



Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), julio-agosto 2025,
Volumen 9, Número 4.

https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i2

JUEGOS COOPERATIVOS: IMPACTO EN EL DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES EN LA EDUCACIÓN FÍSICA Y EL DEPORTE

**COOPERATIVE GAMES: IMPACT ON THE DEVELOPMENT OF
SOCIAL SKILLS IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORT**

Fabricio Ricardo Estrella Ponce
Ministerio de Educación, Ecuador

Vanessa Romina Pineda Rojas
Universidad Nacional de Loja, Ecuador

DOI: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i4.20029

Juegos cooperativos: Impacto en el desarrollo de habilidades sociales en la Educación física y el Deporte

Fabricio Ricardo Estrella Ponce¹fabricio.estrella@educacion.gob.ec<https://orcid.org/0009-0006-7154-8294>

Ministerio de Educación

Ecuador

Vanessa Romina Pineda Rojasvanessa.pineda@unl.edu.ec<https://orcid.org/0000-0002-3309-7051>

Universidad Nacional de Loja

Ecuador

RESUMEN

Los juegos cooperativos en la actividad física y del deporte potencian el desarrollo de habilidades sociales entre ellos la comunicación, trabajo en equipo, empatía y resolución de conflictos; a diferencia de los juegos competitivos, estas dinámicas promueven la colaboración e inclusión, creando un entorno de aprendizaje positivo. El estudio tuvo como objetivo aplicar una propuesta de innovación educativa basada en juegos cooperativos en el proceso de enseñanza aprendizaje para el desarrollo de las habilidades sociales en los estudiantes de octavo grado en una institución educativa privada. La investigación presentó un enfoque mixto de tipo descriptivo y cuasiexperimental, se trabajó con una muestra de 40 estudiantes en edad promedio de 12 años. Los instrumentos de recolección de datos fueron un cuestionario sociodemográfico Ad hoc, escala de habilidades sociales de Goldstein, aplicada a cuarenta estudiantes pre y post intervención. Los resultados evidenciaron un mejor desarrollo de las habilidades sociales después de la aplicación del programa basada en juegos cooperativos, por lo que se sugiere a los docentes el uso de técnicas y herramientas que ayuden a los estudiantes al desarrollo de las habilidades sociales de los estudiantes, convirtiéndolos en colaborativos y cooperativos entre ellos.

Palabras clave: juegos cooperativos, habilidades sociales, educación física, psicología

¹ Autor principal

Correspondencia: vanessa.pineda@unl.edu.ec

Cooperative games: Impact on the development of social skills in Physical Education and Sport

ABSTRACT

Cooperative games in physical activity and sports enhance the development of social skills, including communication, teamwork, empathy, and conflict resolution. Unlike competitive games, these dynamics promote collaboration and inclusion, creating a positive learning environment. The study aimed to apply a proposal for educational innovation based on cooperative games in the teaching-learning process to develop social skills in eighth-grade students at a private educational institution. The research presented a mixed descriptive and quasi-experimental approach, working with a sample of 40 students with an average age of 12. The data collection instruments were an ad hoc sociodemographic questionnaire and Goldstein's social skills scale, applied to the forty students pre- and post-intervention. The results showed a better development of social skills after the application of the program based on cooperative games. Therefore, it is suggested that teachers use techniques and tools that help students develop their social skills, making them more collaborative and cooperative with each other.

Keywords: cooperatives games, social skills, physical education, psychology

Artículo recibido 04 Agosto 2025
Aceptado para publicación: 29 Agosto 2025



INTRODUCCIÓN

Los juegos cooperativos han ganado relevancia en el ámbito de la Educación Física y el Deporte como una herramienta pedagógica que promueve el desarrollo de habilidades sociales y valores esenciales para la convivencia y el trabajo en equipo (Orlick, 2006). Este enfoque no solo fomenta un ambiente inclusivo y participativo, sino que también contribuye al desarrollo integral de los estudiantes, tanto en el ámbito físico como en el socioemocional. Por su parte López et al., (2023) señalan que el fin principal es el entretenimiento, ya que genera placer, expresión personal y satisfacción; siendo tan diversas (física o pasiva) libre, natural improvisada, intrínseca.

Es por esa razón que el juego, entendido como aquella estrategia lúdica de uso en docentes para la intervención en el aula, facilita una manifestación natural en los niños para aprender representar el mundo y comunicarse con su entorno (Leyva, 2011). Por otro lado, a través del juego se fomenta la adquisición de normas y valores necesarios para una convivencia armónica (Fernández, 2017). De acuerdo con Navarro (2002) los juegos cooperativos reeducan a los estudiantes a través de actividades lúdicas, ya que son de naturaleza socio cultural y profundamente pedagógica, para este autor, los juegos cooperativos son actividades sin perdedores, que se juega con otros, más que de rivales con otros.

La mayoría de las investigaciones sobre juegos cooperativos se centran en resultados a corto plazo, observando cambios inmediatos en las habilidades sociales o el clima grupal. Sin embargo, existe un vacío en estudios longitudinales que analicen cómo estos juegos impactan en el desarrollo social y emocional de los estudiantes a lo largo del tiempo, especialmente en etapas clave de su formación (Velázquez, 2015). Aunque los juegos cooperativos han demostrado ser efectivos en diversos entornos, la mayoría de los estudios se han realizado en contextos culturales específicos, principalmente en países occidentales.

Un estudio de revisión sistemática deja en evidencia que el juego cooperativo es una estrategia didáctica que mejora de la práctica educativa y desarrolla habilidades sociales en los estudiantes facilitando la interacción social y siendo una fuente transmisora de valores (Flores Benalcázar, 2024)

Investigaciones realizadas en Latinoamérica permiten afirmar que los juegos cooperativos como estrategia inciden en el desarrollo de las habilidades sociales en niños de cinco años (Bocanegra Rodríguez, 2021).



Por esa razón es importante centrarnos en el estudio de los juegos cooperativos, ya que resulta necesario la conceptualización del mismo para que se logre comprender el objetivo de la investigación. Otros estudios concluyen que este tipo de juego lúdico favorecen la competencia social facilitando la incorporación de elementos inclusivos propios del juego, estimulando la interacción entre pares favoreciendo el proceso de socialización (Mairal-Llebot et al., 2022).

Los juegos cooperativos son los generadores de oportunidades de forma conjunta para el desarrollo de las relaciones interpersonales, la responsabilidad individual y colectiva, la creatividad, la resolución alternativa de conflictos, la comunicación, el trabajo en equipo, etc. Una característica de los juegos cooperativos es que buscan derribar situaciones que obstaculizan los aspectos positivos, que permitan una mejor convivencia en sociedad y un desarrollo más completo de la personalidad humana. Por esta razón, pueden practicar y desarrollar habilidades que, en general, es poco probable que se deriven de otras estructuras de juego (Cerdas, 2013). De acuerdo con Castillo (2017), los juegos cooperativos presentan algunas características, entre las cuales se caracterizan por ser libre de competencia ya que permite la búsqueda de objetivos comunes, como divertirse, ya que todos juegan sin ningún tipo de presión; libre de eliminación, todos los integrantes participan y se incorporan activamente en el juego, el objetivo de los juegos cooperativos es el de integrar y no separar, en estos tipos de juegos todos los jugadores aportan con ideas y opiniones. Las normas son flexibles; libre de agresión ya que al ser cooperativos siempre no buscan excluir aquellas participaciones que puedan generar algún tipo de agresión física y/ o verbal entre los participantes, lo que permite que los niños y niñas generen confianza en sí mismos, y en otras personas a través de la interacción y sentirse solidarios con las personas (Torpoco, 2018; Mero, 2015).

Existen varios tipos de juegos cooperativos que se llevan a cabo en determinados momentos evolutivos de grupos o comunidades que deseen jugar. Pero con un enfoque educativo en su organización y desarrollo, entre ellos se encuentran:

De presentación: son aquellos juegos sencillos que permiten que exista un acercamiento y contacto entre los jugadores, son juegos destinados para aprender nombres y características de los otros jugadores, por lo que son recomendados cuando los integrantes del juego no se conocen.



De conocimiento: son juegos que buscan que los jugadores tengan un encuentro para conocerse, son un complemento a los juegos de presentación, logrando un conocimiento profundo de las otras personas.

De confianza: son juegos que ayudan a demostrar y motivar la amistad entre los participantes. Así mismo, busca la promoción de actitudes en solidaridad, disposición para el trabajo comunitario, prevención de movimientos inadecuados y autonomía para resolver tareas motrices creativamente.

De comunicación: estos juegos optimizan la escucha en la comunicación verbal y no verbal como la expresión gestual, contacto físico y miradas, favoreciendo así nuevas formas de comunicación.

De resolución de conflictos: son juegos que siempre buscan resolver situaciones de conflicto motriz, del mismo modo, orientan a examinar situaciones conflictivas en problemas de comunicación, en relación con perder o ganar.

De cooperación: son juegos en donde la colaboración entre los jugadores es un elemento esencial, ya que crean un clima apropiado, favorable para la asistencia y ayuda grupal.

De distensión: estos juegos tienden a generar energía, ya que hacen reír y estimulan diversas acciones. También, se presentan como mecanismos de relajación mental, física, activación y animación para los participantes en situaciones de antipatía o apatía (Quiñonez y Andrade, 2018)

Es en ese sentido es importante que los niños y las niñas reciban instrucción en juegos cooperativos que estimulen aquellos comportamientos prosociales durante sus años de escolaridad, ya que es un momento importante para que ellos desarrollen aquellas habilidades y hábitos positivos que perduren en las siguientes etapas de sus vidas. Esto se facilita por la habilidad cada vez mayor de los niños/adolescentes para pensar en forma abstracta, lo que les da posibilidades para entender las consecuencias de sus acciones y así poder resolver aquellos problemas que se les presente por dichas acciones (Oses et al., 2016). Los juegos cooperativos dentro del sistema educativo se describen como aquellas actividades que dan y reciben ayuda para contribuir a alcanzar el objetivo en común. Estos juegos se convierten en un importante recurso dentro de la educación, los materiales son muy accesibles para la práctica, los juegos deben ser diseñados para que los estudiantes cooperen y participen en todas las actividades que se incorporan en los programas de la educación. (Velázquez, 2004). Los juegos cooperativos son los generadores de oportunidades de forma conjunta para el desarrollo de las relaciones interpersonales, la responsabilidad individual y colectiva, la creatividad, la resolución alternativa de conflictos, la



comunicación, el trabajo en equipo, etc. Una característica de los juegos cooperativos es que buscan derribar situaciones que obstaculizan los aspectos positivos, que permitan una mejor convivencia en sociedad y un desarrollo más completo de la personalidad humana. Por esta razón, pueden practicar y desarrollar habilidades que, en general, es poco probable que se deriven de otras estructuras de juego (Cerdas, 2013).

Por otro lado, las habilidades sociales, son definidas, como el grado en que una persona se puede comunicar con los demás de una manera que satisfaga los propios derechos, necesidades, placeres y obligaciones hasta un grado razonable sin dañar los derechos, necesidades, placeres u obligaciones similares de la otra persona y comparta estos derechos con los demás en un intercambio libre y abierto (Phillips, 1978). La OMS (2002), define a las habilidades sociales como “aquellas aptitudes necesarias para tener un comportamiento adecuado y positivo, que le permite al sujeto enfrentar eficazmente las exigencias y retos de la vida diaria” (p. 45) (Gómez, 2021). A lo largo de la vida las personas adquieren muchas habilidades sociales, pautas de interacción, etc., pero por ser sobrentendidas, las personas no se dan cuenta de ello, al menos que cambien de cultura o de contexto social, en donde determinados hábitos podrán resultar ser muy grotescos o intimidantes (Regodón, 2009). Las habilidades sociales permiten que exista la comunicación verbal y no verbal de forma eficaz, eficiente y responsable. La adolescencia es un periodo importante para adquirir y practicar habilidades sociales, los adolescentes dejan atrás los comportamientos correspondientes a la niñez, para adoptar comportamientos críticos y oportunos respecto a las normas sociales, mientras que los adultos exigen comportamientos y actitudes correspondientes a su edad (Zavala et al., 2017).

Es por esa razón que UNICEF y OMS ha generado manuales de intervención dirigidos a estudiantes y docentes/facilitadores para aplicar programas que fomenten las habilidades socioemocionales para la vida en este grupo poblacional (World Health Organization, 2019). Investigaciones realizadas sobre programas de habilidades sociales indican resultados prometedores ya que además inciden en variables como autoestima y el bienestar personal en adolescentes, sobre todo la importancia de incluir en los contextos educativos diferentes herramientas metodológicas que permitan potencien el desarrollo (González-Moreno, 2023).



Un estudio desarrollado en México en ocho adolescentes varones de entre 13 y 17 años a través de talleres grupales y de carácter lúdico demostraron resultados positivos con el incremento de habilidades sociales en la gran mayoría (Rodríguez et al., 2018).

Las habilidades sociales son un elemento que promueve el bienestar social y, por ello resulta imprescindible educar a los jóvenes en habilidades sociales implementando en las escuelas estrategias que fomenten estas competencias (Moreno y Jurado. (2022), las habilidades sociales, son aquellas condiciones y cualidades que permiten establecer relaciones interpersonales con otras personas. (Dongil y Cano, 2014)

Cáceres (1993), presenta los tipos de habilidades sociales más importantes:

Habilidades básicas de interacción social: Habilidades básicas para poder relacionarse con cualquier persona, entre ellos se encuentra; sonreír y reír: son conductas que nos manifiestan aceptación, agradecimiento, agrado y gusto, saludar mediante conductas verbales y no verbales, presentarse: conductas que sirven para darse a conocer o hacer que se conozcan otras personas, pedir favores, cortesía y amabilidad.

Habilidades para hacer amigos y amigas: permiten mantener interacciones positivas y mutuamente satisfactorias, mediante el decir o hacer algo agradable a otra persona, conductas para el inicio de interacciones con los demás, unirse al juego con otros, pedir y prestar ayuda a los demás; y cooperar y compartir.

Habilidades conversacionales: permiten a los sujetos iniciar, mantener y finalizar conversaciones con otros, así como unirse a la conversación de otros y mantener conversaciones de grupo.

Habilidades relacionadas con los sentimientos, emociones y opiniones: se trata de que los niños aprendan modos socialmente aceptables para expresar sus emociones y recibir las emociones de los otros, también, que ellos puedan defender sus derechos de forma asertiva y respetando a los demás, mediante el uso de autoafirmaciones positiva, expresar emociones, recibir emociones, defender los propios derechos, Defender las propias opiniones mediante la manifestación a otras personas la visión personal.



Habilidades de solución de problemas interpersonales: permiten identificar un problema interpersonal: significa reconocer que existe una situación conflictiva con otras personas, buscar alternativas posibles de solución del problema, prever las consecuencias de los actos propios y de los demás ante un problema, elegir una solución, y planificar y poner en práctica la solución al problema.

Habilidades para relacionarse con los adultos: necesarias para que un niño interactúe de modo asertivo con los adultos mediante la cortesía con el adulto para que la interacción resulte agradable, reforzar al adulto: decir o hacer algo agradable para él, conversar con el adulto, hacer peticiones al/del adulto (Mojas y Gil , 2015)

Existe una gran cantidad de filósofos y psicólogos los cuales hablan de la importancia del juego a través sus teorías. A continuación, haremos un breve repaso sobre lo abordado por cada uno de ellos:

Teoría del excedente energético: Herbert Spencer (1855) autor de esta teoría menciona que los seres humanos acumulan grandes niveles de energía y estas permitían la supervivencia, por lo tanto, aquellas debían liberarse para generar una homeostasis, mediante en actividades artísticas y estéticas. Por su parte establece que el juego forma parte además del reino animal (Fernandez, 2017) Teoría de la relajación: Propuesta por Lazarus (1833), (citado por Martínez, 2002; López de Sosoaga, 2004), señala que: El juego aparece como actividad compensadora del esfuerzo, del agotamiento que generan en el niño otras actividades más serias o útiles. El juego es visto como una actividad que sirve para descansar, para relajarse y para restablecer energías consumidas en esas otras actividades más serias. (Fernandez, 2017, p.22) Freud (185-1939): Postuló que cada individuo nace con una cantidad fija de energía biológica, que es la fuente de todos los impulsos, y a su vez esta se puede canalizar de tres fuentes de energía: la sexualidad, las pulsiones y la agresión. Para Freud, el individuo pasa por una serie de etapas diferentes en el curso de su maduración que son la etapa oral, etapa anal, fálica, periodo de latencia, y etapa genital. Jean Piaget: Piaget, en sus estudios destaca el juego de reglas, el cual guarda relación con la socialización y su comprensión de las imposiciones que rigen el funcionamiento de la sociedad. Por su parte Piaget destaca que el juego debe ser entendido como una actividad cuya naturalidad es preservada. Es por ello que el autor distingue tres categorías de juegos, la primera se relacionar con el desarrollo sensoriomotor del niño (0-2 años), posteriormente describe el juego simbólico aparece al final del segundo año de vida y finalmente, el juego de reglas (Brougère, 2020).



Por su parte la teoría sociocultural del juego de Vygotsky el juego se presenta como una actividad que responde a la demanda de la sociedad que rodea a los niños y de la que deben llegar a ser miembros activos. Así, por ejemplo, el juego de representar papeles en la edad preescolar, no surge de una forma espontánea, sino como resultado de la influencia de los factores educacionales y socio morales en los niños al imitar los roles e interacciones de los adultos. En consecuencia, desde esta perspectiva el objeto del juego sería aprender el mundo de los adultos, sus relaciones, sus actividades, sistemas de organización y comunicación, etc. Anterior a dicho juego habría otro, también simbólico, pero centrado en los objetos, que compartiría algunas de las características del juego motor piagetiano (Fernández, 2017).

Es por ello que la revisión bibliográfica deja en evidencia los múltiples beneficios de este tipo de metodología de trabajo sobre todo favorece la inclusión educativa en la neurodiversidad, pues estar permiten que se mejoren sus actitudes hacia la discapacidad en Educación Física, se valora las capacidades y la empatía resultando útil para sensibilizar hacia la discapacidad (Mansilla y Abellán Hernández, 2021; Trujillo y Williams, 2022).

METODOLOGÍA

Diseño

El presente estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo y correlacional con un diseño cuasiexperimental en un solo grupo con medidas de evaluación pre y post aplicación del plan de intervención basado en juegos cooperativos.

Participantes

La población que formó parte de estudio fue una institución educativa particular de régimen sierra ubicada en la parroquia Punzara del cantón de Loja. Se trabajó con todos los estudiantes de octavo grado de educación general básica correspondiente a 40 estudiantes. A continuación, se describen la muestra

Tabla 1 Sexo de participantes

| | | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|--------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | Hombre | 28 | 70,0 | 70,0 | 70,0 |
| | Mujer | 12 | 30,0 | 30,0 | 100,0 |
| | Total | 40 | 100,0 | 100,0 | |

Nota: Sexo de los participantes

Instrumentos

Cuestionario Ad Hoc: instrumento que fue diseñado según la necesidad de información del investigador, este permitió obtener información sociodemográfica de los estudiantes tales como: género, edad, grado etc.,

Escala de Habilidades sociales: de Goldstein (Goldstein, McGinnis, Sprafkin, Gershaw y Klein, 1997, y Aguirre, 2004), Esta escala evalúa habilidades sociales, distribuidas en seis grupos que son: primeras habilidades sociales, habilidades sociales avanzadas, habilidades sociales relacionadas con el manejo de sentimientos y habilidades alternativas a la agresión, habilidades para hacer frente al estrés y habilidades de planificación. La escala de habilidades sociales de Goldstein consta de 50 preguntas organizados por grupos de habilidades. Cada reactivo se responde de acuerdo a una escala del 1 al 5: “nunca utiliza bien la habilidad” (1), “casi nunca utiliza bien la habilidad” (2), “a veces utiliza bien la habilidad” (3), “casi siempre utiliza bien la habilidad” (4) y “siempre utiliza bien la habilidad” (5) (Aguirre, 2004). Su calificación consiste en la sumatoria de las puntuaciones otorgadas por el sujeto a cada reactivo, por grupos de habilidad. Dentro de las normas de calificación se encuentran tres puntos de corte, en el cual valores de entre 50 a 117 corresponde a bajo, de 118 a 187 a nivel medio, y de 188 a 250 a nivel alto. Así mismo el instrumento cuenta con un Alpha de Crombach de consistencia interna de 0.9244 (Rodríguez et al. 2014).

Propuesta de innovación educativa

En el presente apartado se dará a conocer los procedimientos y actividades llevadas a cabo para cumplir con el objetivo propuesto. Es importante detallar que las sesiones se desarrollaron dos veces por semana, de forma presencial en los patios de la institución educativa con una duración de 40 minutos cada sesión, siendo utilizada la hora de educación física para la aplicación del mismo, y con en el envío de tarea a casa denominados “retos” utilizando herramientas digitales como kahoot, mismos que permitían reforzar los contenidos trabajados en clase.

El programa tuvo una duración total de quince sesiones, basados en juegos cooperativos y distribuidas de la siguiente manera, la primera y quinceava sesión fueron destinadas para la aplicación de los instrumentos de evaluación.



La segunda sesión fue de carácter informativa, en la cual permitió la explicación de los recursos digitales, los objetivos del programa y la importancia de cumplir con las tareas enviadas. La tercera y cuarta sesión se planificó para trabajar las habilidades sociales básicas, las dos siguientes para trabajar las habilidades sociales avanzadas, posteriormente la séptima y octava sesión, los juegos cooperativos estaban enfocados en aquellas habilidades relacionadas con las emociones, la novena y décima sesión dirigidas a trabajar las habilidades alternativas a la agresión, las dos sesiones siguientes dirigidas a hacer frente al estrés y finalmente la treceava y catorceava sesión se organizaron para desarrollar las habilidades de planificación.

A continuación, se expone el cronograma del programa de intervención:

Tabla 2 Esquema general del programa de innovación educativa

| Sesión | Habilidad Social | Objetivo | Actividad |
|----------|--|---|--|
| Sesión 1 | - | Evaluación pre intervención | Aplicación de instrumento de habilidades sociales y cuestionario AdHoc |
| Sesión 2 | Habilidades sociales básicas | Fomentar el trabajo en parejas y en grupo, aumentar la cohesión del grupo. | Nombre de la actividad: Pies Atados Nombre de la actividad: Rueda de parejas Reflexión ¿Qué hicimos hoy? ¿Cómo lo hicimos? ¿Para qué lo hicimos? |
| Sesión 3 | Habilidades sociales básicas | Fomentar habilidades sociales básicas mediante dinámicas cooperativas que requieran comunicación, respeto y escucha | Nombre de la actividad: Paquetes Nombre de la actividad: Roba bolas Reflexión ¿Qué hicimos hoy? ¿Cómo lo hicimos? ¿Para qué lo hicimos? |
| Sesión 4 | Habilidades sociales avanzadas | Fomentar habilidades sociales avanzadas mediante dinámicas cooperativas que requieran liderazgo, resolución de problemas, empatía | Nombre de la actividad: Siameses del balón Nombre de la actividad: letras y números Reflexión ¿Qué hicimos hoy? ¿Cómo lo hicimos? ¿Para qué lo hicimos? |
| Sesión 5 | Habilidades sociales avanzadas | Fomentar habilidades sociales avanzadas mediante dinámicas cooperativas que requieran liderazgo, resolución de problemas, empatía | Nombre de la actividad: Cadena de bomberos Nombre de la actividad: Acrosport Reflexión ¿Qué hicimos hoy? ¿Cómo lo hicimos? ¿Para qué lo hicimos? |
| Sesión 6 | Habilidades relacionadas con las emociones | Desarrollar la inteligencia emocional a través de juegos que permitan identificar, expresar y autorregular emociones. | Nombre de la actividad: Congelados Nombre de la actividad: La tía "Chonchis" Reflexión ¿Qué hicimos hoy? ¿Cómo lo hicimos? ¿Para qué lo hicimos? |

| Sesión | Habilidad Social | Objetivo | Actividad |
|------------------|--|--|--|
| Sesión 7 | Habilidades relacionadas con las emociones | Desarrollar la inteligencia emocional a través de juegos que permitan identificar, expresar y autorregular emociones. sobre el resultado | Nombre de la actividad: Lluvia de globos Nombre de la actividad: La isla se hunde Reflexión ¿Qué hicimos hoy? ¿Cómo lo hicimos? ¿Para qué lo hicimos? |
| Sesión 8 | Habilidades alternativas a la agresión | Ofrecer alternativas constructivas a la agresión mediante actividades lúdicas que promuevan el diálogo y la mediación. | Nombre de la actividad: Cola de dragón Nombre de la actividad: Lata de sardinas Reflexión ¿Qué hicimos hoy? ¿Cómo lo hicimos? ¿Para qué lo hicimos? |
| Sesión 9 | Habilidades alternativas a la agresión | Ofrecer alternativas constructivas a la agresión mediante actividades lúdicas que promuevan el diálogo y la mediación. | Nombre de la actividad: El tren Nombre de la actividad: Todos debajo Reflexión ¿Qué hicimos hoy? ¿Cómo lo hicimos? ¿Para qué lo hicimos? |
| Sesión 10 | Habilidades dirigidas a hacer frente al estrés | Implementar juegos que ayuden a los estudiantes a afrontar situaciones de estrés, favoreciendo el autocontrol y la resiliencia. | Nombre de la actividad: Congelados Nombre de la actividad: Atrapa la bandera Reflexión ¿Qué hicimos hoy? ¿Cómo lo hicimos? ¿Para qué lo hicimos? |
| Sesión 11 | Habilidades dirigidas a hacer frente al estrés | Implementar juegos que ayuden a los estudiantes a afrontar situaciones de estrés, favoreciendo el autocontrol y la resiliencia. | Nombre de la actividad: Pon el aro Nombre de la actividad: Campo de minas Reflexión ¿Qué hicimos hoy? ¿Cómo lo hicimos? ¿Para qué lo hicimos? |
| Sesión 12 | Habilidades de planificación | Potenciar habilidades de planificación y organización a través de retos cooperativos que exijan coordinación de roles y toma de decisiones en grupo | Nombre de la actividad: El acertijo Nombre de la actividad: El tren Reflexión ¿Qué hicimos hoy? ¿Cómo lo hicimos? ¿Para qué lo hicimos? |
| Sesión 13 | Habilidades de planificación | Potenciar habilidades de planificación y organización a través de retos cooperativos que exijan coordinación de roles y toma de decisiones en grupo. | Nombre de la actividad: Carrera de relevos Nombre de la actividad: El teléfono dañado Reflexión ¿Qué hicimos hoy? ¿Cómo lo hicimos? ¿Para qué lo hicimos? |
| Sesión 14 | - | Evaluación post intervención | Aplicación de instrumentos de habilidades sociales |

Análisis de datos

Para realizar el procesamiento de datos, se utilizó el programa estadístico SPSS, en el cual permitió realizar la base de datos, para posteriormente desarrollar los análisis estadísticos. Posteriormente se contrastó si los datos cumplían el supuesto de normalidad en su distribución. Se trabajó con la prueba de Shapiro-Wilk ya que la muestra de estudio fue inferior a 30.



Así mismo se utilizaron estadísticos descriptivos y de frecuencias para determinar las características sociodemográficas y las habilidades sociales de los participantes en ambos momentos. Para poder determinar si el plan de intervención tuvo su grado de significancia y valorar los cambios que se observan en la muestra de estudio evaluada en ambos momentos, se realizó la prueba T de Student de muestras relacionadas para analizar los resultados de las habilidades sociales en ambos momentos pre y post.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

A continuación, se exponen los resultados. En la tabla 3 se evidencia que el 87,5% de los estudiantes presentan habilidades sociales media, seguido de un 7,5% de habilidades sociales bajas y finalmente 5% habilidades sociales altas.

Tabla 3 Habilidades sociales de los estudiantes pre intervención

| Nivel de habilidades Sociales | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|-------------------------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Medio | 35 | 87,5 | 87,5 | 87,5 |
| Bajo | 3 | 7,5 | 7,5 | 95,0 |
| Alto | 2 | 5,0 | 5,0 | 100,0 |
| Total | 40 | 100,0 | 100,0 | |

Nota. resultados obtenidos de la aplicación de la Escala de Habilidades sociales de Goldstein

En cuanto al análisis según el grupo de habilidades sociales pre intervención las habilidades más utilizadas son aquellas relacionadas a hacer frente al estrés con una media de 38,67; seguido de las habilidades alternativas a la agresión con una media de 29,08. Y aquellas habilidades menos desarrolladas son las habilidades sociales avanzadas con una media de 19,25

Tabla 4 Grupo de Habilidades sociales de los estudiantes pre intervención

| Habilidades sociales | N | Mínimo | Máximo | Media | Desv. Desviación |
|---|----|--------|--------|-------|------------------|
| Primeras habilidades sociales | 40 | 9 | 33 | 25,23 | 4,817 |
| Habilidades sociales avanzadas | 40 | 7 | 28 | 19,25 | 5,032 |
| Habilidades sociales relacionadas con el manejo de sentimientos | 40 | 8 | 32 | 21,98 | 5,191 |
| Habilidades alternativas a la agresión | 40 | 9 | 40 | 29,08 | 7,069 |
| Habilidades para hacer frente al estrés | 40 | 12 | 50 | 38,67 | 8,103 |
| Habilidades de planificación | 40 | 15 | 36 | 24,63 | 5,921 |
| N válido (por lista) | 40 | | | | |

Nota. resultados obtenidos de la aplicación de la Escala de Habilidades sociales de Goldstein

Tras la aplicación del programa de intervención basado en juegos cooperativos, se evidencia que los estudiantes, mejoraron sus niveles de habilidades, mostrando que el 52,5% presentan un nivel medio, y el 47,5% un nivel alto de habilidades sociales.

Tabla 5 Habilidades sociales de los estudiantes post intervención

| Nivel de habilidades sociales | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|-------------------------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Medio | 21 | 52,5 | 52,5 | 52,5 |
| Alto | 19 | 47,5 | 47,5 | 100,0 |
| Total | 40 | 100,0 | 100,0 | |

Nota: Se observa que tienen un nivel alto de habilidades sociales con un 47.5%

El grupo de habilidades sociales que desarrollaron los estudiantes post intervención son: son aquellas relacionadas a hacer frente al estrés, con una media de 43.88, seguido de las habilidades alternativas a la agresión con una media de 32.88. y primeras habilidades sociales con una media de 30,50

Tabla 6 Grupo de Habilidades sociales de los estudiantes post intervención

| | N | Mínimo | Máximo | Media | Desv. Desviación |
|---|----|--------|--------|-------|------------------|
| Primeras habilidades sociales | 40 | 12 | 35 | 30,50 | 3,700 |
| Habilidades sociales avanzadas | 40 | 9 | 27 | 21,80 | 3,818 |
| Habilidades sociales relacionadas con el manejo de sentimientos | 40 | 11 | 33 | 25,70 | 3,804 |
| Habilidades alternativas a la agresión | 40 | 21 | 44 | 32,88 | 5,539 |
| Habilidades para hacer frente al estrés | 40 | 22 | 54 | 43,88 | 7,144 |
| Habilidades de planificación | 40 | 15 | 40 | 29,20 | 5,478 |
| N válido (por lista) | 40 | | | | |

Nota. resultados obtenidos de la aplicación de la Escala de Habilidades sociales de Goldstein

Para determinar la influencia de la aplicación del programa juegos cooperativos en el nivel de las habilidades sociales de los estudiantes se utilizó la prueba T de Student, demostrando que todas las variables mostraron mejoras estadísticamente significativas luego de la intervención, ya que todos los valores de Sig. (p) son menores a 0.05. Se observa que en las primeras habilidades sociales la media de diferencia = -5,275, los puntajes post son significativamente mayores con un $p = ,000 (< .05)$. En Habilidades sociales avanzadas la media de diferencia fue de -2,550 con un $p = ,007$ en Habilidades relacionadas con el manejo de sentimientos con una media de diferencia de -3,725, $p = ,000$ en

Habilidades alternativas a la agresión y habilidades de planificación con un $p = ,001$, Habilidades para hacer frente al estrés $p = ,003$.

Tabla 7 Grupo de Habilidades sociales de los estudiantes pre y post intervención

| Prueba de muestras emparejadas | | | | | | | | | |
|--------------------------------|---|-------------------------|------------------|----------------------|--|----------|--------|----|------------------|
| | | Diferencias emparejadas | | | | | | | |
| | | Media | Desv. Desviación | Desv. Error promedio | 95% de intervalo de confianza de la diferencia | | t | gl | Sig. (bilateral) |
| | | | | | Inferior | Superior | | | |
| Par 1 | Primeras habilidades sociales pre y post intervención | -5,275 | 5,914 | ,935 | -7,166 | -3,384 | -5,641 | 39 | ,000 |
| Par 2 | Habilidades sociales avanzadas pre y post intervención | -2,550 | 5,643 | ,892 | -4,355 | -,745 | -2,858 | 39 | ,007 |
| Par 3 | Habilidades sociales relacionadas con el manejo de sentimientos pre y post intervención | -3,725 | 5,675 | ,897 | -5,540 | -1,910 | -4,151 | 39 | ,000 |
| Par 4 | Habilidades alternativas a la agresión pre y post intervención | -3,800 | 6,556 | 1,037 | -5,897 | -1,703 | -3,666 | 39 | ,001 |
| Par 5 | Habilidades para hacer frente al estrés pre y post intervención | -5,200 | 10,201 | 1,613 | -8,462 | -1,938 | -3,224 | 39 | ,003 |
| Par 6 | Habilidades de planificación pre y post intervención | -4,575 | 7,632 | 1,207 | -7,016 | -2,134 | -3,791 | 39 | ,001 |

Nota: Se observa diferencias significativas en habilidades sociales después de la intervención

El presente surge ante la necesidad de implementar estrategias metodológicas en el área de educación física y evidenciar que tras su aplicación generan beneficios en el desarrollo de habilidades sociales en niños y adolescentes.



Tras la intervención se evidencia que efectivamente existen cambios significativos en las habilidades sociales tras la aplicación de dicha estrategia, existiendo un p valor de inferior a 0.05 en todos los grupos de habilidades sociales. Es así que autores demuestran que efectivamente los juegos cooperativos inciden significativamente en la mejora de las habilidades sociales. Y esta concuerda con la investigación denominada “Juegos cooperativos y habilidades sociales en niños del II ciclo de la Institución Educativa Alfredo Bonifaz, Rímac en el cual afirman que existe relación positiva muy alta ($r=0,980$) y significativa ($p=0,000$) entre los juegos cooperativos y las habilidades sociales en 91 niños. Por su parte Cuesta et al., (2016) desarrolla una investigación cuasi experimental, utilizando un grupo control y un grupo experimental, en el que aplica una propuesta didáctica de juegos motores cooperativos, por lo que dentro de los resultados muestran que el grupo experimental ha mejorado en habilidades sociales con adultos e iguales, y por otro, que dicho grupo ha mejorado en relación al dominio psicomotor. En ese sentido Navarro (2019), desarrolla un estudio en el cual analizó el efecto de una intervención constituida por juegos cooperativos sobre las conductas prosociales a través de un estudio cuasiexperimental pre y post sin grupo control, por lo que evidencia efectos en diferentes destrezas y sobre la Habilidad Social ($p = .002$).

Evidentemente los resultados de otras investigaciones apuntan a que los juegos cooperativos en Educación Física contribuyen a forjar una conciencia colectiva dispuesta a identificar cooperación con éxito y abierta a la formación en valores (Rodríguez, 2020). Es importante destacar que los juegos cooperativos no solo pueden ser aplicados en la rama de la educación física, sino también en otras áreas, por ejemplo autores señalan que los juegos cooperativos en las ciencias sociales, potencien el trabajo en equipo, negociación, habilidades sociales o pensamiento crítico, demostrado ser una potente herramienta educativa y que trabaja valores esenciales de las sociedades democráticas. (Filipi & Ixone, 2015).

Por su parte Osornio (2016) detalla que la aplicación de juegos cooperativos en estudiantes de secundaria debe ser considerada como una estrategia de intervención que ayuda a la mejora de una convivencia escolar armónica para una paz duradera, ya que la participación de estas actividades genera placer, son motivantes y atractivas (pp. 415-431).



Tenorio et al., (2017), mencionan que aplicar de juegos cooperativos, en los niños, fomentar las actividades grupales actitudes de confianza, colaboración y solidaridad, alcanzando objetivos comunes de manera participativa, ejercitan y entrenan al niño para las exigencias de la vida adulta, por otro lado, ayuda a expresarse, y facilita la liberación emocional del niño.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Arranz, E. (7 de Julio de 1993). Orientación Andújar. Obtenido de https://www.orientacionandujar.es/wp-content/uploads/2017/09/juegos_cooperativos_y_sin_competicion_para_infantil.pdf
- Bocanegra Rodriguez, L. E. (2021). Juego cooperativo y la incidencia en habilidades sociales en niños de 5 años de la I.E.I. Dominguito Savio, Jesús María.
- Brown, G. (1992). SIIDCA Catalogo Centroamericano. Obtenido de <https://catalogosiidca.csuca.org/Record/UCR.000322038/Similar#holdings>
- Dongil, E., & Cano, A. (2014). Docsity. Obtenido de https://www.docsity.com/es/guia-de-habilidades-sociales/4509622/?src=social_login
- Fernandez, J. (junio de 2002). ResearchGate. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/262048010_LA_AUTOESTIMA_LA_EDUCACION_FISICA_ACTUAL_Y_EL_APRENDIZAJE_COOPERATIVO
- Flores Benalcazar, I., Verduga Shiguango, H. A., Gallo Cando, K. M., Gallo Calero, G. Y., & Gallo Calero, J. L. (2024). El juego cooperativo en el desarrollo de habilidades sociales: Una revisión bibliográfica . MENTOR Revista De investigación Educativa Y Deportiva , 3(7), 166–186. <https://doi.org/10.56200/mried.v3i7.6723>
- González Moreno, Alba, & Molero Jurado, María del Mar. (2023). Recursos de intervención para trabajar las habilidades sociales con adolescentes: Revisión sistemática cualitativa. Revista mexicana de investigación educativa, 28(98), 863-886. Epub 02 de octubre de 2023. Recuperado en 26 de agosto de 2025, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-66662023000300863&lng=es&tlng=es



- Gillies, R. (24 de Diciembre de 2010). The British Psychological Society. Obtenido de <https://bpspsychub.onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1348/000709905X52337>
- Gomez, L. P. M. (2021). Characterization And Possible Disorders In The Implementation Of Social Skills University Student's Victims Of The Armed Conflict In Boyaca, Colombia. *Revista Colombiana De Ciencias Sociales*, 12(2), 537-562.
- Jaqueira, A. R., Otero, L., Lavega, P., Araújo, P., & Rodriguez, M. (30 de Enero de 2014). ResearchGate. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/273711599_Educando_para_la_paz_jugando_Genero_y_emociones_en_la_practica_de_juegos_cooperativos_competitivos
- Jiménez, C. A. (2008). Books Google. Obtenido de https://books.google.com.ec/books?id=D2a3lCYTfIIC&pg=PA4&source=gbs_toc_r&cad=3#v=onepage&q&f=false
- Leyva, A. M. (2011). Repositorio Institucional- Pontificia Universidad Javeriana. Obtenido de <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/6693/tesis165.pdf>
- López , García , Peñuela, Mojas, Pérez, & Rueda. (2023). Cuestionando algunos tópicos en Educación Física: la estructura de sesión y los juegos como recurso didáctic. *Revista La Peonza*, 6-9.
- Mairal-Llebot, M., Orús, M. L., & Cosculluela, C. L. (2022). El juego cooperativo e inclusivo en los recreos como impulsor del desarrollo de habilidades sociales en la infancia. *Diálogos pedagógicos*, 20(40), 149-162.
- Manjón, D., & Lucena, M. (2010). DUGiDocs. Obtenido de <https://dugi-doc.udg.edu/bitstream/handle/10256/2762/235.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Mansilla, P., & Abellán Hernández, J. (2021). Juegos cooperativos-sensibilizadores para mejorar las actitudes hacia la discapacidad en educación física en educación primaria. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 8(1), 60-80. <https://doi.org/10.17979/sportis.2022.8.1.8640>
- Martín , N., Mojas, M. I., & Gil , J. A. (Febrero de 2015). Dialnet. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5710905>



- Mero, M. J. (27 de Julio de 2015). Repositorio Universidad Estatal Peninsula de Santa Elena. Obtenido de <https://repositorio.upse.edu.ec/bitstream/46000/2782/1/UPSE-TEP-2015-0069.pdf>
- Moreno, A. G., & Jurado, M. D. M. M. (2022). Las habilidades sociales y su relación con otras variables en la etapa de la adolescencia: una revisión sistemática. *Revista iberoamericana de psicología*, 15(1), 113-123.
- Navarro, V. (2002). Dialnet. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=23346>
- Olivera, E. (1973). Universidad Pedagógica Nacional Unidad Ajusco . Obtenido de Catalogo de la Biblioteca "Gregorio Torres Quintero": <https://sibi.upn.mx/cgi-bin/koha/opac-ISBDdetail.pl?biblionumber=106351>
- Omeñaca, R., Ruíz, J., & Omeñaca, J. Á. (Enero de 2000). ResearchGate. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/39133932_Juegos_cooperativos_y_Educacion_Fisica
- Omeñaca, R., & Ruiz, J. V. (2005). *Juegos cooperativos y educación física*. Editorial Paidotribo.
- Orlick, T. (2006). *Cooperative games and sports: Joyful activities for everyone*. . Human Kinetics.
- Orlick, T., Garcia, I., & Martínez, M. (1990). Dialnet. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=157426>
- Oses, R. M., Duarte, E., & Pinto, M. (18 de Marzo de 2016). SciELO. Obtenido de <https://www.scielo.org.mx/pdf/redie/v18n3/1607-4041-redie-18-03-00176.pdf>
- Phillips, L. (1978). APA PsycNet. Obtenido de <https://psycnet.apa.org/record/1980-71348-000>
- Quiñonez, K., & Andrade, J. R. (1 de Junio de 2018). Universidad Técnica de Ambato. Obtenido de <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/28119/1/0503688640%20%20Katerine%20Del%20Roci%20%20Qui%20%20Qui%20%20Qui.pdf>
- Regodón, P. (Noviembre de 2009). Academia.edu. Obtenido de https://www.academia.edu/36126223/APRENDICES_Y_MAESTROS_UN_LIBRO_DE_OBLIGADA_LECTURA_PARA_LOS_QUE_NOS_DEDICAMOS_A_LA_ENSE%20%20ANZA
- Roca, M. (1999). Col-legi Oficial de Psicologia de Catalunya. Obtenido de <https://psycnet.apa.org/record/1980-71348-000>



- Rodríguez, R. C. E., Aguilar, E. M. E., & García, R. (2018). Habilidades sociales en adolescentes institucionalizados: Una intervención con juego grupal.
- Ruiz, J. O. (2019). Juegos cooperativos en educación física. Badalona: Editorial Paidotribo.
- Torpoco , E. I. (10 de Julio de 2018). DSPACE. Obtenido de <https://apirepositorio.unh.edu.pe/server/api/core/bitstreams/edc8cc9e-1f84-4a66-8faa-448dd550c1a5/content>
- Velázquez, C. (2015). Educación física y juegos cooperativos: Una propuesta para la inclusión y la convivencia. *Revista Internacional de Deportes Colectivos*, 25, 45-58.
- Velázques, C. (1 de Febrero de 2004). EF En Primaria. Obtenido de https://www.educacionfisicaenprimaria.es/uploads/4/2/1/3/4213158/las_actividades_f%C3%ADsicas_colaborativas.pdf
- World Health Organization. (2019, October 8). Foster socio-emotional life-skills in young people. <https://www.who.int/initiatives/live-life-initiative-for-suicide-prevention/foster-socio-emotional-life-skills-in-young-people>
- Zavala, M. A., Valadez, M., & Vargas, M. (10 de Noviembre de 2017). *Electronic Journal of research in Educational Psychology*. Obtenido de <https://ojs.ual.es/ojs/index.php/EJREP/article/view/1291/1367>

