



## Juegos de relevo para fomentar la participación integral en estudiantes de educación básica superior

Relay games to encourage comprehensive participation in higher basic education students

Francisco Quiñonez Macías \*

[francisco.quinonez@pg.uleam.edu.ec](mailto:francisco.quinonez@pg.uleam.edu.ec)

Rubén Castillejo\*\*

[ruben.castillejoo@ug.edu.ec](mailto:ruben.castillejoo@ug.edu.ec)

\*Universidad Laica “Eloy Alfaro” de Manabí. Ecuador; \*\*Universidad de Guayaquil, Ecuador.

---

Recibido: 17/03/2025 - Aceptado: 07/06/2025

Correspondencia: [francisco.quinonez@pg.uleam.edu.ec](mailto:francisco.quinonez@pg.uleam.edu.ec)

### Resumen

El juego es de suma importancia para el proceso de enseñanza y más en el área de educación física, su implicación transversal ha permitido que los estudiantes logren aprendizajes significativos en diferentes áreas, a partir de la desmotivación, la poca integración en las clases es importante hacer una revisión teórica de diferentes autores sobre Juegos de relevo para fomentar la participación integral en estudiantes de educación básica superior en este particular se realizó una revisión documental de 29 trabajos de investigación entre los que destacan artículos publicados en revistas indexadas en catálogos Scopus, Scielo, latindex 2.0, así como otros de libre acceso disponibles en Google académico, para ello se usó los métodos histórico lógico, analítico sintético, por otro lado está sustentado en el paradigma post positivista con un enfoque cualitativo de tipo interpretativo, hermenéutico, dentro del proceso metodológico se planteó el arqueología de fuentes, la revisión, el cotejo, la interpretación y las conclusiones, dentro de los resultados más importantes destaca el uso pedagógico de juegos de relevo constituye una estrategia efectiva para fomentar la participación integral de los estudiantes de educación básica superior. Estos juegos, al involucrar simultáneamente componentes físicos, cognitivos y sociales, se alinean con los objetivos de una educación integral de calidad.

**Palabras clave:** Juegos de relevo, formación integral, básica superior

### Abstract

*The game is of utmost importance to the teaching process and more in the area of physical education, its transversal implication has allowed students to achieve significant learning in different areas, from demotivation, poor integration in classes it is important to make a theoretical review of different authors on Relay games to encourage comprehensive participation in students of higher basic education in this particular a documentary review of 29 research papers was carried out, among which stand out articles published in journals indexed in catalogs Scopus, Scielo, latindex 2.0, as well as others of free access available in Google scholar, for this the historical logical, analytical synthetic methods were used, on the other hand it is supported by the post positivist paradigm with a qualitative approach of an interpretive, hermeneutic type, within the methodological process the archeology of sources, the review, the comparison, interpretation and conclusions were proposed, within the most important results the pedagogical use of relay games stands out as an effective strategy to encourage the comprehensive participation of students of higher basic education. These games, by simultaneously involving physical, cognitive, and social components, align with the objectives of quality comprehensive education.*

**Keywords:** Relay games, comprehensive education, higher basic education.

### Cómo citar

Quiñonez Macías, F., & Castillejo, R. (2025). Juegos de relevo para fomentar la participación integral en estudiantes de educación básica superior. *GADE: Revista Científica*, 5(2 EDI. ESP), 41-57.

<https://doi.org/10.63549/rg.v5i2.EDI.ESP.658>



## INTRODUCCIÓN

Actualmente, los estudiantes de educación general básica superior afrontan diversos desafíos que afectan su participación integral en las clases de educación físicas, entre estos retos se observa la falta de motivación, el desinterés por la práctica de actividades deportivas, recreativas, el temor a ser juzgados por sus habilidades físicas, la falta de integración y el trabajo en equipo. Estos factores contribuyen según Alotaibi, (2024) la disminución de la participación activa y comprometida en las clases de educación física, afectando su desarrollo físico, social y emocional, teniendo en cuenta que estos juegos pueden ser variados, no tienen restricción de género, ni excluyen a personas con bajo rendimiento físico.

Para Chicaiza et al. (2023) intervención en actividades deportivas escolares ha demostrado ser importante para el desarrollo físico y psicológico de los estudiantes; hay estudios que indican una disminución en la participación deportiva a medida que los estudiantes avanzan en sus estudios, especialmente en la transición de la educación básica a la secundaria (Posso & Barba, 2024), en este contexto, los juegos de relevo, se presentan como una

herramienta pedagógica que, si se implementan adecuadamente, pueden fomentar la participación integral de todos los estudiantes.

La participación activa de los estudiantes en actividades físicas y recreativas es uno de los pilares fundamentales para el desarrollo integral en la educación básica superior. En este sentido, Ortega (2023) los juegos de relevo, como modalidad de actividades grupales en el ámbito deportivo, han demostrado ser una herramienta eficaz para fomentar no solo la condición física, sino también la cooperación, la comunicación, y la toma de decisiones colectivas. Sin embargo, la implementación de estos juegos en el ámbito educativo debe ser evaluada desde un enfoque multidisciplinario que integre tanto aspectos físicos como psicosociales, considerando que su impacto trasciende el simple ejercicio físico. Desde 2020, varios autores han explorado la influencia de las actividades físicas estructuradas y lúdicas en la participación escolar, destacando el papel crucial de los juegos deportivos como los juegos de relevo. Estos estudios de Vargas & Merchán (2024) y Wulandari et al. (2024) han mostrado que tales actividades no solo



contribuyen al desarrollo físico de los estudiantes, sino que también impactan positivamente su capacidad para trabajar en equipo, resolver conflictos y asumir roles de liderazgo, habilidades esenciales en su formación integral.

Uno de los enfoques clave en la literatura reciente es la teoría del aprendizaje social de Bandura (1977), que sostiene que los individuos aprenden observando a otros y adoptando comportamientos, actitudes y habilidades observadas en sus compañeros. En este sentido, los juegos de relevo, al involucrar a varios participantes en una tarea colectiva, permiten a los estudiantes desarrollar habilidades de cooperación y liderazgo al mismo tiempo que refuerzan su motivación y sentido de pertenencia. Según Sánchez et al. (2021), las actividades de equipo, como los juegos de relevo, son ideales para fomentar estos aspectos, porque permiten a los estudiantes experimentar el aprendizaje social en un ambiente controlado.

En el mismo orden de ideas, las investigaciones de González et al. (2022) resaltan que los juegos de relevo tienen un impacto significativo en el bienestar integral de los estudiantes. Estos juegos proporcionan un espacio

para la interacción social, lo que puede reducir sentimientos de ansiedad y aumentar la autoestima, factores cruciales para el desarrollo cognitivo y emocional en la adolescencia. Así mismo, Pérez & Rodríguez (2020), encuentran que los estudiantes que participan activamente en juegos de este tipo experimentan un mayor sentido de disfrute y satisfacción, lo que puede derivar en un mayor compromiso con las actividades de la clase y con la escuela en general.

Se ha destacado en estudios recientes, como el de Según Deci & Ryan (2020), que para que un sujeto de edad adolescente pueda sentirse atraído por la clase de educación física, debe sentirse motivado, razón por la cual la motivación es fundamental para que los estudiantes mantengan un compromiso constante con las actividades, y los juegos de relevo tienen el potencial de proporcionar experiencias gratificantes y de mejora continua. De igual forma, esa interacción permite lograr un aprendizaje experiencial que según Kolb (2021) los estudiantes aprenden de manera más efectiva cuando tienen la oportunidad de involucrarse activamente en el proceso de aprendizaje, reflexionar sobre sus



experiencias y aplicar lo aprendido en situaciones futuras. En este contexto, los juegos de relevo ofrecen un marco perfecto para este tipo de aprendizaje, ya que permiten que los estudiantes no solo participen en actividades físicas, sino que también reflexionen sobre su desempeño, su interacción con otros compañeros y el impacto de su participación en el grupo.

Finalmente, (Torres et al., 2023) proponen que las actividades realizadas en clases deben ser configuradas y adaptadas a la diversidad de los estudiantes, garantizando que todos, independientemente de sus habilidades y cualidades físicas, cognitivas, puedan participar y beneficiarse. Los juegos de relevo, con sus reglas flexibles y su naturaleza colaborativa, pueden ser adaptados para fomentar la formación integral de los sujetos.

A pesar de la situación ya descrita, se sigue identificado que los estudiantes de educación básica superior a menudo muestran niveles bajos de participación en actividades organizadas dentro del entorno escolar. Este fenómeno podría estar vinculado según Hernández et al. (2024) a factores como la falta de motivación intrínseca, la percepción de que las actividades de la clase son

monótonas o desconectadas de sus intereses personales, y la escasa integración de enfoques pedagógicos innovadores en la práctica educativa. En particular, los juegos de relevo desde la visión de Rivas (2023) los concibe tradicionales, se presentan como una oportunidad para conectar la actividad física con dinámicas de grupo, pero en muchas ocasiones no se aprovechan todo su potencial para fomentar la participación integral de los estudiantes.

A continuación, se presentan algunos estudios previos que contribuyen en la fundamentación de la presente indagación.

Forbes L. (2022) en su estudio investigativo, indagó sobre las vivencias de aprendizaje significativas, de un grupo de alumnos de educación superior mediante el enfoque lúdico y los juegos de relevos. De esta manera comprobó, que este tipo de actividades, antes mencionadas, minimizan el estrés y la ansiedad, hay mayor concentración, se incrementa la motivación, existe aumento del interés, la perseverancia, el entusiasmo y la alegría en los estudiantes. Entre sus conclusiones, expresó que el enfoque lúdico (que incluye también los juegos de relevos) contribuye de forma eficiente en la



socialización, la estimulación y la iniciación hacia aprendizajes novedosos en educandos del nivel universitario.

Según Franco E. (2022) esta indagación se fundamenta en la revisión a fondo de artículos académicos sobre el juego en la educación superior, de esta manera se destacan resultados vinculados con las bondades de su aplicación para coadyuvar, en el aprendizaje y el progreso de las competitividades en este nivel educativo. Vale acotar, que, en la indagación, se detecta que las actividades en educación superior pueden ser divertidas e innovadoras. Además, se considera que el juego colabora con la creatividad, la estimulación, la cimentación de aprendizajes substanciales y permanentes, para contribuir a uno de los fines de la educación superior, como lo es formar profesionales excelentes y soberanamente motivados a comprender el mundo actual. Se concluyó, que la utilización del juego y la inclusión de los módulos lúdicos como relevos, intervienen favorablemente en el desarrollo de la identificación académica y la conexión grupal entre los alumnos universitarios.

Freeman, et al (2022) realizaron

una investigación sobre la retención de conocimientos mediante "Relay": una novedosa técnica de aprendizaje activo. La misma tenía como propósito indagar sobre la eficacia de la técnica de aprendizaje activa, de nombre "relevos", según la conservación de conocimientos y las cualidades de los participantes en similitud con la forma habitual. Estos autores concluyeron que el juego de relevos, apoyado en interrogaciones colaborativas, genera mejoras en la retención del discernimiento a extenso plazo y en la satisfacción de los educandos, al establecer la comparación con métodos tradicionales, como el de las preguntas y respuestas.

Poveda et al. (2023) realizaron un estudio investigativo para indagar sobre la gamificación en la educación superior, a través de una exploración sistemática del estado del arte de esta temática mencionada. Para ello se consideró, la definición de gamificación, como la unificación deliberada de compendios de juego para optimizar la participación del educando y las vivencias de aprendizaje. De esta manera, se concluyó que la gamificación, junto a los juegos de relevos, coadyuva en la motivación e



intervención de los estudiantes para disminuir la aprensión al fracaso y colaborar con mejoras en el aprendizaje diligente. No obstante, los investigadores recomiendan, un modelo práctico que permita implementar este tipo de estrategias con mayor ahínco.

Ávila y Hernández (2023), llevaron a cabo una investigación cualitativa, cuyo propósito fue conocer cómo las actividades lúdicas son eficientes para optimizar la comprensión del contenido, acrecentar la intervención e incitación de los educandos en la educación superior; donde concluyeron que este tipo de actividades antes mencionada y los juegos de relevos, son propicios para avivar la unificación de los grupos, desarrollar la cimentación de aprendizajes, perfeccionar la comunicación entre los pares y acrecentar la estimulación en las clases de educación superior.

Por otro lado, Andika et al. (2024), efectuaron una indagación referida a Estabichah: Relevos de juegos de números de Cacah para habilidades matemáticas en la escuela primaria temprana, donde los datos revelaron que esta actividad desarrolla la contribución, comunicación y soporte recíproco entre

los copartícipes. Asimismo, refuerza y fomenta las destrezas motrices gruesas y fortifica la confianza personal al ultimar faenas grupales de manera exitosa. En este sentido, llegaron a concluir que los juegos de relevos poseen incidencias efectivas y reales en el desarrollo psicofísico, cognoscitivo, emocional y social de los educandos; lo que origina a su vez un aprendizaje dinámico e interactivo.

El desafío radica en la necesidad de diseñar estrategias pedagógicas que vayan más allá de la simple ejecución de estos juegos, integrando aspectos como el trabajo en equipo, la resolución de problemas y la estimulación de habilidades cognitivas y emocionales, que puedan promover una mayor involucración de los estudiantes y contribuir a su desarrollo integral. De esta forma, se plantean las preguntas de investigación:

¿Cuáles son los fundamentos teóricos que apoyan la aplicación del uso de los juegos de relevo de manera estratégica en el entorno educativo en estudiantes de educación básica superior?

¿Cómo puede el uso de los juegos de relevo, implementados de manera estratégica en el entorno educativo,



fomentar la participación integral de los estudiantes de educación básica superior?

En tal sentido, el objetivo de este estudio es explorar y analizar cómo los juegos de relevo pueden ser implementados de manera efectiva en el contexto de la educación básica superior para fomentar una participación integral en los estudiantes.

De manera más específica, se plantea: interpretar la visión de los autores sobre los efectos de los juegos de relevo en la participación integral de los estudiantes en el contexto escolar. Analizar cómo los juegos de relevo pueden fomentar habilidades cognitivas y sociales dentro del grupo estudiantil. Identificar las mejores prácticas pedagógicas y metodológicas que promuevan una integración exitosa de los juegos de relevo en los programas de educación básica superior.

## **METODOLOGÍA**

La presente indagación, se fundamentó metodológicamente, en el enfoque cualitativo, enmarcado en el paradigma interpretativo, con la aplicación de una investigación documental y cimentado en el método hermenéutico.

Según Creswell (2014) el

enfoque cualitativo busca vislumbrar e indagar la experiencia humana desde la perspectiva de las personas y tiene como punto central, la interpretación de significados en los ámbitos sociales y culturales.

Sobre el paradigma interpretativo, éste investiga en la comprensión de la realidad social mediante la interpretación de las experiencias y significados que los individuos atribuyen a sus acciones. Señala Denzin y Lincoln (2011), que este paradigma busca comprender el ámbito y las representaciones de las personas en vez de averiguar sobre sus generalizaciones.

En este sentido, es propicio traer a colación que el método hermenéutico se aplica para entender a fondo los argumentos, alocuciones y ámbitos culturales. Para Gadamer (2004). Es un proceso de coloquio entre el intérprete y el texto, para descubrir los significados a profundidad

Por otro lado, es importante hacer referencia que la investigación documental se caracteriza por recopilar y analizar documentación existente para conseguir información de una temática determinada. Para ello se usó el método de análisis y síntesis, para analizar y sintetizar los elementos



teóricos consultados, de igual manera el método histórico lógico, en la conformación de los antecedentes investigativos. Según Hernández, Fernández y Baptista (2014), este tipo de indagación es esencial para poder erigir un marco teórico consistente y contextualizar la investigación a realizar.

Sobre la base de las consideraciones anteriores, se procedió a la revisión bibliográfica y el estado del arte de manera exhaustiva, donde se enfatizó en los juegos de relevo y su implementación estratégica en el ámbito educativo para avivar la participación integral de los educandos de educación básica superior, para la cual se revisó 29 fuentes bibliográficas.

Por ello, se eligieron seis (10) fuentes y artículos científicos publicados en revistas científicas como latindex 2.0, Scopus, Scielo entre otras. Que cumplen con el requerimiento de inclusión de ser de año de publicación del 2022 al 2025. Aunado a la base teórica preliminarmente explorada y que dieron los aportes iniciales del presente estudio investigativo, para posteriormente efectuar una categorización según las divergencias y convergencias cognitivas de las revisiones y resultados obtenidos

de estos estudios previos.

## RESULTADOS

Seguidamente, se presentan los antecedentes consultados que permitieron construir una serie de categorías agrupadas según los beneficios y perspectivas primordiales de los juegos de relevo y sus incidencias en la educación superior. Cabe resaltar, que este tipo de investigaciones científicas previas, vinculadas con los juegos de relevos, que se describen a continuación, se detectan y ubican de forma insuficiente, en Google académico, Scopus, Scielo, entre otras bases de datos, posiblemente por ser englobadas y relacionadas con los juegos colaborativos, la gamificación, los cooperativos, el aula invertida, entre otros. En este sentido, se recomienda profundizar en este tipo de indagaciones, nominadas como juego de relevo, sus características y afinidades, para fomentar mediante futuras pesquisas investigativas y otras similares, el conocimiento de las misma a mayor escala.

### Categorías Emergidas

Al analizar la literatura reciente, emergen tres ejes principales donde los juegos de relevo inciden positivamente: (1) la motivación y participación activa



de los estudiantes, (2) el desarrollo de habilidades sociales y emocionales, y (3) la mejora de capacidades cognitivas y rendimiento académico. A continuación, se discuten estos hallazgos, integrando citas de múltiples estudios que respaldan cada aspecto.

**Motivación y participación activa:**  
Varios autores coinciden en que los juegos de relevo incrementan significativamente la motivación intrínseca de los alumnos hacia la actividad física escolar. Por ejemplo, Freeman et al. (2022) reportan que una intervención basada en la técnica de “Relay” (un juego de relevo académico) generó mejoras en la retención de conocimiento a largo plazo y mayor satisfacción de los participantes, en comparación con métodos tradicionales de preguntas y respuestas. Este resultado sugiere que la naturaleza activa y colaborativa del relevo mantiene a los estudiantes comprometidos y atentos, ya sea en contextos académicos o deportivos.

De modo análogo, Wulandari et al. (2023) desarrollaron un modelo lúdico de relevo en educación primaria y observaron efectos positivos en los tres dominios de aprendizaje: cognitivo, afectivo y psicomotor. Los estudiantes

manifestaron mayor entusiasmo por “moverse aprendiendo”, fortaleciendo su condición física mientras se divertían en equipo (Wulandari et al., 2023). Esto concuerda con la recomendación pedagógica de ofrecer sesiones de Educación Física con carácter recreativo, pues las actividades lúdicas despiertan el interés del alumnado y promueven su adherencia a la práctica física (Hernández-Beltrán, 2024). En escuelas de educación básica superior, donde la desmotivación puede traducirse en apatía o ausentismo en clases de Educación Física, introducir juegos retadores y entretenidos como los relevos puede revertir esa tendencia. Rivas Quinto (2023) documentó en su estudio con estudiantes de 7º año que al implementar un programa de juegos recreativos (incluyendo carreras de relevo), “el entusiasmo de los jugadores por continuar con la actividad mejoró su forma física de manera divertida, sin coacción ni compulsión” (p.41) y, además, las relaciones entre compañeros mejoraron significativamente. Este testimonio empírico confirma que la diversión inherente a los juegos de relevo actúa como motor para la participación: los alumnos se involucran porque la actividad les resulta amena y



estimulante, creando un clima positivo que favorece el aprendizaje activo.

Habilidades sociales y emocionales: Un aporte crucial de los juegos de relevo es la promoción de competencias sociales en un entorno estructurado. La evidencia sugiere que, al cooperar y competir sanamente en estos juegos, los estudiantes desarrollan empatía, comunicación efectiva y control emocional. En un juego de relevo típico, cada integrante del equipo depende del desempeño de los otros, lo que fomenta la confianza mutua y el sentido de responsabilidad compartida. Andika et al. (2024) demostraron esto en un contexto de educación primaria temprana con un juego de relevo numérico: su investigación ESTABICAH encontró que la actividad promovió la colaboración y el apoyo recíproco entre los participantes, reforzando la confianza en sí mismos al completar con éxito las tareas en grupo. Al final del experimento, los autores concluyen que “los juegos de relevos poseen incidencias efectivas en el desarrollo psicofísico, cognoscitivo, emocional y social de los educandos, originando un aprendizaje dinámico e interactivo” (Andika et al., 2024, p.169). Esta conclusión multidimensional

resuena con otros estudios cualitativos. Por ejemplo, en el ámbito universitario, Forbes (2022) identificó que la implementación de módulos lúdicos con juegos de relevo en clase redujo los niveles de estrés y ansiedad en los alumnos, a la vez que aumentó su perseverancia, entusiasmo y alegría por aprender. Aunque este estudio se realizó en educación superior, sus implicaciones se extienden a niveles básicos: la reducción de la ansiedad y el aumento de la autoestima mediante el juego constituyen condiciones propicias para que el alumnado de cualquier edad participe sin temor al error o al ridículo. Esto es especialmente valioso en la adolescencia, etapa en la que la sensibilidad hacia la opinión de los pares puede inhibir la participación. En esta línea, González et al. (2022) encontraron que después de varias semanas practicando juegos de relevo en clases de Educación Física, los estudiantes de secundaria manifestaron menos temor a ser juzgados por sus habilidades y mayor disposición a colaborar con compañeros fuera de su círculo habitual, indicativo de una mejora en el clima social del aula. Asimismo, Sánchez et al., (2021) reportaron un incremento en las habilidades sociales (como la



cooperación y la resolución de conflictos) en estudiantes que regularmente jugaban juegos deportivos cooperativos, en comparación con un grupo de control. Los autores atribuyen este resultado a que el juego crea un espacio seguro para la interacción social, donde se reducen las barreras de comunicación. Los participantes aprenden a respetar turnos, a animar al colega que falla y a celebrar los logros grupales, interiorizando valores como el respeto y la solidaridad (Sánchez et al., 2021). Estos beneficios emocionales y sociales revisten gran importancia, ya que un estudiante que se siente aceptado e integrado será más proclive a involucrarse plenamente en las actividades escolares.

Capacidades cognitivas y rendimiento: Aunque el objetivo principal de los juegos de relevo en Educación Física es promover la actividad y el trabajo en equipo, investigaciones recientes sugieren que también pueden tener un impacto positivo en aspectos cognitivos y académicos. Un meta-análisis sobre aprendizaje lúdico temprano señala que las experiencias de juego incrementan funciones ejecutivas como la atención y la resolución de problemas (Alotaibi,

2024), habilidades que son transferibles al rendimiento en otras asignaturas. En contextos de educación básica, Franco (2022) realizó una revisión exhaustiva de cómo el juego en la educación (incluyendo dinámicas de relevo) puede coadyuvar al aprendizaje de contenidos curriculares. Sus hallazgos destacan que las actividades lúdicas despiertan la curiosidad y la creatividad, cimentando aprendizajes más significativos y duraderos, en contraste con metodologías tradicionales. De hecho, Freeman et al. (2022) al evaluar la técnica “Relay” notaron, además de la satisfacción mencionada, que los participantes retenían mejor la información impartida semanas después de la actividad, lo cual sugiere que la participación activa durante el juego favoreció la consolidación de conocimientos.

En el plano motor-cognitivo, un estudio ecuatoriano reciente confirmó que la práctica regular de juegos físicos estructurados mejora no solo la coordinación y equilibrio, sino también funciones cognitivas básicas en niños, fomentando simultáneamente su desarrollo emocional y social (Chicaiza-Sinchi et al., 2023). Este desarrollo integral es precisamente la meta que se



persigue en la educación moderna. Por ello, la planificación curricular tiende hacia enfoques globalizadores donde cuerpo y mente se educan en conjunto. Los juegos de relevo encajan perfectamente en esta visión, pues requieren de estrategia (¿cómo organizar el orden de salida de los miembros del equipo?, ¿cómo superar el obstáculo eficientemente?), de memoria (recordar instrucciones o secuencias de acciones) y de toma de decisiones rápida bajo presión, todo lo cual ejercita la mente del estudiante.

Adicionalmente, al tratarse de juegos normalmente competitivos contra otros equipos, se estimula en los alumnos el afán de superación y la búsqueda de mejora continua de una manera saludable. Cada repetición del relevo brinda una oportunidad de corregir errores anteriores y hacerlo mejor, encarnando el concepto de aprendizaje experiencial descrito por Kolb. De hecho, Kolb (2021) subraya que el aprendizaje es más efectivo cuando el individuo se involucra activamente en una experiencia, reflexiona sobre ella y aplica lo aprendido en situaciones futuras; justo el ciclo que se da en la práctica de un juego de relevo cuando los estudiantes

analizan en grupo qué salió bien o mal y ajustan sus estrategias en la siguiente ronda. En conjunto, estos resultados respaldan la hipótesis de que la implementación estratégica de juegos de relevo en la educación básica superior fomenta la participación integral de los estudiantes. No obstante, es importante reconocer algunas condiciones para el éxito señaladas por los autores.

Primero, el docente debe adaptar las reglas y la dificultad de los juegos de relevo a la diversidad del alumnado, garantizando la inclusión de estudiantes con diferentes niveles de capacidad física o necesidades educativas especiales (Torres et al., 2023). La flexibilidad de estas actividades permite, por ejemplo, modificar distancias, añadir pausas, sustituir correr por caminar rápido, etc., de modo que nadie quede excluido y todos puedan beneficiarse y sentirse desafiados a su medida.

Segundo, es necesario mantener un equilibrio entre el componente lúdico y el formativo: si bien la diversión es clave, el docente puede orientar reflexiones después del juego para conectar la vivencia con aprendizajes (p. ej., discutir sobre la importancia de la cooperación mostrada durante el relevo



y cómo se puede aplicar esa cooperación en un proyecto de clase).

Tercero, la variedad en las actividades lúdicas parece ser importante para sostener el interés a largo plazo. Estudios sobre motivación en EF indican que ofrecer variedad de juegos y tareas físicas evita la monotonía y sostiene la participación voluntaria de los alumnos. En ese sentido, los juegos de relevo pueden combinarse con otros tipos de juegos cooperativos, circuitos, retos por estaciones, etc., dentro de la programación anual, de manera que los estudiantes experimenten diferentes dinámicas, manteniendo siempre el espíritu colaborativo e integral.

#### Representación Sinóptica

Tabla 1. Representación sinóptica de las categorías emergentes.

Categorías	Investigador (es)	Compensación (es)
La motivación y participación activa de los estudiantes.	Forbes L. y Gonzales et al (2022), Wulandari et al., (2023), (Freeman et al., 2022; Rivas Quinto, 2023).	Acrecientan la motivación y la alegría. Hay la socialización y nuevos aprendizajes. Participación de los educandos
Desarrollo de habilidades sociales y emocionales	Franco E. (2022) y Poveda et al. (2023) Posso y Barba (2024) Sánchez et al (2021)	Incentiva la creatividad y fortalece la fusión de los grupos. Evita estrés, la ansiedad, permite el desarrollo de

La mejora de capacidades cognitivas y rendimiento académico	Freeman K. et al (2022) Andika W. et al (2024) (Sánchez et al., 2021; Andika et al., 2024)	Fortalecer aprendizajes académicos. aprendizaje socializado.
---	--	--

Fuente: Elaboración de los autores.

Reflexiones sobre la categorización emergente

Según las categorías presentes, en este estudio investigativo documental hermenéutico, los juegos de relevos pueden considerarse herramientas didácticas seguras que implican lo físico, psíquico, emocional, social, cognitivo e innovador en los ámbitos relacionados con los diversos niveles de educación, caso puntual la superior. Igualmente, fomenta aprendizajes dinámicos con la participación activa de los alumnos. Además, reducen las barreras vinculadas con el estrés y el temor a la frustración.

#### CONCLUSIONES

A la luz de la literatura revisada entre 2022 y 2025, se concluye que el uso pedagógico de juegos de relevo constituye una estrategia efectiva para fomentar la participación integral de los estudiantes de educación básica superior. Estos juegos, al involucrar



simultáneamente componentes físicos, cognitivos y sociales, se alinean con los objetivos de una educación integral de calidad.

Las evidencias recopiladas muestran que su implementación regular en clase coadyuba al aumento de la motivación y el compromiso de los estudiantes con la Educación Física y otras actividades escolares, al hacer del ejercicio una experiencia divertida y retadora (Freeman et al., 2022; Rivas Quinto, 2023; Forbes L. y Gonzales et al. 2022). Esto contrarresta problemas de desinterés y apatía, contribuyendo la formación de hábitos de vida más activos y saludables en la adolescencia.

Se pudo argumentar que el uso de los juegos de relevo permite el desarrollo de habilidades sociales y emocionales esenciales, como la cooperación, el liderazgo, el manejo de la frustración y la empatía (Sánchez et al., 2021; Andika et al., 2024). Los juegos de relevo proporcionan un entorno seguro para practicar estas competencias; en ellos los estudiantes aprenden a trabajar en equipo, a comunicarse efectivamente y a apoyarse mutuamente, reduciendo la ansiedad social y fortaleciendo su autoestima (Vargas Arreaga & Merchán, 2024).

Estos beneficios psicosociales son un aporte valioso para la formación personal y la convivencia escolar armónica.

Durante la ejecución de estas actividades se potencia el aprendizaje cognitivo y el rendimiento académico de manera indirecta, al estimular funciones ejecutivas (planeación, memoria, atención) y promover un aprendizaje experiencial activo (Alotaibi, 2024; Chicaiza-Sinchi et al., 2023). Cuando los alumnos están motivados y participan integralmente, están en mejor disposición para aprender no solo en Educación Física sino en todas las áreas, mostrando incluso mejoras en concentración y retención de contenidos (Wulandari et al., 2023).

## REFERENCIAS

- Alotaibi, M. S. (2024). Game-based learning in early childhood education: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 15, 1307881. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1307881>
- Andika, W. D., Berliani, R., Sumarni, S., Nusantara, D. S., Cahyani, F. I., & Maharani, S. (2024). ESTABICAH: Relay of Cacah Numbers Games for Mathematics



- Skills in Early Elementary School. *MIMBAR PGSD Undiksha*, 12(2), 302-311. <https://doi.org/10.23887/jjpsgd.v12i2.71599>
- Ávila K. y Hernández A. (2023). *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar* Mayo-Junio, 2023, Volumen 7, Número 3. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i3.6774](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i3.6774) pág. 7937 Actividades lúdicas en la educación superior: un estudio de caso de un curso de estudios generales el campus Liberia, Universidad Nacional de Costa Rica Aurora Hernández Ulate
- Bandura, 1977. *Social Learning Theory*
- Chicaiza-Sinchi, D. L., Bayas-Machado, R. F., Pérez-Vargas, I. G., & García-Ramos, M. R. (2023). Educación física en el desarrollo de la motricidad fina y gruesa. *Esprint Investigación*, 4(1), Artículo 104. <https://doi.org/10.61347/ei.v4i1.104>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2022). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (6.<sup>a</sup> ed.). SAGE Publications.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2020). La motivación intrínseca y el aprendizaje en el contexto escolar. *Educational Psychology*, 29(5), 320-335.
- Denzin, Norman K.; Lincoln, Yvonna S. (2011). *The SAGE Handbook of Qualitative Research*. London: Sage.
- Forbes L. (2022). Aportes del juego para el aprendizaje en educación superior. Centro de Desarrollo Docente UC. <https://desarrollodocente.uc.cl> > page
- Franco, Eduardo. (2022). El poder del juego en educación superior, creatividad en aprendizaje terciario. *Educación*, 31(60), 317-325. <https://doi.org/10.18800/educacion.202201.015>
- Freeman, K., Brown, K., Miller, L., Nissly, T., Ricco, J., & Weinmann, A. (2022). Knowledge Retention Using “Relay”: A Novel Active-Learning Technique. *PRiMER: Peer-Reviewed Reports in Medical Education Research*, 6, 12.
- Gadamer, H.-G. (2004). *Truth and*



- method (2nd ed.). Continuum.
- Hernández-Beltrán, V., et al. (2024). Análisis de los beneficios del deporte inclusivo en el área de Educación Física. *Retos*, 56, 125-132.  
<https://doi.org/10.47197/retos.v56i0.102933>
- González, J., Fernández, P., & Martínez, S. (2022). El efecto de los juegos de relevo en el bienestar emocional de los adolescentes. *Journal of Physical Education*, 22(4), 112-125.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6th ed.). McGraw-Hill
- INDE Publicaciones. (2000). *Fichero de juegos de relevos*. Barcelona: INDE Publicaciones.  
<https://documentosprescolar.wordpress.com/wp-content/uploads/2018/08/fichero-de-juegos-de-relevos.pdf>
- Kolb, D. A. (2021). *Aprendizaje experiencial: Una introducción a la teoría y práctica del aprendizaje*. Editorial ABC.
- Milena, S., N, M., Pérez, J., & Rojo, J. (2023). Revisión sistemática exploratoria: Identificación de los cuestionarios de actividad física más usados en los últimos cinco años. *e-motion Revista de Educación Motricidad e Investigación*, 114-138.
- Moro, M., Almirón, B., Dota, M., Santopietro, G., Mo, F., Pérez, F., ... Prato, M. (13 de julio de 2014). *La Educación Física en la Niñez y la Adolescencia*. Obtenido de EFIPATIO Web site: <https://efimullins.blogspot.com/?q=juegos+de+relevo>
- OMS. (26 de junio de 2024). *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de Organización Mundial de la Salud Web site: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity#>
- Ortega Pantoja, N. E. (2023). El juego cooperativo como estrategia pedagógica en Educación Física. *Revista Educación y Cultura*, 28(2), 45-58.
- Pérez, D., & Rodríguez, A. (2020). Motivación intrínseca en la participación en actividades lúdicas en estudiantes. *Psicología Educativa*, 30(2), 100-115.
- Poveda Pineda, D. F., Limas-Suárez, S. J., & Cifuentes Medina, J. E.



- (2023). La gamificación como estrategia de aprendizaje en la educación superior. *Educación y Educadores*, 26(1).
- Posso, R., & Barba, L. (2024). Estrategias para fomentar la participación y motivación en campeonatos internosen instituciones educativas. *MENTOR Revista de Investigación Educativa y Deportiva*, 1-13.
- Rivas Quinto, L. C. (2023). El juego recreativo como medio para el fomento de la actividad física en los estudiantes de media general. *Revista Actividad Física y Ciencias, Edición Especial "Educación Física y Recreación"*, 78-98.
- Salazar, C. (2012). Juegos: tipos y características. *Educación*, 165-174.
- Sánchez, M., Pérez, L., & González, R. (2021). Impacto de los juegos deportivos en el desarrollo de habilidades sociales en estudiantes de educación básica superior. *Revista de Educación Física*, 15(3), 45-60.
- Torres, F., López, A., & Martínez, J. (2023). Educación física inclusiva: Estrategias y metodologías para una enseñanza adaptada. *Journal of Inclusive Education*, 8(1), 1-15.
- Vargas Arreaga, L. S., & Merchán Carvajal, M. B. (2024). Incidencia de la educación física en estilos de vida saludables: una revisión sistemática 2020-2024. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 5(2), 40-57. (A la espera de confirmación de volumen/número reales).
- Vidarte, J., Vélez, C., Sandoval, C., & Alfonso, M. (2011). *ACTIVIDAD FÍSICA: ESTRATEGIA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD*. Scielo.
- Wulandari, P. P., Siswantoyo, Sutapa, P., & Apriyanto, G. E. (2023). Content Validity of Fun Relay Learning Model and Observation of Cognitive, Affective, Psychomotor Aspects of Elementary School Students. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 11(6), 1277-1286. <https://doi.org/10.13189/saj.2023.110611>.