Participación del estudiantado antes del proyecto.

**Nota:** Elaboración propia.



**Figura 3:** Participación del estudiantado durante el proyecto.

**Nota:** Elaboración propia.



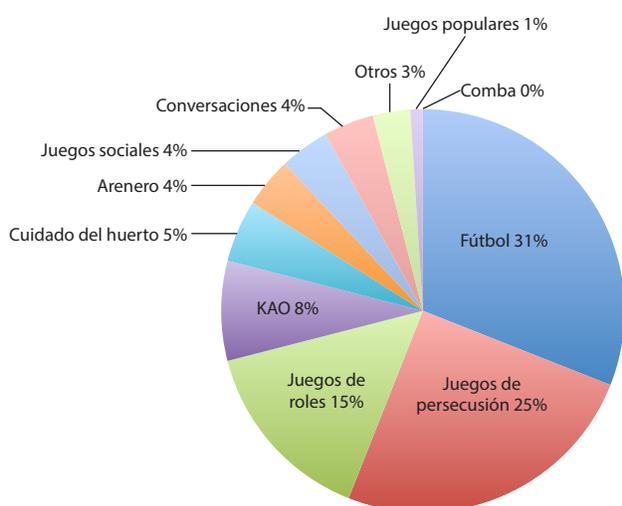
doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.22-2.14>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

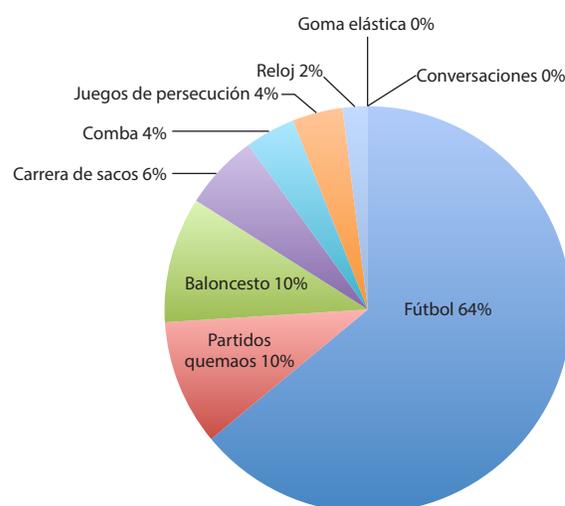
CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

Como se aprecia en la **Figura 3**, que recoge el nivel de participación de los chicos, de las chicas y ambos de forma global en cada uno de los 22 días que dura el programa de intervención, la implicación y participación de todo el alumnado ha sido muy buena, algunos días supera la participación de más de  $\frac{3}{4}$  del alumnado en las actividades (sesiones 9, 10, 11, 15 y 22). Además, se destaca una progresión favorable con tendencia positiva durante toda la intervención del proyecto, exceptuando algún que otro día en los que se observa una caída significativa de la participación (sesiones 14 y 17), por motivos ajenos al programa. Se advierte, por tanto, que de 50 estudiantes (el 35% del alumnado) se ha pasado a 150, por lo que gracias al programa se triplica el número de alumnado que participa en actividades físico-deportivas durante el regreso de forma voluntaria.

En segundo lugar, se comparan las actividades que realizan los niños en el recreo antes y durante el programa (**Figura 4 y 5**).



**Figura 4:** Evaluación inicial. Sexo masculino.



**Figura 5:** Evaluación final. Sexo masculino.

Comparando resultados (**Figura 4 y 5**) se advierte que el fútbol sigue siendo el deporte líder en cuanto a nivel de participación (64%), destaca que antes, previamente a la implementación del proyecto, esta actividad quedaba reducida a ser practicada en la pista deportiva por los más mayores del colegio (niños de 5º y 6º curso), pero gracias a una mejor distribución de los espacios, los más pequeños tienen la oportunidad de practicar dicha actividad, de ahí que el número de alumnos que practican fútbol aumente el doble (del 31% se pasa al 64%) y disminuyen los juegos de persecución (del 25% al 4%). Se observa, con porcentajes inferiores de participación, actividades como la del reloj (2%), la comba (4%) o la goma elástica (0%). Esta bajada de participación de los niños en estos juegos puede ser debido a que, años atrás, estas actividades han sido más propias y exclusivas de chicas, y hoy son muy pocos los niños que las practican.



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.22-2.14>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

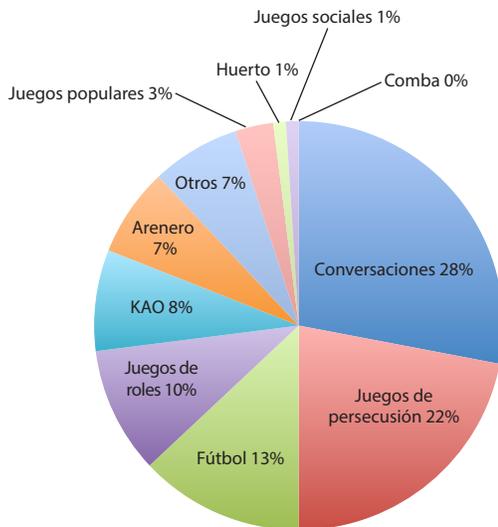


Figura 6: Evaluación inicial. Sexo femenino.

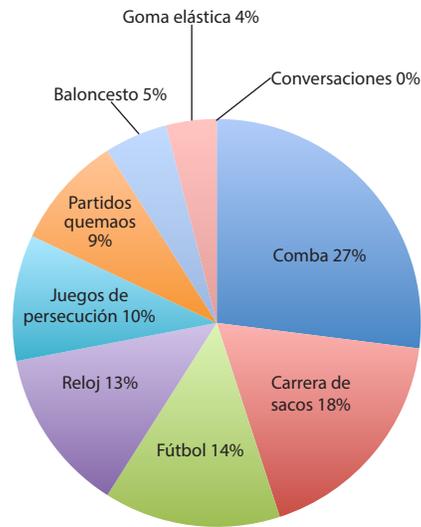


Figura 7: Evaluación final. Sexo femenino.

En la Figuras 6 se aprecia cómo, antes de la dinamización del recreo, un porcentaje considerable de niñas (28%) dedicaban el tiempo de recreo a estar sentadas y a charlar. Sin embargo, en la Figura 7 se logra, tras poner en marcha la dinamización del recreo, disminuir este comportamiento (0%), aumentando la participación de las chicas en las diferentes actividades programadas, (del 30% de la evaluación inicial al 66% en la intervención). Esto viene a significar un aumento muy considerable de las niñas que realizan actividad física y que antes tenían una conducta sedentaria durante ese periodo.

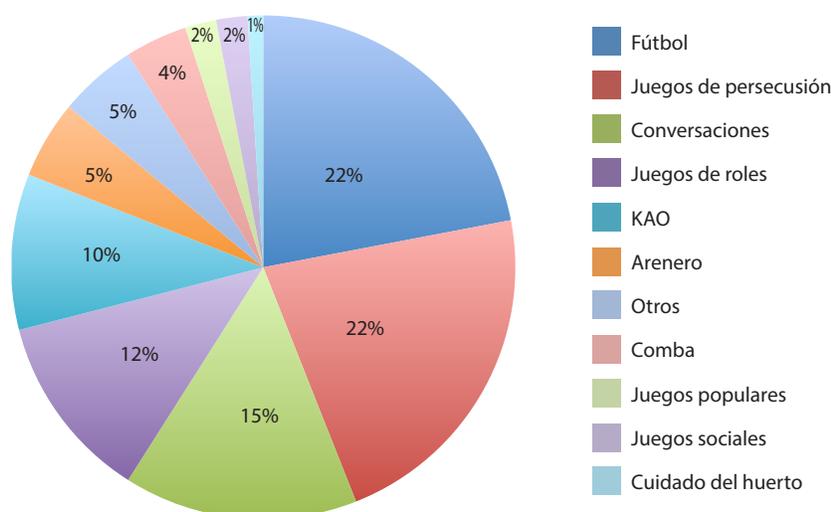
Por otra parte, en relación con el tipo de actividades, a diferencia de los chicos, en el caso de las chicas el comportamiento es diferente, ya que como se aprecia en la Figura 7, estas realizan mayor variedad de actividades físicas que los chicos (fútbol, 14%, carrera de sacos 18%, comba 27%...).

En relación con la motivación de las actividades programadas tanto en chicos como en chicas (Figura 8), se desprende que el fútbol es la actividad que mayor interés ha tenido entre estudiantes con un 44% que la realizan, la gran mayoría chicos. El resto de actividades (comba, baloncesto, carreras de sacos, partidos quemaos...) también funcionan con bastante aceptación, excepto la goma elástica (1%).

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.22-2.14>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

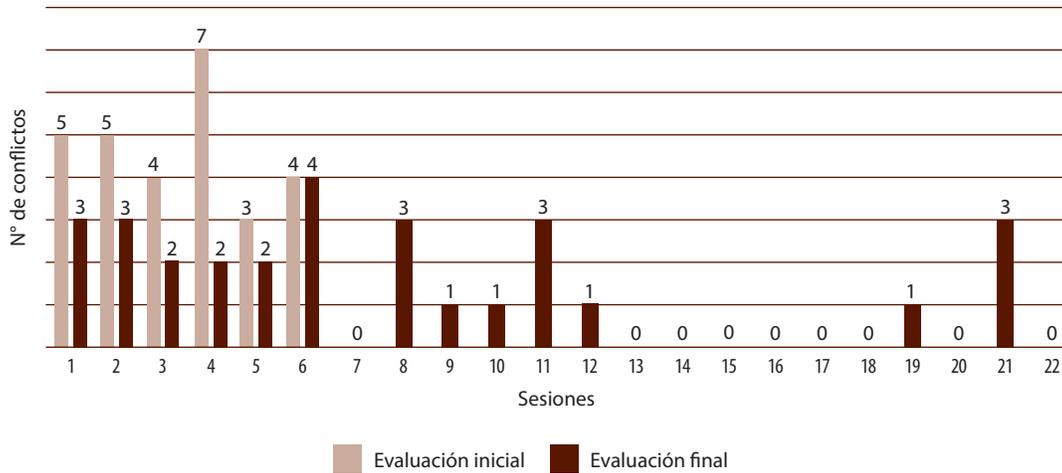


**Figura 8:** Nivel de motivación por las actividades programadas en el alumnado.

**Nota:** Elaboración propia.

En relación con lo que a la resolución de conflictos en el patio de recreo se refiere, la **Figura 9** (que agrupa los resultados de las 6 sesiones de observación de antes de implementar el proyecto de dinamización de recreos y las 22 sesiones que se observaron durante el programa de dinamización) muestra que hay una gran mejoría en la disminución de conflictos en el patio de recreo, ya que estos disminuyen con la puesta en marcha del proyecto de dinamización del recreo. La evaluación inicial refleja que surgen determinados conflictos en el patio de recreo y estos están relacionados principalmente con la utilización de los espacios y, en menor medida, referidos a peleas o desencuentros entre algunos niños o niñas por motivos diferentes. Se observa cómo, de manera gradual, ha descendido el número de conflictos y destacan días puntuales como la sesión 6 o sesiones 11 y 21, donde mayor número de conflictos-problemas vuelven a aparecer. De esta manera, se observa cómo gran parte de los conflictos relacionados con el espacio se solucionan y disminuye su aparición; solamente surgen problemas relacionados con pequeños desencuentros.

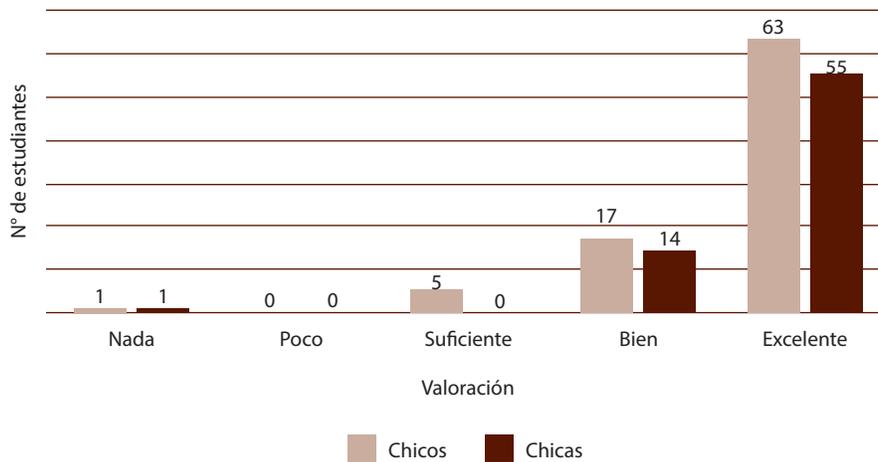
doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.22-2.14>  
 URL: <http://www.una.ac.cr/educare>  
 CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)



**Figura 9:** Conflictos.

**Nota:** Elaboración propia.

Por último, la valoración del programa por parte del alumnado (escala de 1 al 5, donde 5 es la máxima valoración), la mayoría (95%), tanto chicas como chicos, lo han evaluado positivamente. De esta manera, se puede decir que este programa de dinamización ha sido muy bien acogido por parte del alumnado, valorado con las máximas puntuaciones (4 y 5), resultado muy bueno con una media de 4,6 (Figura 10).



**Figura 10:** Valoración del proyecto por parte de los alumnos en función del sexo.

**Nota:** Elaboración propia.

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.22-2.14>URL: <http://www.una.ac.cr/educare>CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

## Discusión

Este estudio se centra en las diferencias de las actividades según el sexo que realizan los niños y las niñas de 6 a 12 años en el recreo. Comparando los resultados obtenidos con otros estudios realizados en años anteriores ([Ayuntamiento de Hernani, 2005](#); [Cantó y Ruiz, 2005](#)) se observa que, sí es cierto que existe una gran diferencia; estos estudios argumentan que puede ser debido a que los chicos, al ser más activos, prefieren realizar actividades que exijan continúa actividad como el fútbol (64%) o el baloncesto (10%), mientras que las chicas prefieren juegos entretenidos como juegos de representación.

El presente estudio también ha encontrado claras diferencias en cómo influye la puesta en marcha de un proyecto de dinamización de recreo en la convivencia del alumnado, disminuyendo el número de conflictos. En nuestro proyecto se logra reducir los 5 conflictos diarios de media a 0 o 1, hecho que se ve contrastado con otro estudio ([Zulantav, s. f.](#)) que se ha llevado a cabo para mejorar la convivencia, más concretamente, para tratar de eliminar o disminuir la agresividad y violencia de escolares, y que llegaron a la conclusión de que, mejorando la convivencia, se mejoran las relaciones sociales y personales del alumnado.

De la metodología observacional se comprueba y corrobora, con otro estudio ([Rodríguez y García, 2009](#)), la preferencia de los chicos con más edad (4º a 6º de primaria) por el fútbol que realizan en la pista deportiva. Sin embargo, en los cursos menores (1º a 3º de primaria) se observa otra cosa totalmente distinta, debido a su edad, al ser más pequeños, infantiles tienen predilección por juegos como partidos quemados, carreras de sacos o juegos populares. En relación con las chicas, las mayores prefieren sentarse y hablar con sus amistades en un rincón o dar un paseo con las compañeras alrededor de la pista deportiva (56,72%), hecho que no coincide con nuestra evaluación inicial (28%). Por último, los resultados de esta investigación coinciden con otros estudios ([Cantó y Ruiz, 2005](#); [García et al., 2008](#)) en los que se afirma que el mal reparto de los espacios en relación con el sexo del estudiantado es una realidad: las chicas, al sentirse menos aceptadas por los chicos en sus juegos, ocupan espacios catalogados como "marginales", mientras que los chicos se apoderan del centro del patio.

## Conclusión y sugerencias

De la investigación de este estudio se desprende que la prevención del sobrepeso y la obesidad en niños y niñas mediante la creación de hábitos y estilos de vidas saludables (ocio activo) le otorga al recreo un papel fundamental. Por ello, se considera que el patio de recreo es un espacio y tiempo durante el horario lectivo que proporciona grandes oportunidades para fomentar la actividad física del alumnado y mejorar la convivencia y las relaciones interpersonales de los grupos escolares.



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.22-2.14>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

Como conclusiones finales, se puede decir que a través de un programa de dinamización se logra un alto porcentaje de participación de la niñez, a partir de la implicación de 50 estudiantes y terminando con la participación de más de 150. Otro aspecto importante a resaltar es que la niñez y, más concretamente, las niñas realizan mayor actividad física que anteriormente, tal y como se refleja en los resultados del proyecto (del 30% al 66%), ahora las niñas ya no se sientan y hablan con las compañeras, sino que participan e intervienen de forma activa en los juegos programados.

A su vez, se consigue disminuir el número de conflictos pasando de 5 a 1. Se crean ocasionalmente pequeñas disputas o malentendidos entre escolares; pero ya no se deben al mal reparto del espacio para las actividades, ya que se aprovechan al máximo los espacios para que cada actividad tenga el suyo propio. Gracias a esto, ahora observamos cómo los niños y las niñas, en relación con el pasado, hacen un uso diferente de la superficie del patio con la puesta en marcha del programa de dinamización, dato relevante que nos lleva a la siguiente conclusión: las chicas dejan de ocupar los espacios más reducidos y los chicos los grandes espacios.

Respecto a la valoración del programa por parte del alumnado y profesorado ha sido muy bien acogido y aceptado por, pues lo puntuaron con los valores máximos 4 y 5.

Es importante destacar que para que continúe el programa con el éxito cosechado es necesario ir incorporando, poco a poco, de manera progresiva, mejoras, ya que las innovaciones son bien aceptadas por todo el alumnado, todo lo que suponga salir de la rutina, un cambio, es un reto.

Al analizar el programa se observa una clara disminución de alumnado en la intervención, aunque parte de ello es por motivo de la actividad que lleva paralelamente el centro, también se piensa que es debido a la falta de interés hacia los juegos. Una propuesta de mejora que se propone ante este hecho es el diseño de un calendario con movilidad de actividades aproximadamente cada quince días para lograr mantener el interés y la motivación de los grupos escolares.

Por su parte, el presente programa de dinamización tuvo pequeñas limitaciones que se solventaron lo mejor posible para garantizar su éxito. A lo largo de la intervención, las condiciones meteorológicas fueron buenas, a excepción de un día, por lo que se suspendió y se sustituyó por juegos de mesa (alto el lápiz, tres en raya, los barquitos hundidos y el ahorcado) y manualidades de papiroflexia. Asimismo, varios días (sesiones 19 y 20) el suelo del patio no se encontraba en las mejores condiciones para realizar la carrera de sacos, por lo que esta actividad se canceló dicho día, pero el resto de las actividades continuó su marcha.

Otra limitación fue que, al diseñar el programa de dinamización, se propuso la actividad de la rayuela para los grupos de menores. Esta actividad no tuvo el éxito esperado por la nula participación del alumnado; por lo cual se decide realizar otro calendario con actividades, en el cual algunas de ellas se mantienen: fútbol, comba o carreras de sacos y otras, como la rayuela o la zapatilla por detrás, se suprimen. En este nuevo calendario se propone que cada día de la

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.22-2.14>URL: <http://www.una.ac.cr/educare>CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

semana fuera concreto para una nueva actividad, de esta manera se alternan varios juegos para mantener el interés y la motivación de escolares en el proyecto, ya que se observa que al realizar todos los días las mismas actividades terminaban por intervenir cada vez menos en ellas.

En cuanto a las futuras líneas de investigación, se piensa que con el éxito alcanzado del programa de dinamización no puede quedar solamente ahí, sino que se debe implantar en otras escuelas y, de esta manera, darlo a conocer. Además, en los mismos recreos de educación infantil se deben implementar, dada la gran importancia de la motricidad en esta etapa educativa (Gil-Madrona, Gómez-Víllora, Contreras-Jordán y Gómez-Barreto, 2008). Este constituye un gran recurso para incitar a los niños y a las niñas hacia la práctica de actividades físico-deportivas. También, el programa se podría ampliar para infantil, así animamos a las personas, desde pequeñas, a realizar deporte, y tendrán una mayor predisposición hacia la práctica de actividad físico-deportiva. De esta forma, disminuimos el índice de niñez que padece sobrepeso u obesidad.

## Referencias

- Alcántara, G. E., Cardoza, S. P. y Lima, M. B. (2013). *Estudio comparativo del recreo dirigido y el recreo no dirigido y su influencia en la conducta de los y las estudiantes del turno matutino del segundo ciclo de educación básica del centro escolar Jorge Larde del municipio de San Martín y el centro escolar San Luis Talpa del municipio de San Luis talpa* (Tesis doctoral). Universidad de El Salvador, San Salvador.
- Álvarez, I. y López, S. (2012). *Recreos entretenidos, una estrategia para la mejora de la convivencia escolar* (Tesis de licenciatura). Universidad Academia de Humanismo Cristiano, Santiago, España. Recuperado de <http://bibliotecadigital.academia.cl/bitstream/handle/123456789/1790/tpeb798.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ayuntamiento de Hernani (2005). *El recreo igualitario. Guía de recursos sobre coeducación y espacio*. Guipúzcoa. España: Hernaniko Udala.
- Bejerano, Y. (2014). *Juegos didácticos y el valor social del juego*. Recuperado de <http://www.gestiopolis.com/juegos-didacticos-y-el-valor-social-del-juego/>
- Burción, S. (2015). *El recreo libre y el recreo dirigido. Comparación de conductas del alumnado para la mejora de la convivencia* (Tesis de grado). Universidad de Valladolid, España. Recuperado de <http://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/10647/1/TFG-G%201076.pdf>
- Cantó, R. y Ruiz, L. M. (2005). Comportamiento motor espontáneo en el patio de recreo escolar: Análisis de las diferencias por género en la ocupación del espacio durante el recreo escolar. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*. 1(1), 28-45. doi: <https://doi.org/10.5232/ricyde>



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.22-2.14>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

- Castillo, E., Abad, M. T., Giménez, F. J. y Robles, J. (2012). Diseño de un cuestionario sobre hábitos de actividad física y estilo de vida a partir del método Delphi. *E-Balonmano.com: Journal of Sport Science*, 8(1), 51-66. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4373368.pdf>
- Castillo, M. N. (2014). *El recreo un espacio de y para la socialización* (Trabajo de grado). Universidad de Zaragoza, España. Recuperado de <http://zaguan.unizar.es/record/14411/files/TAZ-TFG-2014-572.pdf>
- Chaves, A. L. (2013). Una mirada a los recreos escolares: El sentir y pensar de los niños y niñas. *Revista Electrónica Educare*, 17(1), 67-87. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4315628>
- Cobos, J. A. (2011). El juego motor en la escuela. *Innovación y Experiencias Educativas*, 40, 1-8. Recuperado de [https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero\\_40/JOSE\\_ANTONIO\\_COBOS\\_PINO\\_01.pdf](https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_40/JOSE_ANTONIO_COBOS_PINO_01.pdf)
- Colegio Público Gloria Fuertes Albacete. (2015). *Programación General Anual*. Documento inédito.
- Costa, M. R. F. y Silva, R. G. (2009). La cultura del patio de recreo: Las relaciones de niños y niñas en primaria. *XXVII Congreso de la Asociación Latinoamericana de Sociología. VIII Jornadas de Sociología de la Universidad de Buenos Aires*. Asociación Latinoamericana de Sociología, Buenos Aires. Recuperado de <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:LKh42RRKyYJ:cdsa.academica.org/000-062/823.pdf+&cd=1&hl=es&ct=clnk&gl=cr>
- Fundación Mapfre, Educa tu mundo y Vivir en salud (s. f.). *Campaña de actividad física: Encuesta sobre la actividad física*. Recuperado de [https://www.fundacionmapfre.org/fundacion/es\\_es/images/encuesta-actividad-fisica\\_tcm1069-219331.pdf](https://www.fundacionmapfre.org/fundacion/es_es/images/encuesta-actividad-fisica_tcm1069-219331.pdf)
- García, C. T., Ayaso, M. y Ramírez, M. G. (2008). El patio de recreo en preescolar: Un espacio de socialización diferencial de niñas y niños. *Revista Venezolana de Estudios de la Mujer*, 13(31), 169-192. Recuperado de [http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev\\_vem/article/view/2130/2027](http://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_vem/article/view/2130/2027)
- García, M. y Serrano, J. M. (2010). La optimización del patio de recreo para favorecer la práctica de actividades físico-deportivas mediante un proyecto de convivencia. *Espiral. Cuadernos del profesorado*, 3(6), p. 32-42. doi: <https://doi.org/10.25115/ecp.v3i6.908>
- Gil-Madrona, P., Cachón-Zagalaz, J., Díaz-Suarez, A., Valdivia-Moral, P. y Zagalaz-Sánchez, M. L. (2014). Las niñas también quieren jugar: La participación conjunta de niños y niñas en actividades físicas no organizadas en el contexto escolar. *Movimiento*, 20(1), 103-124. Recuperado de <http://seer.ufgrs.br/index.php/Movimiento/article/viewFile/38070/28345>

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.22-2.14>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

- Gil-Madrona, P., Gómez-Villora, S., Contreras-Jordán, O. R. y Gómez-Barreto, I (2008). Justificación de la educación física en la educación infantil. *Educación y educadores* 11(2), 159-177. Recuperado de <http://educacionyeducadores.unisabana.edu.co/index.php/eye/issue/view/106>
- Gómez, H. (1995). *Valor pedagógico del recreo*. Bogotá: Cooperativa Editorial Magisterio.
- Gras, P. y Paredes, J. (2015). El recreo ¿sólo para jugar? Emásf. *Revista Digital de Educación Física*, 6(36), 18-27. Recuperado de [http://emasf.webcindario.com/El\\_recreo\\_solo\\_para\\_jugar.pdf](http://emasf.webcindario.com/El_recreo_solo_para_jugar.pdf)
- Jarret, O. y Waite-Stupiansky, S. (2009). Recess – It's indispensable! *Young Children*, 64(5), 66-69. Recuperado de [http://www.elegantbrain.com/edu4/classes/readings/depository/294/recess\\_time.pdf](http://www.elegantbrain.com/edu4/classes/readings/depository/294/recess_time.pdf)
- Marín, D., Moya, A., Prieto, M. y Pullido, Á. (s. f.). *El recreo, reflexión y juego. Guía de actividades*. Granada, España: IES Virgen de las Nieves. Recuperado de [http://www.juntadeandalucia.es/educacion/portaerverroes/c/document\\_library/get\\_file?uuid=c187bfac-875c-4a18-adf9-40cf9d40ef7e&groupId=10306](http://www.juntadeandalucia.es/educacion/portaerverroes/c/document_library/get_file?uuid=c187bfac-875c-4a18-adf9-40cf9d40ef7e&groupId=10306)
- Mendoza, N., De-Teresa, C., Cano, A., Godoy, D., Hita-Contreras, F., Lapotka, M., ... Sánchez-Borrego, R. (2016). Benefits of physical exercise in postmopausal woman. *Maturitas. The European Menopause Journal*, 93, 83-88. doi: <https://doi.org/10.1016/j.maturitas.2016.04.017>
- Molins-Pueyo, C. (2012). Patios escolares y diversidad sociocultural en Cataluña. Una investigación sobre usos y posibilidades para el juego y el aprendizaje. *Papers. Volumen* 97(2), 431-460. doi: <https://doi.org/10.5565/rev/papers/v97n2.89>
- Murray, R. y Ramstetter, C. (2013). The crucial role of recess in school. *American Academy of Pediatrics*, 131(1), 183-189. doi: <https://doi.org/10.1542/peds.2012-2993>
- Osei-Assibey, G., Dick, S., Macdiarmid, J., Semple, S., Reilly, J. J., Ellaway, A... MacNeill, G. (2012). The influence of the food environment on overweight and obesity in young children: A systematic review. *BMJ open accessible medical research*, 2(6), 1-12. doi: <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2012-001538>
- Pastor, J. C., Gil, P., Tortosa, M. y Martínez, J. (2012). Efectos de un programa de actividad física extracurricular en niños de primer ciclo de ESO con sobrepeso y obesidad. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(2), 379-385. Recuperado de <http://www.rpd-online.com/article/view/1133/pdf>
- Pérez, L. y Collazos, T. (2007). *Los patios de recreo como espacios de aprendizaje en las instituciones educativas sedes Pablo Sexto en el municipio de Dos Quebradas* (Tesis de licenciatura). Universidad Tecnológica de Pereira, Colombia.



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.22-2.14>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

Pérez, M. C. (2011). El patio de recreo y los juegos tradicionales en la educación infantil. *Pedagogía Magna*, 11, 347-353. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3629245>

Pica, R. (s. f.). *7 Reasons why kids need recess*. Recuperado de <http://www.rossrec.com/uploads/2012/09/Why-We-Need-More-Playgrounds.pdf>

Rodríguez, H. y García, A. (2009). Asimilación de códigos de género en las actividades del recreo escolar. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 64 (23,1), 59-72. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2956490>

Zulantav, A. (s. f.). Ejemplo: Proyecto recreos saludables. Una experiencia de convivencia escolar. *Educación Chile – Gestión y Dirección Escolar de Calidad*. Recuperado de [http://ww2.educarchile.cl/UserFiles/P0001/Image/pasionxliderar/2011/pdf/competencia11/C11\\_AC1\\_R2\\_ejemplo.pdf](http://ww2.educarchile.cl/UserFiles/P0001/Image/pasionxliderar/2011/pdf/competencia11/C11_AC1_R2_ejemplo.pdf)