

Los juegos tradicionales y el desarrollo de habilidades sociales en la Generación Alpha

Josselyn Lizeth Revelo-Yunga²⁴

josselynrevelo97@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0009-6831-0455>

Silvia Cristina Saldaña-Otero²⁵

crisaldana1224@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0009-4779-100X>

Artículo recibido en junio 2024 y aceptado en noviembre de 2025

Resumen

En Ecuador, los juegos tradicionales han sido fundamentales en la infancia, pero hoy varios niños y niñas de la Generación Alpha muestran un menor conocimiento de estas prácticas. Juegos como el elástico o saltar la cuerda, son mucho más que actividades recreativas, pues fomentan habilidades sociales cruciales para el crecimiento y desarrollo de los niños y niñas. Sin embargo, solo un pequeño porcentaje de estudiantes los practica de forma regular en la escuela. La exposición temprana a dispositivos móviles ha reducido las interacciones cara a cara, afectando negativamente el desarrollo de estas habilidades. Por ello, equilibrar el uso de tecnología y juegos tradicionales es clave para asegurar un desarrollo integral adecuado.

Palabras clave: juegos tradicionales, generación alfa, habilidades sociales, desarrollo integral y tecnología.

24 Magíster en Educación Básica por la Universidad Estatal de Milagro y Licenciada en Ciencias de la Educación con mención en Educación Parvularia, especializada en Educación Inicial I, II y Preparatoria.

25 Magíster en Intervención Psicosocial por la Universidad Estatal de Milagro y Psicóloga Clínica por la Universidad Central del Ecuador, con más de 5 años de experiencia en el ámbito educativo como Coordinadora del Departamento de Consejería Estudiantil DECE.

Traditional Games and the Development of Social Skills in Generation Alpha

Abstract

In Ecuador, traditional games have long been a fundamental part of childhood; yet most children from Generation Alpha are now unfamiliar with them. Rapid social changes and increasing technological dependence have displaced these practices that once strengthened social interaction. Games such as el elástico or jump rope—are much more than recreational activities, as they foster crucial social skills essential for children’s growth and development. However, only a small percentage of students regularly practice them at school. Early exposure to mobile devices has reduced face-to-face interactions, negatively affecting the development of these skills. Therefore, balancing the use of technology and traditional games is key to ensuring well-rounded, holistic development.

Keywords: traditional games, Generation Alpha, social skills, holistic development, technology.

Introducción

Generación Alpha: Conectados Digitalmente, ¿Desconectados Socialmente?

El presente artículo tiene un enfoque bibliográfico y documental. Se centra en la hipótesis de que los juegos tradicionales pueden desarrollar las habilidades sociales de la generación Alpha.

Comprender a la Generación Alpha y analizar cómo la tecnología influye en el desarrollo de sus habilidades sociales es fundamental en el contexto educativo actual. Esta generación, nacida en la era digital, enfrenta desafíos únicos que pueden influir en su capacidad para interactuar socialmente de manera efectiva.

A partir de esta hipótesis, es importante definir las habilidades sociales como el conjunto de competencias que permiten a las personas interactuar de manera efectiva y apropiada con los demás, facilitando la comunicación, el entendimiento mutuo y la resolución de conflictos. Como lo menciona Monjas (2020), las habilidades sociales son “conductas o destrezas sociales específicas requeridas para ejecutar competentemente una tarea de índole interpersonal. Constituyen un conjunto de comportamientos interpersonales complejos que se ponen en juego en la interacción con otras personas” (p. 28).

Estas habilidades son cruciales en múltiples escenarios. En el ámbito personal, son esenciales para establecer relaciones interpersonales saludables y satisfactorias. En el entorno educativo, las habilidades sociales fomentan la integración social de las y los estudiantes, promoviendo un clima escolar positivo y contribuyendo al éxito académico.

“Las habilidades sociales influyen directamente en el desarrollo de una personalidad bien estructurada y madura, permitiendo que la persona pueda enfrentar adecuadamente sus circunstancias sociales” (Méndez, et al., 2025, p. 27). Es por esto que los niños, niñas y adolescentes con habilidades sociales bien desarrolladas tienden a enfrentar mejor los desafíos sociales y a participar activamente en actividades escolares; esto fortalece su autoestima y bienestar emocional.

Una vez reconocida la importancia de las habilidades sociales, surge una pregunta clave: ¿Cómo se desarrollan estas habilidades? Investigaciones recientes confirman que los juegos tradicionales fomentan significativamente la cooperación, la empatía y la comunicación en niños y niñas, fortaleciendo sus habilidades sociales y facilitando su integración social en contextos educativos y comunitarios (Guardamino & Silvia, 2024; Guerrero & Gonzales, 2022; Tsamitrou & Plumet, 2023). Los estudios coinciden en que la aplicación de juegos tradicionales genera resultados positivos frente a las dificultades actuales en el desarrollo de dichas habilidades.

Estos estudios corroboran la eficacia de los juegos tradicionales como estrategia para potenciar las habilidades sociales en la infancia,

promoviendo la interacción, cooperación y respeto de normas en diferentes contextos educativos. Los resultados son muy alentadores, ya que hay un claro cambio en el comportamiento de los/as estudiantes antes y después de jugar.

Lastimosamente en la actualidad, los juegos han sido reemplazados por dispositivos móviles y pantallas, acarreando consecuencias devastadoras para la infancia. “El desplazamiento de los juegos tradicionales hacia el uso excesivo de dispositivos móviles en la infancia se asocia con retrasos en el desarrollo del lenguaje, dificultades en la interacción social, aumento de conductas agresivas y problemas emocionales como ansiedad y depresión” (Centro Neuro, 2024, p. 3).

En este punto, es importante preguntarse ¿Cuáles son las razones de que los niños y niñas jueguen menos? Una de las causas principales de esta problemática, se debe al desconocimiento social sobre el valor del juego en la infancia y su impacto en el desarrollo integral de los niños y niñas. Probablemente pocos padres, madres e incluso docentes se han detenido a reflexionar esta pregunta. Con frecuencia, nos limitamos a señalar que la generación Alpha muestra poca tolerancia a la frustración, escasas habilidades sociales o menor compañerismo; sin embargo, describimos el síntoma sin atender la raíz del problema.

En última instancia, es fundamental proporcionar una reflexión crítica sobre cómo la evolución tecnológica está moldeando las habilidades sociales de la Generación Alpha y cómo la aplicación de los juegos tradicionales podría ser una de las respuestas frente a la problemática.

Objetivo General

- Identificar cómo los juegos tradicionales contribuyen al desarrollo de las habilidades sociales en los niños y niñas de la Generación Alpha.

Objetivos Específicos

- Describir las características principales de la Generación Alpha y su relación con el déficit de habilidades sociales.
- Analizar los beneficios pedagógicos de la incorporación de los juegos tradicionales en el contexto educativo.
- Exponer estrategias basadas en juegos tradicionales que favorezcan el fortalecimiento de las habilidades sociales en los niños y niñas de la Generación Alpha.

Los juegos y la generación Alpha

En una investigación reciente Quijije (2021) afirma que “los juegos tradicionales son actividades recreativas que constituyen el reflejo social y cultural del ocio tradicional de la sociedad” (p. 23). Estos juegos se han transmitido de generación en generación, comúnmente a través de la imitación de las prácticas de ocio de padres y madres. Entre los juegos que marcaron la infancia de los Millennials y de la Generación Z en Ecuador se encuentran: el elástico, las rondas, saltar la cuerda, los tazos, países, avanzadas, entre otros.

La Generación Alpha, al ser nativa digital, ha tenido contacto continuo con dispositivos electrónicos. Un estudio reciente señala que “un número significativo de niños posee teléfonos inteligentes (76,3 %) y la mayoría de ellos tiene instaladas aplicaciones de juegos (78,9 %), lo que ha reducido su interés por jugar al aire libre” (Gutiérrez, et al. 2022, p. 309). En efecto, jugar videojuegos suele ser una elección que resulta “en muchas ocasiones” más atractiva que jugar al aire libre por diversos factores como la facilidad de acceso y la mínima planificación que requiere.

Sin embargo, existen otros factores. Según UNESCO (2023):

Cerca de casa, los padres actúan como guardianes que proporcionan oportunidades o barreras al juego infantil al aire libre. A muchos les preocupa el riesgo de que puedan ser víctimas de accidentes de tráfico o secuestrados, a pesar de que datos de la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito indican que las estadísticas de secuestro infantil

han permanecido estables. Las redes sociales alimentan estas preocupaciones, creando sociedades adversas al riesgo. Las investigaciones han confirmado un aumento progresivo de la supervisión parental y de las conductas sobreprotectoras. (p. 36)

Después de analizar estos factores, resulta injusto atribuir la responsabilidad a la Generación Alpha. Sus comportamientos no son una falla individual, sino el reflejo de una sociedad que ya no garantiza espacios seguros para que niños y niñas jueguen libremente en la calle o en los parques sin exponerse a riesgos. En un mundo globalizado y cada vez más competitivo, también es comprensible que los juegos que marcaron la infancia de madres y padres hayan dejado de ser una prioridad en la dinámica familiar actual, especialmente cuando el tiempo de calidad disponible es cada vez más escaso.

Si bien esta es la realidad del entorno familiar, resulta igualmente crucial analizar el contexto escolar. De acuerdo con Quijije (2021), cuando se preguntó a los estudiantes con qué frecuencia realizan juegos tradicionales en su escuela, el 12% respondió “siempre” y el 88% “a veces” (p. 6). Aunque la mayoría afirma conocer estos juegos, su práctica es limitada, lo que plantea una interrogante relevante: ¿qué hacen los niños y niñas durante el recreo? Estos resultados indican que el profesorado no está incorporando de forma suficiente los juegos tradicionales en el aula, lo cual resulta preocupante, pues estas prácticas son fundamentales tanto para la identidad cultural como para el desarrollo social de la infancia.

De acuerdo con Ardila-Barragán (2022)

Los juegos tradicionales representan una herramienta lúdica que permite al estudiante tener un acercamiento a los valores sociales, tanto en el contexto educativo como en su propio entorno, debido a que, a través de la interacción que tiene lugar durante el desarrollo de dichas prácticas, los participantes expresan diversas emociones y pensamientos, teniendo claro el respeto a las diferencias y las decisiones de los demás. (p. 8)

Es decir, los juegos exponen a los niños y niñas a diversas situaciones que les permiten salir de su zona de confort y experimentar emociones que los llevan a aprender y aplicar habilidades sociales que en el contexto virtual no se desarrollan, ya que las aplicaciones suelen estar programadas para satisfacer al usuario.

El juego es indispensable en la vida de los niños y niñas. De acuerdo con los resultados de la investigación realizada por Quijije (2021) hay cinco habilidades sociales primordiales que se desarrollan en los infantes después de la aplicación de mencionados juegos, estas son: interacción social, empatía, trabajo en equipo, comunicación y resolución de conflictos. La investigación referida llegó a la siguiente conclusión:

Con respecto a la pregunta ¿cuál es la habilidad social más desarrollada con los juegos tradicionales?, el 53% respondió las habilidades básicas de interacción social, el 31% las habilidades para hacer amigos y el 16 % las habilidades relacionadas con sentimientos, emociones y opiniones. Se infiere según el criterio de los encuestados que las habilidades básicas de interacción social son las más desarrolladas con los juegos tradicionales. (Quijije, 2021, p. 5)

Tras lo mencionado, es necesario subrayar la importancia de las habilidades sociales en los niños y niñas. Calsina et al., (2016) destaca que las habilidades básicas de interacción social, habilidades para concebir amistades, habilidades comunicativas; habilidades vinculadas con sentimientos, emociones y opiniones, son de vital importancia para las y los estudiantes, ya que son necesarias para crear relaciones interpersonales. En su teoría sociocultural el afamado psicólogo Vygotsky (1978) afirma que “El conocimiento es intrínsecamente social, y la interacción con otros influye en cómo una persona piensa e interpreta su entorno.” (p. 114). En lo expuesto antes, se evidencia la importancia del juego y las habilidades sociales, ya que son parte del bienestar: psicológico, social, emocional, cognitivo y físico de los niños. Como conclusión, un niño/a que no juega es un niño/a que puede presentar dificultades para desarrollar sus habilidades.

Habilidades de comunicación

“Las habilidades comunicativas son un conjunto de procesos lingüísticos que se desarrollan durante la vida, con el fin de participar con eficiencia y destreza en todas las esferas de la comunicación y la sociedad humana” (Konrad Lorenz, 2025, p. 1). Esta definición destaca que estas habilidades incluyen hablar, escuchar, leer y escribir, y son fundamentales para desenvolverse en la cultura y sociedad, apoyando la competencia comunicativa.

Además, las habilidades de comunicación comprenden la capacidad de expresarse de manera clara y efectiva en el plano verbal como no verbal, esto incluye habilidades para escuchar activamente, transmitir ideas de manera comprensible, y utilizar el lenguaje corporal adecuado para apoyar el mensaje verbal. La comunicación efectiva es esencial para establecer relaciones sólidas, resolver conflictos y colaborar productivamente en entornos personales y profesionales.

Empatía

“La empatía se define como un proceso psicológico complejo que implica la capacidad de adoptar la perspectiva del otro, comprender y compartir sus emociones, facilitando conductas prosociales y respuestas afectivas orientadas al bienestar ajeno” (Muñoz y Chaves, 2015, p. 12).

Con base en lo mencionado anteriormente, la empatía implica la capacidad de entender y compartir los sentimientos y perspectivas de los demás. Esta habilidad permite establecer conexiones emocionales profundas, mostrar apoyo genuino hacia los demás, y responder de manera sensible a las necesidades emocionales de las personas en nuestro entorno. La comprensión emocional incluye la habilidad de manejar nuestras propias emociones y facilitar relaciones positivas y constructivas.

Asertividad

Ser una persona asertiva implica expresar opiniones, necesidades y deseos de forma clara y respetuosa, reconociendo al mismo tiempo los

derechos y perspectivas de los demás. Esta habilidad es esencial para establecer límites personales, defender nuestros derechos y resolver conflictos de manera constructiva, sin caer en la agresividad ni en la pasividad.

Las habilidades de negociación complementan la asertividad al permitir llegar a acuerdos mutuamente beneficiosos y gestionar diferencias de opinión de manera colaborativa.

Asimismo, García y Pedrosa (2017) refieren que “la asertividad constituye un acto de respeto por igual a uno/a mismo/a y a las personas con quienes se desarrolla la interacción” (p. 89). Por ello, resulta fundamental reconocer que esta habilidad nos permite comunicarnos de manera efectiva y eficaz.

Habilidades de resolución de conflictos

“Las habilidades de resolución de conflictos son aquellas capacidades necesarias para manejar desacuerdos o confrontaciones de manera efectiva, facilitando la comunicación, el entendimiento mutuo y la búsqueda de soluciones satisfactorias para todas las partes involucradas” (Blanco et al., 2024, p. 53).

Además, cabe destacar que la resolución de problemas sociales implica la capacidad de identificar y abordar los desafíos que surgen en las interacciones humanas; esto incluye analizar situaciones complejas, considerar múltiples perspectivas y generar soluciones creativas que promuevan el entendimiento y la colaboración. La resolución de problemas sociales es fundamental para superar obstáculos en las relaciones interpersonales y para promover un clima social positivo y armonioso.

Adaptación social

“La adaptación social es el proceso mediante el cual un individuo ajusta sus comportamientos, actitudes y relaciones para integrarse de manera efectiva y armoniosa en su entorno social” (Kaplan y Szapu, 2019, p. 111).

A esta definición se puede agregar que la adaptación social implica ajustar nuestro comportamiento y respuestas según el contexto social y las necesidades de los demás. Esta habilidad es crucial para navegar eficazmente en diferentes situaciones sociales, adaptarse a nuevas circunstancias y personas, y demostrar resiliencia frente a cambios y desafíos interpersonales. La flexibilidad social también incluye la capacidad de aceptar y aprender de las diferencias individuales y culturales, promoviendo así la inclusión y el entendimiento mutuo en entornos diversos.

¿La generación Alpha presenta un déficit en las habilidades sociales?

Hemos indicado que la generación Alpha es una generación de nativos digitales; el investigador generacional Mark McCrindle referido por Pluas, et al. (2024): “clasifica a los niños nacidos a partir del 2010 como la generación Alpha, quienes son los primeros nativos digitales, y se caracterizan por el alto consumo de contenido multimedia y uso de recursos tecnológicos” (p. 3343). La Generación Alpha es la primera en incorporar el uso del teléfono celular desde la primera infancia, a pesar de que las recomendaciones son claras: “para los niños de 1 año, no se recomienda el tiempo sedentario frente a pantallas (como ver la televisión o videos, jugar videojuegos). Para los niños de 2 años, el tiempo sedentario frente a pantallas no debe ser superior a 1 hora; cuanto menos, mejor” (OMS, 2019, párr. 12).

En este contexto, la experiencia de esta generación se encuentra marcada por la exposición a las pantallas. Este cambio, junto a los efectos de una post-pandemia, han provocado un impacto negativo en los niños y niñas, de acuerdo con Regalado y Medina (2021):

También los niños alfa están expuestos a vivir experiencias que perjudican sus relaciones interpersonales y cambios en los estados de ánimo, como: soledad, inseguridad, ansiedad, timidez, cyberbullying, hacking, sexting y phishing; asimismo, la desconexión con las personas próximas llamado el phubbing. (p. 1)

Según Pluas, et al. (2024) “La generación Alpha ha crecido en un entorno digitalizado, donde las interacciones sociales se realizan principalmente a través de medios virtuales, limitando el desarrollo de habilidades socioemocionales esenciales como la empatía, la comunicación y la autorregulación emocional” (p. 3344). Es decir, esta generación tiende a ser menos sociable y más propensa al aislamiento que las anteriores. La exposición temprana y constante a las pantallas ha desplazado su vínculo con el mundo físico y lo ha sustituido por una conexión artificial: una interacción que parece real en apariencia, pero que está programada algorítmicamente para la satisfacción del usuario.

Esto es importante subrayar: al estar expuestos/as a una inteligencia diseñada principalmente para satisfacer sus deseos, los niños y niñas dejan de enfrentarse a situaciones necesarias para su desarrollo socioemocional como los conflictos, desacuerdos o la negación a alguna de sus peticiones. Esta dinámica produce una generación más propensa a la frustración, con baja tolerancia al fracaso, y con dificultades para empatizar y resolver conflictos. En otras palabras, el desarrollo de sus habilidades sociales se ve limitado pues muchas aplicaciones están programadas para resolver o evitar los conflictos en lugar de permitir que los niños y niñas los afronten por sí mismos/as.

El contenido digital al que niños, niñas y adolescentes están expuestos en redes sociales y plataformas de entretenimiento puede influir en sus habilidades sociales. Las interacciones en línea suelen ser menos estructuradas y más propensas a malentendidos debido a que carecen de las claves contextuales propias del contacto presencial, como el lenguaje corporal o las expresiones faciales. Esta ausencia de señales puede dificultar la capacidad de los niños/as para interpretar adecuadamente las emociones y las intenciones de los demás.

La Dra. Juana Willumsen, coordinadora de la Organización Mundial de la Salud para la obesidad infantil y la actividad física, afirma que: “lo que realmente debemos promover es que los niños vuelvan a jugar. Se trata de potenciar el tiempo de juego en detrimento del tiempo dedicado a actividades sedentarias, protegiendo al mismo sueño” (OMS, 2019, párr. 6). Además, el tiempo dedicado a dispositivos electrónicos a menudo se traduce en menos tiempo para actividades al aire libre y

juegos tradicionales, que históricamente han sido fundamentales para el desarrollo de habilidades sociales en la infancia. De acuerdo con Ardila-Barragán (2022):

[...] se observa que los juegos tradicionales representan una herramienta lúdica, que permite al estudiante tener un acercamiento a los valores sociales, tanto en el contexto educativo como en su propio entorno, debido a que, a través de la interacción que tiene lugar durante el desarrollo de dichas prácticas, los participantes expresan diversas emociones y pensamientos, teniendo claro el respeto a las diferencias y las decisiones de los demás. (p. 8)

Por último, el aumento de la automatización y la inteligencia artificial en muchos aspectos de la vida diaria puede influir en cómo esta generación se relaciona con el mundo que le rodea; la dependencia de la tecnología para la interacción social y el entretenimiento podrían potencialmente reducir las oportunidades para desarrollar habilidades sociales profundas y duraderas las cuales son fundamentales para establecer relaciones significativas y colaborar eficazmente en el entorno en el cual se desenvuelven.

Aunque la tecnología ofrece numerosos beneficios, también plantea desafíos significativos para el desarrollo de habilidades sociales, es fundamental que familias, docentes y la sociedad en general consideren estas dinámicas y trabajen activamente para fomentar un equilibrio saludable entre el uso de la tecnología y las interacciones sociales tradicionales que son cruciales para el desarrollo integral de los niños y niñas.

¿Cómo desarrollan las habilidades sociales los juegos tradicionales?

Según Montenegro (2024), “El juego es el principal medio que poseen los niños para establecer sus primeras relaciones, ya que asimilan actitudes positivas como saludar al entrar a un lugar, compartir objetos o experiencias, y dejar que los demás expresen sus puntos de vista” (p.13). De este modo, el juego se vuelve indispensable en la primera infancia pues contribuye a que los niños y niñas comprendan conceptos

abstractos como las normas sociales, que en los primeros años no pueden entenderse por sí solas. De acuerdo con los postulados de Piaget, el niño es un “prisionero de su posición mental”; es decir, antes de los cinco años tiende a interpretar el mundo únicamente desde su propia perspectiva. No se nace con habilidades sociales, sino que estas se adquieren progresivamente a través de la interacción con los demás. En este sentido, los niños/as deben estar expuestos/as de manera constante a experiencias de socialización, como los juegos tradicionales, que permiten desarrollar habilidades sociales que pueden aprenderse eficazmente mediante la práctica lúdica.

En su investigación Salamanca (2012) concluye que:

Es imprescindible proporcionar al juego el significado, el manejo correcto y la relevancia que tiene como proceso de aprendizaje en niños y niñas durante las primeras etapas de desarrollo porque se logran alcanzar múltiples destrezas a nivel cognitivo, corporal, social y comunicativo. (p. 6)

En la actualidad existen varias investigaciones que han demostrado excelentes resultados en cuanto a la aplicación de juegos tradicionales y el desarrollo de habilidades sociales. De acuerdo con Kcacha y Rojas (2021):

Después de realizar los juegos tradicionales a 25 niños y niñas de 4 años, se hizo una evaluación post test, donde el 88.2% (15) de los niños (as) presentaron un nivel alto de habilidades básicas. Asimismo, el 11.8% (2) presentaron sus habilidades básicas en un nivel medio. Esto significa que los juegos tradicionales desarrollan las habilidades básicas que deben tener todos los niños de cuatro años, porque es allí donde pueden aprender más, por la facilidad de captación y recepción de las acciones que pueda observar o escuchar (p. 60).

Como se puede evidenciar, los juegos tradicionales marcan una diferencia antes y después de su aplicación, sin lugar a duda, los infantes aprenden a comunicarse entre sí y a armar estrategias en equipo; también aprenden empatía, asertividad y resolución de conflictos.

Ejemplos de juegos

Un puente se ha caído: En este juego, dos niños forman un “puente” tomándose de las manos y cada uno adopta el papel de la fruta que más le gusta, por ejemplo, manzana o pera. Mientras los demás participantes pasan por debajo del puente cantando, los dos niños mantienen sus frutas como opciones visibles. Cuando la canción termina y el puente baja, el niño que queda atrapado debe elegir entre las dos frutas representadas. Su elección determina el equipo al que se unirá, ya que los equipos no existen al inicio, sino que se van formando conforme cada niño/a es atrapado y selecciona la fruta que prefiere.

Habilidades sociales: trabajo en equipo, al momento de seleccionar estratégicamente a sus compañeros/as; comunicación y resolución de conflictos, al momento en que cada representante debe convencer a sus compañeros/as de unirse a su equipo.

Las ollas: este juego consiste en formar grupos de tres integrantes, de los cuales, el del medio adoptará una posición de olla encantada, para lo cual se colocará en cuclillas, mientras mete sus manos entre las piernas. Los dos integrantes restantes, serán el comprador y vendedor, quienes dirán el siguiente diálogo:

Comprador: Pum, pum
Vendedor: ¿Quién es?
Comprador: Yo
Vendedor: ¿Qué desea?
Comprador: Un sartén
Vendedor: Mire, esta nuevito

Los dos integrantes empezarán a balancear al niño/a que adoptó posición de olla, mientras dicen los meses del año, gana el integrante que más resista ser balanceado.

Habilidades sociales: empatía, los/as estudiantes que sostienen a su compañero/a son conscientes de que no pueden soltarlo, ya que eso podría lastimarlo; trabajo en equipo, los niños y niñas realizan movimientos coordinados mientras balancean a su compañero/a y cantan.

Elástico: este juego consiste en que dos niñas o niños se colocan un elástico en los tobillos, rodillas, cintura, hombros y orejas, según requiera la complejidad, mientras una o más integrantes realizan saltos rítmicos dentro y fuera del elástico entonando una canción.

Habilidades sociales: empatía y asertividad, cuando las niñas motivan a sus compañeras a realizar los saltos a medida que la complejidad aumenta; comunicación, ya que en este juego no hay competencia, lo que fomenta un diálogo constante entre las participantes.

Se han mencionado unos pocos ejemplos, de la amplia variedad de juegos con los que cuenta nuestro país. Recordemos, la práctica de juegos tradicionales ecuatorianos en entornos comunitarios crea un ambiente propicio para el aprendizaje social y emocional, las y los participantes no solo aprenden las reglas y técnicas de cada juego, sino que también internalizan normas sociales como el respeto mutuo, la equidad y la aceptación de las diferencias individuales. Esto contribuye a la formación de relaciones interpersonales sólidas y a la construcción de redes de apoyo dentro de la comunidad, fortaleciendo así el tejido social y la cohesión grupal.

Asimismo, Ramírez y Vallejo (2022) en su investigación manifiestan que:

Los juegos tradicionales aportan diferentes habilidades y conductas comportamentales mediante la expresión física, motora y psicológica, ya que estos poseen variables y se pueden ejecutar de forma individual o colectiva dando así un aporte cultural, regional y familiar, puesto que estos juegos son transmitidos de generación en generación y aún más por décadas, dejando así su objetivo principal que es jugar, divertirse y pasar momentos agradables por medio de la didáctica de enseñanza y aprendizaje (mientras juegan aprenden y desarrollan sus habilidades sociales). (p.123)

Recomendaciones y orientaciones para educadores y/o cuidadores

1. Se sugiere planificar actividades lúdicas creando horarios semanales o mensuales dedicados exclusivamente a actividades de juegos tradicionales en clase, recreo o eventos sociales. Además, estos juegos podrían incluirse en jornadas temáticas, como el “Día de los Juegos Tradicionales”, para resaltar su importancia y valor cultural.
2. Se recomienda adaptar los juegos tradicionales al contexto actual, aportar a los mismos variaciones para hacerlos más atractivos y relevantes para las nuevas generaciones, manteniendo su esencia. Finalmente, integrar elementos tecnológicos como aplicaciones o recursos multimedia para enseñar reglas o documentar actividades.
3. Se insta a involucrar a la comunidad y fomentar la transmisión intergeneracional. Se puede considerar invitar a familiares y personas adultas de la comunidad para que enseñen a los niños y niñas juegos tradicionales, fortaleciendo los vínculos sociales.
4. Es conveniente proporcionar espacios seguros y accesibles para el juego tradicional en escuelas, parques o centros comunitarios, y utilizar materiales sencillos y accesibles para que todos los niños y niñas puedan participar sin barreras de ningún tipo.
5. Se exhorta a incorporar los juegos tradicionales como herramienta pedagógica, utilizándolos para enseñar valores como la cooperación, la empatía y el respeto a los acuerdos de convivencia. Finalmente, vincular los juegos con objetivos educativos, como el desarrollo de habilidades motoras, matemáticas o sociales, según el tipo de juego.

A modo de conclusión

Los juegos tradicionales son una herramienta óptima para contrarrestar las dificultades asociadas al desarrollo de habilidades sociales observadas en la generación Alpha. Además de enriquecer el sentido de pertenencia, brindan a los y las estudiantes la oportunidad de comunicarse de manera

asertiva y empática, fomentan la resolución de conflictos por sí mismos mientras arman estrategias, y permiten que los niños y niñas se alegren por sus compañeros/as y manejen mejor la frustración. Sin lugar a duda, tanto docentes como familias pueden contribuir con su compromiso a promover activamente los juegos tradicionales, reduciendo el tiempo de exposición a pantallas y fortaleciendo las relaciones interpersonales. Es importante recordar que un niño o niña que juega, será en el futuro, una persona adulta feliz y con hábitos saludables.

Referencias

- Ardila-Barragán, J. N. (2022). *Juegos tradicionales: aportes al desarrollo sociocultural en contextos educativos rurales*. *Revista Digital: Actividad Física y Deporte*, 8 (1), e2152. <https://doi.org/10.31910/rdafd.v8.n1.2022.2152>
- Blanco, MA, Arocutipa, G., Guzmán, R., & Blanco, M. (2024). *Habilidades sociales y resolución de conflictos en el contexto de la educación secundaria*. *Revista San Gregorio*, 1(Especial 1), 51–59. https://doi.org/10.36097/rsan.v1iEspecial_1.2804
- Calsina, W., Flores, E., García, M., & Yupuchura, A. (2016). *Las habilidades sociales y la comunicación interpersonal de los estudiantes de la Universidad del Antiplano*. *Comunicación*, 7(2), 5.
- Centro Neuro. (2024). *Impacto negativo del uso de dispositivos digitales en el desarrollo de los niños y niñas*. *Neurocentro*. <https://neurocentro.com/uso-de-dispositivos-digitales-e-impacto-negativo-en-el-desarrollo-de-los-ninos-y-ninas/>
- Fermoso, D., Cruzes, G., & Ruiz, E. (2019, octubre). *Habilidades sociales en niños de primaria*. *IE Revista de Investigación Educativa de la REDIECH*, 10(19), 191-206. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8103263>
- García, C., & Pedrosa, E. (2017). *Habilidades sociales*. *Revista salud y ciencias*, 1(2), 8-15. Universidad de Valladolid. https://www.academia.edu/6283011/Habilidades_sociales

- Guardamino, S., & Silvia, M. (2024). *Influencia de los juegos tradicionales en el desarrollo de habilidades sociales en niños de cinco años*. *Revista de Educación Infantil*, 10(2), 12–20.
- Guerrero, L. y Gonzales, F. (2022). *Juegos tradicionales y socialización infantil: un estudio exploratorio*. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 54(1), 55-63.
- Gutierrez, A. T., Guzman, N. G., Ramos, R., & Uylengco, J. K. A. (2022). *The empirical change of playing habits among children*. *International Journal of Multidisciplinary: Applied Business and Education Research*, 3(2), 303–317. <https://doi.org/10.11594/ijmaber.03.02.15>
- Kaplan, H., & Szapu, M. I. (2019). *La influencia del entorno social en la vivencia psíquica de la persona*. En A. Pérez & J. López (Eds.), *Manual de psicología clínica* (pp. 111–128). Editorial Médica Panamericana.
- Kcacha Rafaele, M. D., & Rojas Gonzales, Y. (2021). *Desarrollo de habilidades sociales mediante juegos tradicionales en niños de cuatro años con dificultades de socialización* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Micaela Bastidas de Apurímac]. Repositorio Institucional UNAMBA.
- Fundación Universitaria Konrad Lorenz. (2025, agosto 31). *Las habilidades comunicativas: ¿Qué son?* <https://www.konradlorenz.edu.co/blog/las-habilidades-comunicativas-que-son/>
- Méndez López, Á. J., Hernández De la Y., N. C., & Cabrera Ruiz, I. I. (Año real). *Premisas y reflexiones teóricas para sustentar un programa de formación en habilidades sociales en adolescentes*. *Dilemas Contemporáneos de Educación, Política y Valores*. <https://dilemascontemporaneoseduccionpoliticayvalores.com/index.php/dilemas/article/download/3208/3191/>
- Monjas, M. (2020). *Definición y estudios sobre habilidades sociales*. [Trabajo de investigación, Universidad de Valladolid]. Repositorio UVA. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/54249/TFG-B.%201815.pdf>
- Montenegro Cheza, A. (2024). *Juegos tradicionales para el desarrollo de habilidades sociales básicas en los estudiantes de 11 a 12 años*

de la Unidad Educativa Mariano Suárez Veintimilla de la ciudad de Ibarra [Tesis de licenciatura, Universidad Técnica del Norte]. Repositorio Institucional de la UTN. <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/15826>

Muñoz Zapata, A. P., & Chaves Castaño, L. (2015). *La empatía: ¿un concepto unívoco?* *Katarsis*, 128, 11–27. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5527454.pdf>

Organización Mundial de la Salud. (2019, abril 23). *Para crecer sanos, los niños tienen que pasar menos tiempo sentados y jugar más*. <https://www.who.int/es/news/item/24-04-2019-to-grow-up-healthy-children-need-to-sit-less-and-play-more>

Piaget, J. (1973). *El juicio y el razonamiento en el niño. Estudio sobre la lógica del niño (II)* [Judgement and reasoning in the child. Studies on the logic of the child]. Editorial Guadalupe. (Obra original publicada en 1924).

Pluas, E. L., Carvajal Morales, J., & Carvajal Morales, D. (2024). *Impacto del método mindfulness en el fortalecimiento de habilidades socioemocionales en la generación Alpha*. *Revista Científica Multidisciplinaria*, 8(6), 3341–3357. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i6.15095

Quijije Castro, E. L. (2021). *Juegos tradicionales manabitas y su relación con las habilidades sociales en los estudiantes de básica media* (Tesis de maestría). Repositorio Institucional de la Universidad San Gregorio de Portoviejo. <http://repositorio.sangregorio.edu.ec/handle/123456789/2479>

Ramírez, J., & Vallejo, C. (2022). *Los juegos tradicionales como herramienta didáctica para contribuir en el desarrollo de habilidades sociales en el grado segundo de la Institución Educativa “El Placer” del municipio de Ipiales* (Tesis de pregrado). Universidad CESMAG. <http://repositorio.unicesmag.edu.co:8080/xmlui/handle/123456789/809>

Regalado Chamorro, M., & Medina Gamero, A. (2021). *Salud mental: los niños alfa ante un mundo digital*. *Atención Primaria Práctica*, 3, 100108. <https://doi.org/10.1016/j.appr.2021.100108>

- Salamanca, D. (2012). *Desarrollo de habilidades sociales en niños y niñas de grado cero a través del juego* [Tesis de pregrado, Universidad Pedagógica Nacional]. Repositorio Institucional UPN. <http://repository.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/484/TO-15376.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Simental Chávez, L., & Ríos de Cubilla, R. L. (2023). *La generación alfa o los nativos digitales 100%: ¿Cómo aprenden desde la perspectiva académica?* LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, 4(6), 715–722.
- Tsamitrou, E., & Plumet, C. (2023). *Juegos tradicionales como herramientas pedagógicas para el desarrollo de habilidades sociales en la primera infancia*. Revista de Educación Infantil, 38(3), 14–22.
- UNESCO. (2023). *El Correo de la UNESCO: 50° aniversario de la Convención del Patrimonio Mundial*. Ediciones UNESCO / Publishing for Development Ltd. <https://courier.unesco.org/en/articles/maths-counts>
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher mental processes*. Harvard University Press