

LA IMPORTANCIA DE INCLUIR EL JUEGO, LA RECREACIÓN EN EL AULA DE PRIMARIA PARA EL DESARROLLO Y MANEJO DE LAS EMOCIONES EN LOS NIÑOS



Foto: <https://images.app.goo.gl/jkNKnSnTmBS5HEVCA>

La salud emocional influye en el rendimiento académico y la adaptación social. Comprender cómo las actividades lúdicas (todo aquello que se relaciona con el juego, la recreación, el ocio, el entretenimiento y la diversión) pueden mejorar la salud de la mente es fundamental para el bienestar y el éxito de los niños.

La sociedad ecuatoriana enfrenta desafíos en el ámbito educativo, incluida la necesidad de abordar el bienestar emocional de los estudiantes. La motivación para esta investigación surgió al observar cómo las habilidades emocionales afectan el aprendizaje y la adaptación social.

Entonces, el estudio de estrategias para mejorar la calidad de vida de los niños mediante estrategias educativas efectivas y contextualizadas se convierte en una prioridad en educación.

El desarrollo de la inteligencia emocional en estudian-

tes de primaria en Ecuador es crucial para su bienestar integral. Existen programas enfocados en este ámbito que han permitido reducir síntomas emocionales negativos y mejorar habilidades sociales. Las actividades lúdicas son fundamentales para este propósito, promoviendo el diálogo, la reflexión y el aprendizaje experiencial. La motivación comprometida del educador es vital para el éxito de estos programas, ya que influye en el compromiso del estudiante y su rendimiento académico. La relación entre inteligencia emocional y habilidades sociales es significativa, con

impactos positivos en la resolución de conflictos y la adaptabilidad. Las instituciones educativas que implementan estrategias lúdicas observan un desarrollo integral en los niños, con reducción de conductas agresivas y fomento de la inclusión y participación. Además, actividades como juegos tradicionales, recreativas, corporales y artísticas fortalecen la expresión emocional y la autoestima.

La música y la literatura son herramientas poderosas para el desarrollo emocional y cognitivo. La evaluación constante del nivel de inteligencia emocional es esen-

cial para garantizar su mejora continua. Es necesario un enfoque sistemático y a largo plazo en la implementación de programas de inteligencia emocional en el ámbito escolar, involucrando tanto a docentes como a estudiantes en su desarrollo y evaluación.

Tras el análisis realizado, se puede deducir que la inteligencia emocional es fundamental en el desarrollo del ser humano, pues resulta un factor esencial que influye de manera positiva en el bienestar mental y social de los niños, lo que permite un manejo y comprensión de sus emociones, de su entorno y toma de decisiones acertadas frente a diversas situaciones que acontecen en su vida cotidiana.

Las actividades lúdicas aplicadas por los educadores han demostrado ser pertinentes para el desarrollo de la inteligencia emocional en los estudiantes, ya que los juegos cooperativos, canciones, usos de diversos materiales didácticos, lectura, entre otros, ayudan a mejorar las relaciones interpersonales, la autoestima, autorregulación emocional, habilidades que son indispensables para el bienestar emocional y el éxito personal de los estudiantes.

La información que sustenta el presente estudio se basó en una búsqueda sistemática en diversas bases de datos académicas como Dialnet, Scielo y Google Académico, utilizando palabras

clave específicas relacionadas con "inteligencia emocional y actividades lúdicas", se recopilaron un total de 26 artículos para su análisis. Las técnicas utilizadas incluyeron la aplicación de palabras clave específicas, la revisión de resúmenes y la exclusión de artículos que no cumplieran con los criterios preestablecidos. Además, se utilizó un enfoque sistemático y riguroso para garantizar la exhaustividad y validez de la información recopilada. Esta metodología proporcionó una base sólida para el estudio y análisis de la relación entre inteligencia emocional y actividades lúdicas en el contexto de la educación primaria en Ecuador.

El análisis exhaustivo de los artículos seleccionados y relevantes para el estudio, definió la calidad y pertinencia de los datos recopilados. La revisión se llevó a cabo en el último trimestre del año 2023.

La investigación se destaca por ser un estudio de revisión bibliográfica serio que concluye con la importancia crucial de la inteligencia emocional en el desarrollo infantil, resaltando su influencia positiva en el bienestar mental y social de los niños, la evidencia clara de que las actividades lúdicas implementadas por educadores son herramientas efectivas para promover esta inteligencia emocional, mejorando las relaciones interpersonales, la autoestima y la autorregulación

emocional de los estudiantes. Su impacto en la vida cotidiana de los niños y por ende de sus familias sería significativo.

El desarrollo de la inteligencia emocional desde la infancia y la efectividad de las actividades lúdicas en su mejora, definen un camino en educación y currículo aplicables a programas educativos más enfocados en el aspecto emocional que aporte al avance cognitivo de los niños. Esto podría traducirse en una mejor gestión emocional, relaciones interpersonales más saludables y una toma de decisiones más acertada en diversas situaciones de la vida diaria contribuyendo a una sociedad más equilibrada y resiliente.

Todos, la sociedad ecuatoriana, las instituciones educativas, las familias y los niños se beneficiarían con una mejor comprensión de la inteligencia emocional y las diversas actividades lúdicas que se pueden implementar para promover su bienestar mental y social.

Los hallazgos son aplicables y efectivos en la práctica pedagógica con el diseño e implementación en la planificación curricular de unidad y clase con actividades lúdicas que promuevan el desarrollo de la inteligencia emocional en los estudiantes y los mismos docentes.

Zambrano-Berrones (2024)

Las instituciones educativas que implementan estrategias lúdicas observan un desarrollo integral en los niños, con reducción de conductas agresivas y fomento de la inclusión y participación.