

RECREOS ACTIVOS, INCLUSIVOS Y SALUDABLES



CEIP LUIS SOLANA
CURSO 2026-2027

1. JUSTIFICACIÓN:

Los recreos activos ofrecen al alumnado la posibilidad de participar en actividades organizadas, variadas y motivadoras, adaptadas a sus intereses, capacidades y necesidades. A través de ellas, se promueve la actividad física, el juego compartido, la creatividad, el respeto a las normas, la cooperación y la resolución pacífica de conflictos. La organización de propuestas diversas permite ampliar las oportunidades de participación y evitar que el recreo quede limitado a un único tipo de juego.

2. OBJETIVOS COMUNES:

1. Fomentar la práctica de actividad física y la adquisición de hábitos de vida saludables.
2. Favorecer el bienestar físico, emocional y social del alumnado.
3. Mejorar la convivencia y las relaciones entre compañeros y compañeras.
4. Promover el respeto a las normas, a los turnos de participación y a las decisiones compartidas.
5. Desarrollar actitudes de cooperación, solidaridad, compañerismo y juego limpio.
6. Favorecer la inclusión y la participación de todo el alumnado, evitando situaciones de discriminación o aislamiento.
7. Potenciar el desarrollo cognitivo mediante juegos de estrategia, razonamiento y planificación.
8. Recuperar y transmitir juegos tradicionales como parte del patrimonio cultural y lúdico.
9. Desarrollar la responsabilidad ambiental mediante el cuidado del huerto escolar y la observación de la naturaleza.
10. Convertir el recreo en un espacio de aprendizaje informal, disfrute y participación activa.

3. NUESTROS RECREOS ACTIVOS:

Recreos deportivos:

ACTIVIDAD FÍSICA Y TRABAJO EN EQUIPO

- Liga de balón prisionero.
- Pickleball.



¿Qué fomentamos?

Hábitos saludables, coordinación, cooperación, respeto a las normas y juego limpio.

Recreos de juegos de mesa

ESTRATEGIA Y RAZONAMIENTO

- Ajedrez y damas.
- Parchís y cartas.
- Juegos de estrategia.



¿Qué fomentamos?

Atención, memoria, pensamiento lógico, paciencia, autonomía y respeto a los turnos.

Recreos de biblioteca

LECTURA, CULTURA Y JUEGO

- Lectura de libros, cuentos y cómics.
- Juegos tradicionales y de mesa.
- Tres en raya, damas y parchís.



¿Qué fomentamos?

Hábito lector, imaginación, comprensión lectora, concentración y convivencia en un ambiente tranquilo.

Recreos en el huerto escolar

NATURALEZA Y SOSTENIBILIDAD

- Cuidado y mantenimiento del huerto.
- Observación de plantas.
- Actividades ambientales.



¿Qué fomentamos?

Responsabilidad, respeto por la naturaleza, sostenibilidad, curiosidad y aprendizaje mediante la experiencia.

4. PRINCIPIOS METODOLÓGICOS

La organización de **los recreos activos** se fundamenta en los siguientes principios:



5. ORGANIZACIÓN Y FUNCIONAMIENTO

Para garantizar el buen desarrollo de los recreos activos, el centro establecerá una organización que contemple los espacios disponibles, los horarios, las actividades previstas, los materiales necesarios y las responsabilidades del personal encargado de la vigilancia.

Se procurará que el alumnado conozca las normas específicas de cada actividad y respete los turnos, los espacios asignados y los materiales comunes.

El profesorado y el personal responsable promoverán la participación equilibrada, intervendrán cuando surjan conflictos y velarán por la seguridad del alumnado.

Las actividades podrán adaptarse a las condiciones meteorológicas, a la disponibilidad de los espacios y a las necesidades que se detecten durante el curso. En caso de lluvia u otras circunstancias que impidan utilizar el patio o el huerto, se aplicará la organización alternativa prevista por el centro.

7. CONCLUSIÓN

La combinación de actividades deportivas, juegos de mesa, juegos tradicionales y propuestas relacionadas con el huerto escolar permite responder a diferentes intereses y necesidades, favoreciendo el desarrollo físico, cognitivo, social y ambiental del alumnado.

Con esta iniciativa, el centro apuesta por un recreo más dinámico, inclusivo, saludable y educativo, en el que cada alumno pueda encontrar su espacio, desarrollar sus capacidades, establecer relaciones positivas y disfrutar de experiencias compartidas.

En definitiva, **el recreo se entiende como un espacio educativo en sí mismo, donde jugar, convivir, participar y aprender forman parte de una misma experiencia.**