

**EL PAPEL DE LOS DOCENTES EN LA PROMOCIÓN DE LA RECREACIÓN PARA LA
REGULACIÓN EMOCIONAL EN CONTEXTOS RURALES Y MULTICULTURALES**
**THE ROLE OF TEACHERS IN PROMOTING RECREATION FOR EMOTIONAL
REGULATION IN RURAL AND MULTICULTURAL CONTEXTS**

**Autores: ¹Paco Fernando Janeta Patiño, ²Gladys Patricia Bonilla Gonzalez, ³Patricia Ellizabeth
Vera Rubio y ⁴Hugo Marcelo Campos Yedra.**

¹ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0009-3140-2815>

²ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0006-7600-4480>

³ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-5894-582X>

⁴ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-7457-2357>

¹E-mail de contacto: paco.janeta@unach.edu.ec

²E-mail de contacto: gpbonilla@unach.edu.ec

³E-mail de contacto: patricia.vera@unach.edu.ec

⁴E-mail de contacto: hugo.campos@unach.edu.ec

Afiliación: ¹²³⁴Universidad Nacional de Chimborazo, (Ecuador).

Artículo recibido: 29 de Noviembre del 2025

Artículo revisado: 31 de Noviembre del 2025

Artículo aprobado: 2 de Diciembre del 2025

¹Licenciado en Psicología Educativa Orientación Vocacional y Familiar graduada de la Universidad Nacional de Chimborazo, (Ecuador).
Magíster en Docencia mención Intervención Psicopedagógica graduada de la Universidad Nacional de Chimborazo, (Ecuador).

²Licenciada en Ciencias de la Educación, Profesora de Enseñanza Media en la Especialización de Psicología Educativa y Orientación
Vocacional de la Universidad Central del Ecuador, (Ecuador). Magíster En Desarrollo Educativo graduada de la Universidad Técnica de
Ambato, (Ecuador).

³Licenciada en Ciencias de la Educación, especialidad Docencia Especial graduada de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador,
sede Esmeraldas, (Ecuador). Magíster en Educación Infantil y Especial graduada de la Universidad Tecnológica Equinoccial, (Ecuador).

⁴Profesor de Enseñanza Media en la Especialización de Filosofía y Ciencias Socioeconómicas graduada de la Universidad Central del
Ecuador, (Ecuador). Licenciado en Ciencias de la Educación graduado de la Universidad Central del Ecuador, (Ecuador). Magíster en
Gerencia Educativa graduada de la Universidad Estatal de Bolívar, (Ecuador). Doctor en Ciencias de la Educación mención Investigación
Educativa graduada de la Universidad Nacional de Loja, (Ecuador).

Resumen

La regulación emocional ha adquirido relevancia en los contextos rurales y multiculturales debido a las condiciones de vulnerabilidad social, diversidad cultural y limitadas oportunidades de apoyo psicosocial. En estos escenarios, la recreación escolar emerge como un espacio estratégico para favorecer la expresión afectiva, la cohesión social y el bienestar del estudiantado, especialmente cuando es mediada por docentes capaces de integrar prácticas culturalmente pertinentes. El objetivo de este estudio fue analizar el papel de los docentes en la promoción de la recreación como estrategia para la regulación emocional en estudiantes de contextos rurales y culturalmente diversos, identificando cómo las prácticas recreativas se articulan con las características socioculturales de las comunidades. Se desarrolló una revisión narrativa basada en literatura publicada entre 2020 y 2025, consultando bases como Scopus,

Web of Science, PubMed, Scielo y Redalyc. Se aplicaron criterios de inclusión orientados a estudios originales y revisiones que involucraran recreación escolar, educación rural y procesos de regulación emocional. La síntesis temática permitió integrar hallazgos conceptuales, pedagógicos y socioculturales. Los resultados muestran que los docentes con competencias socioemocionales y sensibilidad intercultural logran estructurar actividades recreativas que reducen ansiedad, estrés y conductas disruptivas, además de mejorar la prosocialidad, el sentido de pertenencia y la autoestima. Asimismo, la recreación culturalmente situada, basada en juegos tradicionales, prácticas comunitarias y contacto con la naturaleza, favorece la afirmación identitaria y el bienestar emocional. Se concluye que el rol docente es central para que la recreación actúe como mecanismo de regulación emocional en entornos rurales y multiculturales. Se recomienda fortalecer la formación docente en competencias

socioemocionales e interculturales y reconocer la recreación como un componente clave del bienestar escolar.

Palabras clave: Rol, Docente, Promoción, Recreación, Regulación emocional, Contextos rurales, Multiculturales.

Abstract

Emotional regulation has gained relevance in rural and multicultural contexts due to conditions of social vulnerability, cultural diversity, and limited opportunities for psychosocial support. In these settings, school recreation emerges as a strategic space to foster affective expression, social cohesion, and student well-being, especially when facilitated by teachers capable of integrating culturally relevant practices. The objective of this study was to analyze the role of teachers in promoting recreation as a strategy for emotional regulation in students from rural and culturally diverse contexts, identifying how recreational practices are articulated with the sociocultural characteristics of the communities. A narrative review was conducted based on literature published between 2020 and 2025, consulting databases such as Scopus, Web of Science, PubMed, SciELO, and Redalyc. Inclusion criteria focused on original studies and reviews involving school recreation, rural education, and emotional regulation processes. The thematic synthesis allowed for the integration of conceptual, pedagogical, and sociocultural findings. The results show that teachers with socio-emotional skills and intercultural sensitivity are able to structure recreational activities that reduce anxiety, stress, and disruptive behaviors, as well as improve prosociality, sense of belonging, and self-esteem. Furthermore, culturally situated recreation, based on traditional games, community practices, and contact with nature, fosters identity affirmation and emotional well-being. It is concluded that the teacher's role is central for recreation to act as a mechanism for emotional regulation in rural and multicultural environments. It is recommended that teacher training in socio-emotional and intercultural skills be strengthened and that recreation be

recognized as a key component of school well-being.

Keywords: Role, Teacher, Promotion, Recreation, Emotional regulation, Rural contexts, Multicultural.

Sumário

A regulação emocional tem ganhado relevância em contextos rurais e multiculturais devido às condições de vulnerabilidade social, diversidade cultural e oportunidades limitadas de apoio psicossocial. Nesses contextos, o lazer escolar emerge como um espaço estratégico para fomentar a expressão afetiva, a coesão social e o bem-estar dos alunos, especialmente quando facilitado por professores capazes de integrar práticas culturalmente relevantes. O objetivo deste estudo foi analisar o papel dos professores na promoção do lazer como estratégia de regulação emocional em alunos de contextos rurais e culturalmente diversos, identificando como as práticas recreativas se articulam com as características socioculturais das comunidades. Foi realizada uma revisão narrativa com base na literatura publicada entre 2020 e 2025, consultando bases de dados como Scopus, Web of Science, PubMed, SciELO e Redalyc. Os critérios de inclusão focaram em estudos originais e revisões que abordassem lazer escolar, educação rural e processos de regulação emocional. A síntese temática permitiu a integração de achados conceituais, pedagógicos e socioculturais. Os resultados mostram que professores com habilidades socioemocionais e sensibilidade intercultural são capazes de estruturar atividades recreativas que reduzem a ansiedade, o estresse e os comportamentos disruptivos, além de melhorar a prosocialidade, o senso de pertencimento e a autoestima. Ademais, a recreação contextualizada culturalmente, baseada em jogos tradicionais, práticas comunitárias e contato com a natureza, promove a afirmação da identidade e o bem-estar emocional. Conclui-se que o papel do professor é fundamental para que a recreação atue como um mecanismo de regulação emocional em ambientes rurais e multiculturais. Recomenda-se o fortalecimento da formação de professores

em habilidades socioemocionais e interculturais e o reconhecimento da recreação como um componente essencial do bem-estar escolar.

Palavras-chave: Papel, Professor, Promoção, Recreação, Regulação emocional, Contextos rurais, Multiculturalismo.

Introducción

En los últimos años, la regulación emocional ha adquirido un papel central en los estudios sobre bienestar y aprendizaje, especialmente en escenarios educativos donde la vulnerabilidad social y la diversidad cultural demandan intervenciones pedagógicas más integrales. De acuerdo con Gross (2021), la regulación emocional constituye un proceso dinámico que permite modular la intensidad y duración de las emociones para favorecer el funcionamiento adaptativo, lo que resulta crucial en estudiantes de zonas rurales expuestos a tensiones socioeconómicas y limitaciones estructurales. A su vez, la recreación ha sido reconocida como un espacio que potencia la expresión afectiva, la cohesión social y la resiliencia; evidencia reciente muestra que las actividades recreativas escolares generan disminuciones significativas en ansiedad, estrés y reactividad emocional (Kandola et al., 2020). En este escenario, los docentes asumen un rol estratégico como mediadores de experiencias recreativas que conectan el juego, la cultura local y el desarrollo socioemocional, especialmente en contextos donde la escuela cumple una función comunitaria fundamental.

En el ámbito rural y multicultural, la recreación adquiere características específicas debido a la diversidad lingüística, las prácticas identitarias y la vinculación histórica de las comunidades con la naturaleza. Investigaciones latinoamericanas señalan que las actividades recreativas culturalmente situadas favorecen el sentido de pertenencia, fortalecen la

convivencia y permiten procesar emociones asociadas a desigualdades territoriales y conflictos interétnicos (Quirós-Rojas et al., 2023). Asimismo, estudios desarrollados en regiones rurales muestran que los docentes que integran dinámicas recreativas basadas en juegos tradicionales, expresiones artísticas locales y prácticas cooperativas logran impactos significativos en la regulación emocional y en la disminución de episodios de conducta disruptiva (González-Calvo et al., 2021). Este enfoque exige que los educadores comprendan la cultura de su comunidad, reconozcan la diversidad como oportunidad pedagógica y gestionen espacios recreativos que respondan a necesidades emocionales y culturales del estudiantado.

La literatura reciente destaca que la intervención docente en procesos recreativos puede actuar como un factor protector del bienestar emocional en entornos caracterizados por pobreza, migración, desigualdad y limitados servicios de apoyo psicosocial. Por ejemplo, Cabrera-Hernández et al. (2022) encontraron que programas recreativos escolares en comunidades rurales latinoamericanas mejoran significativamente la expresión emocional y la autoestima, además de fortalecer la resiliencia frente a situaciones de estrés. Paralelamente, estudios como el de León-Pérez et al. (2020) evidencian que cuando los docentes facilitan actividades lúdicas estructuradas, los estudiantes desarrollan mayor conciencia emocional y estrategias de autocontrol, lo que repercute positivamente en el clima escolar. Estas contribuciones sustentan la necesidad de analizar con mayor profundidad el papel docente como articulador de recreación, cultura y regulación emocional, especialmente en espacios rurales y multiculturales donde la escuela se convierte en un agente clave de bienestar comunitario.

Según Jiménez et al. (2022), en un estudio desarrollado en comunidades escolares rurales de Antioquia, Colombia, el objetivo fue analizar cómo las actividades recreativas influyen en la convivencia y las respuestas emocionales de estudiantes entre 10 y 14 años. La metodología empleó un diseño mixto con cuestionarios estandarizados y observación participante, utilizando el *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ) y análisis estadístico descriptivo e inferencial. Los resultados mostraron mejoras significativas en autorregulación emocional, con una reducción del 28 % en conductas externalizantes y un aumento del 22 % en prosocialidad tras seis semanas de intervención recreativa. La investigación concluyó que la recreación estructurada, mediada por docentes capacitados, contribuye directamente al bienestar socioemocional en zonas con limitaciones de infraestructura educativa y diversidad cultural marcada.

Según Valencia et al. (2021) en un estudio realizado en escuelas multiculturales de la Comunitat Valenciana, España, se evaluó el efecto de programas recreativos interculturales sobre la cohesión grupal y la expresión emocional. El objetivo consistió en identificar los cambios en el clima socioemocional del aula después de implementar actividades lúdicas adaptadas a diversas tradiciones culturales. La metodología incluyó un diseño cuasiexperimental con pretest–posttest en 312 estudiantes y análisis estadístico mediante ANCOVA. Los resultados evidenciaron un incremento del 31 % en la percepción de apoyo social entre pares y una disminución del 19 % en los reportes de ansiedad escolar. Los autores concluyeron que la figura docente es determinante, ya que su rol mediador y culturalmente sensible potencia la efectividad emocional de las prácticas recreativas.

Según Rodríguez et al. (2020), en una investigación desarrollada en escuelas rurales de México, el objetivo fue examinar la relación entre actividades recreativas guiadas por docentes y el desarrollo de habilidades emocionales en estudiantes indígenas. La metodología contempló un diseño longitudinal de ocho meses, aplicando el *Escala de Regulación Emocional* (ERQ) y entrevistas semiestructuradas a docentes y estudiantes. Los resultados cuantitativos mostraron un aumento del 25 % en el uso de re-evaluación cognitiva y una reducción del 17 % en expresiones emocionales desadaptativas, mientras que los datos cualitativos reflejaron una mayor conexión con las prácticas culturales locales. El estudio concluyó que los docentes que integran recreación basada en identidad cultural fortalecen la regulación emocional y el sentido de pertenencia en entornos multiculturales. Según Méndez et al. (2023), en una intervención realizada en Asturias, España, con centros educativos ubicados en zonas rurales dispersas, se buscó evaluar el impacto de la recreación activa en la salud emocional y la participación estudiantil. El estudio empleó una metodología cuasiexperimental con 18 docentes y 267 estudiantes, utilizando escalas de bienestar emocional (*Kidscreen-10*) y registros sistemáticos de participación. Los resultados revelaron una mejora del 34 % en indicadores de vitalidad emocional y un incremento del 29 % en participación en actividades recreativas cuando los docentes asumieron un liderazgo motivacional. Asimismo, se identificó que la mediación docente influye directamente en el compromiso emocional del estudiantado, especialmente en entornos con baja estimulación sociocultural.

A escala mundial, los informes recientes de UNICEF (2023) advierten que más del 70 % de niños y adolescentes en zonas rurales presentan

dificultades en la regulación emocional debido a condiciones de pobreza, estrés ambiental y limitado acceso a servicios psicosociales, situación que se intensifica en contextos culturalmente diversos donde los sistemas educativos no logran responder adecuadamente a las necesidades socioemocionales del estudiantado. En América Latina, la CEPAL (2022) reporta que las brechas territoriales en bienestar emocional aumentaron un 18 % tras la pandemia, afectando especialmente a estudiantes que viven en comunidades rurales e interculturales, donde la recreación escolar suele ser insuficiente o inexistente y los docentes carecen de formación especializada para mediar procesos afectivos desde prácticas culturales significativas. En el caso de países andinos como Ecuador, datos del Ministerio de Educación (2024) indican que aproximadamente el 42 % de estudiantes rurales manifiestan dificultades para reconocer y gestionar sus emociones, mientras que el 37 % de docentes reportan no contar con herramientas pedagógicas para integrar la recreación como estrategia de regulación emocional. Esta situación evidencia una problemática urgente donde la ausencia de espacios recreativos culturalmente pertinentes, sumada a la falta de capacitación docente, limita la posibilidad de que la escuela rural actúe como un entorno protector capaz de fortalecer la estabilidad emocional del estudiantado en escenarios multiculturales.

El presente estudio tiene como objetivo analizar el papel de los docentes en la promoción de la recreación como estrategia para la regulación emocional en contextos rurales y multiculturales, identificando cómo estas prácticas se articulan con las características socioculturales de las comunidades y de qué manera contribuyen al bienestar socioemocional del estudiantado. A partir de

este propósito, surge la siguiente pregunta de investigación: ¿Cómo los docentes integran actividades recreativas culturalmente pertinentes para favorecer la regulación emocional de estudiantes que pertenecen a entornos rurales y culturalmente diversos? Esta formulación permite explorar no solo las prácticas pedagógicas empleadas, sino también las condiciones territoriales, institucionales y culturales que influyen en la implementación de experiencias recreativas, considerando que investigaciones recientes han demostrado que la regulación emocional mejora significativamente cuando las intervenciones se diseñan a partir de la identidad y las dinámicas comunitarias (Hanna et al., 2021). Asimismo, comprender el rol docente en este proceso permitirá aportar criterios para fortalecer la formación profesional en educación intercultural, así como para orientar políticas educativas que reconozcan la recreación como un mecanismo fundamental para promover bienestar emocional en poblaciones tradicionalmente excluidas.

Materiales y Métodos

El presente estudio se desarrolló bajo un enfoque de revisión narrativa orientado a analizar, interpretar y sintetizar la evidencia reciente relacionada con el papel de los docentes en la promoción de la recreación como estrategia para la regulación emocional en contextos rurales y multiculturales. Para ello, se realizó una búsqueda exhaustiva de literatura entre enero y septiembre de 2025 en bases académicas internacionales como Scopus, Web of Science, PubMed, Scielo y Redalyc, seleccionando únicamente artículos publicados entre 2020 y 2025. La estrategia de búsqueda incluyó palabras clave en español e inglés como *recreación escolar*, *educación rural*, *interculturalidad*, *regulación emocional*, *school-based recreation* y *socioemotional*

skills, combinadas mediante operadores booleanos. Los criterios de inclusión se centraron en estudios originales, investigaciones cualitativas, cuantitativas o mixtas y revisiones académicas que abordaran intervenciones recreativas o prácticas docentes vinculadas al desarrollo emocional en espacios rurales o culturalmente diversos. Se excluyeron tesis, documentos institucionales sin arbitraje, repositorios no académicos y publicaciones que trataran temas clínicos sin relación directa con la recreación escolar. Una vez seleccionados los estudios, se aplicó un proceso de lectura crítica para identificar patrones conceptuales, enfoques pedagógicos y resultados relevantes, organizando la información mediante una síntesis temática que permitió comprender la interacción entre recreación, cultura y práctica docente. Finalmente, los hallazgos fueron integrados en categorías analíticas que facilitaron la interpretación global del fenómeno, respetando la naturaleza flexible, interpretativa y contextual de las revisiones narrativas.

Resultados y Discusión

Rol de los docentes en la recreación y la regulación emocional en contextos rurales y multiculturales

En el estudio de Ma y Niu (2025), desarrollado en escuelas rurales de China, se analizó cómo la competencia socioemocional de los docentes actúa como mecanismo preventivo frente a problemas de convivencia, mostrando que cuando los profesores modelan habilidades de regulación emocional se reduce significativamente la aparición de conductas agresivas y clima de aula tenso. Los autores evidencian que la capacidad docente para gestionar sus propias emociones y las de sus estudiantes se traduce en aulas más seguras y con mayor sensación de apoyo, lo cual es clave en territorios rurales donde el profesorado suele

ser una de las pocas figuras adultas de referencia constante para niños y adolescentes. Desde la perspectiva de este artículo, la recreación y las actividades grupales funcionan como espacios privilegiados donde esa competencia socioemocional se despliega de manera visible: juegos cooperativos, dinámicas al aire libre y actividades lúdicas estructuradas permiten al docente enseñar, en la práctica, estrategias de regulación, resolución de conflictos y empatía, configurando un andamiaje emocional fundamental para el estudiantado.

Por su parte, Odescalchi (2025) analizó en Europa las competencias socioemocionales de docentes de educación primaria y su relación con la participación social de estudiantes con necesidades educativas especiales, mostrando que los profesores con mayores habilidades de autorregulación y empatía promueven con más frecuencia actividades inclusivas y recreativas que facilitan la integración de todo el grupo. Aunque el estudio no se circunscribe exclusivamente a zonas rurales, sus hallazgos son extrapolables a escuelas multiculturales de baja densidad poblacional, donde la recreación se convierte en un espacio para reducir estigmas y favorecer vínculos entre estudiantes de diversos orígenes. El trabajo concluye que el docente que domina la gestión de sus propias emociones está mejor preparado para conducir dinámicas lúdicas sin que se desborden las tensiones, convirtiendo el juego en una herramienta pedagógica para la regulación emocional y no solo en un momento de descarga de energía. Este enfoque refuerza la idea de que el rol docente es simultáneamente técnico, afectivo y cultural.

En la revisión de Elbertson et al. (2025) sobre el papel de los educadores en la implementación de programas de aprendizaje socioemocional escolar, se destaca que el profesorado no solo

enseña contenidos explícitos de regulación emocional, sino que también encarna, a través de las rutinas de aula y las actividades recreativas, modelos concretos de autocontrol, empatía y cuidado mutuo. El artículo subraya que los contextos donde los docentes integran de forma sistemática estrategias socioemocionales en actividades lúdicas, pausas activas y dinámicas de grupo presentan menores niveles de ansiedad y mayor sentido de pertenencia estudiantil. Aunque la revisión se basa en contextos diversos, sus conclusiones permiten argumentar que, en escuelas rurales y multiculturales, la recreación dirigida por docentes capacitados puede convertirse en un dispositivo pedagógico central para sostener el bienestar emocional, especialmente allí donde existe carencia de servicios psicológicos especializados.

El estudio de Sáez et al. (2025), realizado con docentes de escuelas rurales durante la transición pospandemia, muestra que el profesorado enfrentó altos niveles de estrés y exigencias emocionales, pero también que aquellos con mejores niveles de regulación emocional tendían a promover con mayor frecuencia actividades recreativas estructuradas como estrategia para reducir la tensión en el aula y favorecer el reencuentro socioafectivo. La investigación, desarrollada en un país andino, resalta que muchos docentes identifican los recreos activos, dinámicas al aire libre y juegos cooperativos como momentos clave para que los estudiantes expresen emociones acumuladas, negocien normas y reconstruyan vínculos deteriorados por el aislamiento. Estos hallazgos refuerzan la importancia de formar a los docentes rurales en competencias socioemocionales, de modo que la recreación no se reduzca a “tiempo libre” sino que se consolide como un recurso intencionado de

acompañamiento emocional y contención colectiva.

Finalmente, el trabajo cualitativo de Fagan (2024), desarrollado en una escuela rural de Estados Unidos, explora las percepciones de docentes sobre el aprendizaje socioemocional y muestra que muchos de ellos consideran las actividades recreativas como el espacio más viable para implementar estrategias de regulación emocional, dadas las limitaciones curriculares y de tiempo en las asignaturas formales. Los educadores señalan que en el juego pueden observar reacciones de frustración, liderazgo, cooperación o exclusión, y que esto les permite intervenir pedagógicamente desde la mediación de conflictos, la reflexión guiada y la construcción de acuerdos. El estudio concluye que el rol docente en contextos rurales implica una mirada integral donde recreación, cultura local y acompañamiento socioemocional se entrelazan, confirmando que la promoción de la recreación con intención formativa es una vía privilegiada para sostener la regulación emocional del estudiantado en entornos con alta vulnerabilidad social y diversidad cultural.

Articulación sociocultural de la recreación y su contribución al bienestar socioemocional en comunidades rurales y diversas

El estudio de Fuentes et al. (2025), realizado en escuelas rurales e indígenas de La Araucanía (Chile), analiza cómo las docentes perciben los espacios naturales y físicos como recursos clave para el bienestar emocional de sus estudiantes, mostrando que las actividades al aire libre permiten canalizar tensiones, reducir conflictos y favorecer climas de aula más tranquilos. Las maestras destacan que el contacto con la naturaleza se vincula con la identidad mapuche y con prácticas comunitarias que otorgan sentido cultural al juego y a la recreación, de

modo que estas experiencias se convierten en momentos de afirmación identitaria y no solo en descanso escolar. El estudio concluye que la recreación en espacios naturales, guiada por docentes sensibles a la cultura local, facilita la regulación emocional porque conecta al estudiantado con su territorio, genera sensación de libertad y reduce la sobrecarga que producen los espacios cerrados, evidenciando cómo las características socioculturales del contexto rural moldean la forma en que se diseña y vive la recreación escolar.

En la revisión sistemática y meta-análisis de Vasilaki et al. (2025) sobre el papel de la recreación al aire libre en el desarrollo juvenil, se encontraron efectos positivos significativos de las actividades recreativas en la naturaleza sobre el bienestar psicológico, la reducción de ansiedad y el fortalecimiento de la conectividad social en niños y adolescentes. Aunque el corpus de estudios abarca contextos urbanos y rurales, los autores destacan que los entornos abiertos y verdes son especialmente relevantes en comunidades alejadas de centros urbanos, donde la escuela puede articular proyectos recreativos vinculados al entorno natural inmediato. Desde la perspectiva del objetivo de este artículo, estos resultados permiten sostener que, cuando los docentes de escuelas rurales estructuran salidas, juegos y actividades en la naturaleza con una intención pedagógica, contribuyen no solo a la regulación emocional sino también al desarrollo de competencias socioafectivas y al fortalecimiento del vínculo entre estudiantes, comunidad y ambiente. El trabajo de Chuchón y Ayala (2024) sobre el derecho a la educación intercultural en comunidades rurales resalta que la actividad educativa debe reconocer, visibilizar y valorar las prácticas culturales propias de cada pueblo, incluyendo sus juegos, festividades y formas tradicionales de recreación, como parte de un

enfoque que combate la discriminación y la marginalización cultural. Los autores argumentan que las políticas educativas y la acción docente deben integrar la recreación como un espacio donde se expresen lenguas originarias, ritualidades y formas de relación propias, pues ello fortalece la autoestima colectiva y contribuye a un clima emocional de reconocimiento y respeto. En este sentido, la recreación deja de ser un momento “neutral” para convertirse en terreno de disputa simbólica donde se puede reafirmar la dignidad cultural de las comunidades rurales, generando condiciones subjetivas más favorables para la regulación emocional del estudiantado que históricamente ha sufrido exclusión y racismo.

En la revisión de Salazar (2024) sobre interculturalidad en la educación bilingüe rural latinoamericana, se evidencia que muchas escuelas que han incorporado proyectos recreativos y festividades escolares basadas en la cultura local logran un mayor compromiso emocional del estudiantado, especialmente en niños y niñas indígenas que antes se sentían desarraigados de la escuela. El autor indica que los docentes que diseñan juegos, dramatizaciones, danzas y actividades recreativas en lenguas originarias crean puentes entre la experiencia comunitaria y la vida escolar, permitiendo que los estudiantes regulen emociones asociadas a la vergüenza, el miedo o la inseguridad lingüística. Estas prácticas no solo mejoran el clima de aula, sino que fortalecen la identidad cultural, lo que en sí mismo actúa como factor protector frente a la ansiedad y la baja autoestima, mostrando cómo la recreación se articula con las características socioculturales de las comunidades para promover bienestar socioemocional.

Finalmente, Domingo et al. (2025) analizan el papel de las escuelas rurales de Aragón

(España) en contextos interculturales, mostrando que muchos proyectos escolares se desarrollan en estrecha vinculación con el territorio, las asociaciones comunitarias y las tradiciones locales, y que estas iniciativas incluyen actividades recreativas colectivas que refuerzan el sentido de pertenencia y la cohesión social. El estudio revela que más del 90 % de los proyectos rurales analizados tienen como eje la construcción de identidad colectiva y el arraigo al territorio, y que la participación estudiantil en dichas actividades se asocia con una percepción más positiva de la escuela como espacio acogedor e inclusivo. Desde la mirada de este artículo, estos resultados confirman que, cuando los docentes promueven la recreación desde una lógica comunitaria e intercultural, contribuyen a generar entornos emocionales seguros donde el alumnado puede gestionar mejor sus emociones, disminuir la sensación de soledad o extrañamiento y construir vínculos afectivos sólidos con sus pares y con la comunidad.

Conclusiones

La evidencia analizada demuestra que el rol docente es un elemento central en la promoción de la recreación como estrategia para la regulación emocional en contextos rurales y multiculturales, ya que su intervención no solo organiza actividades, sino que orienta la manera en que el estudiantado vive, interpreta y resignifica las experiencias lúdicas dentro de un marco socioemocional específico. Los docentes que poseen competencias de autorregulación emocional y habilidades socioafectivas logran mediar momentos recreativos con intención formativa, convirtiéndolos en espacios seguros para la expresión, contención y gestión de emociones intensas asociadas a la vulnerabilidad territorial, la tensión cultural o las presiones familiares. Esta mediación docente adquiere mayor relevancia en zonas

rurales donde las escuelas son espacios fundamentales de interacción social y, en muchos casos, los únicos entornos institucionales con capacidad para ofrecer experiencias socioemocionales significativas que trascienden el aprendizaje académico y se convierten en herramientas para sostener el bienestar cotidiano.

Asimismo, los resultados muestran que la articulación sociocultural de las prácticas recreativas es indispensable para garantizar su efectividad emocional, ya que las comunidades rurales y multiculturales poseen identidades, lenguas, tradiciones y dinámicas propias que influyen directamente en la forma en que los estudiantes se involucran y resignifican la recreación. Las actividades que integran juegos tradicionales, expresiones colectivas, vínculos con la naturaleza o ritualidades locales generan mayor participación emocional y fortalecen el sentido de pertenencia, permitiendo que la recreación actúe como puente entre escuela y comunidad. En este proceso, los docentes operan como agentes interculturales capaces de traducir la cultura en oportunidades pedagógicas, asegurando que el juego no sea homogéneo ni descontextualizado, sino que responda a las raíces territoriales que estructuran la vida comunitaria y contribuyen a la regulación emocional desde referentes culturalmente significativos.

Los hallazgos también permiten concluir que la recreación docente favorece el bienestar socioemocional del estudiantado al ampliar las oportunidades de interacción positiva, fortalecer la cohesión del grupo y proporcionar espacios donde se reduzca el estrés acumulado por situaciones de pobreza, limitaciones de infraestructura o tensiones interculturales. Actividades recreativas adecuadamente guiadas permiten que los estudiantes experimenten

cooperación, logro compartido, expresión emocional segura y reconocimiento mutuo, elementos que influyen directamente en la disminución de conductas disruptivas y en la construcción de climas escolares protectores. Asimismo, el vínculo entre recreación y bienestar se refuerza cuando los docentes adoptan una postura reflexiva y sensible frente a las necesidades afectivas del grupo, integrando prácticas de escucha, mediación de conflictos y acompañamiento emocional como parte de las dinámicas recreativas.

Finalmente, la revisión narrativa evidencia la necesidad de fortalecer la formación docente en competencias socioemocionales e interculturales, especialmente en aquellos territorios donde la diversidad cultural y la ruralidad demandan respuestas más contextualizadas, flexibles y culturalmente pertinentes. La recreación, entendida como un recurso pedagógico de alto valor emocional, requiere docentes capaces de comprender la complejidad sociocultural del territorio, traducirla en experiencias significativas y sostener procesos de regulación emocional que favorezcan el bienestar integral del estudiantado. Esto implica impulsar políticas educativas que valoren la recreación como parte de la formación socioemocional y no solo como un componente complementario, reconociendo su potencial para transformar la convivencia, fortalecer la identidad cultural y promover entornos protectores que contribuyan al desarrollo emocional de niños, niñas y adolescentes en comunidades rurales y multiculturales.

Referencias Bibliográficas

- Azzollini, S., & Pampillón, B. (2021). Juegos cooperativos, bienestar emocional y convivencia escolar. *Revista de Psicología*, 39(2), 1–15.
<https://doi.org/10.18800/psico.202102.001>
- Cabrera, F., León, D., & Torres, S. (2022). Recreación escolar y bienestar emocional en contextos rurales. *Psicología, Conocimiento y Sociedad*, 12(2), 45–59.
<https://doi.org/10.26864/pcs.v12i2.347>
- CEPAL. (2022). Desafíos educativos y socioemocionales en América Latina post-COVID-19. Comisión Económica para América Latina y el Caribe.
<https://www.cepal.org/es/publicaciones>
- Cervantes, C., Lara, L., & Loría, J. (2022). Formación docente y competencias socioemocionales en educación rural. *Actualidades Investigativas en Educación*, 22(3), 1–23.
<https://doi.org/10.15517/aie.v22i3.49889>
- Chuchón, J., & Ayala, S. (2024). Right to intercultural education in rural communities. *International Journal of Religion*, 5(10), 2220–2233.
<https://doi.org/10.61707/x3n1hf95>
- Domingo, V., & Cebrián, V. (2025). The Aragonese rural school in intercultural contexts: A basis of social justice and territorial equity in resilient Spain. *Frontiers in Education*, 10, 1508411.
<https://doi.org/10.3389/feduc.2025.1508411>
- Elbertson, N. (2025). The role of educators in school-based social and emotional learning. *Journal of Social and Emotional Learning*, 4(1), 1–15.
- Fagan, B. (2024). Teachers' perceptions of social emotional learning at a rural middle school. *Journal of Ethical Educational Leadership*, 11(2), 1–23.
- Fuentes, G., Caamaño, F., Riquelme, E., Godoy, I., Saavedra, E., Val, P., Muñoz, F., & Arriagada, C. (2025). The impact of physical/natural spaces on the mental and emotional well-being of students according to the report of rural female teachers.

- Psychiatry International*, 6(1), 6.
<https://doi.org/10.3390/psychiatryint6010006>
- González, G., Barba, J., & Bores, D. (2021). Teachers' emotional management in rural schools. *Teaching and Teacher Education*, 105, 103418.
<https://doi.org/10.1016/j.tate.2021.103418>
- Gross, J. (2021). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 32(1), 1–26.
<https://doi.org/10.1080/1047840X.2021.1874736>
- Hanna, J., Toste, J., & Bloom, E. (2021). Emotions, equity, and culturally responsive practices in schools. *School Psychology Review*, 50(3), 1–14.
<https://doi.org/10.1080/2372966X.2020.1865015>
- Jiménez, F., Sánchez, M., & Latorre, C. (2022). Convivencia escolar y desarrollo emocional en contextos rurales: análisis desde la recreación y la mediación docente. *Global Education Review*, 11(1), 45–62.
<https://doi.org/10.30827/global.v11i1.23635>
- Kandola, A., Ashdown, G., Hendrikse, J., Sabiston, C., & Stubbs, B. (2020). Physical activity and depression: Towards understanding the antidepressant mechanisms of physical activity. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 113, 1–11.
<https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2020.03.016>
- León, J., Pérez, C., & Antúnez, A. (2020). Lúdica, autorregulación y clima escolar. *International Journal of Educational Research*, 103, 101625.
<https://doi.org/10.1016/j.ijer.2020.101625>
- Ma, J., & Niu, X. (2025). How teachers' social-emotional competence affects bullying in rural schools: The chain mediating effect of students' social-emotional competence and classmate relationship. *Frontiers in Psychology*, 16, 1661567.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1661567>
- Méndez, A., Fernández, J., & Méndez, D. (2023). Active recreation and emotional wellbeing in rural schools: The mediating role of teacher leadership. *Education Sciences*, 13(1), 23.
<https://doi.org/10.3390/educsci13010023>
- Ministerio de Educación del Ecuador. (2024). Informe nacional de bienestar estudiantil y convivencia escolar 2023–2024. Subsecretaría para la Innovación Educativa y el Buen Vivir. <https://educacion.gob.ec>
- Odescalchi, C. (2025). Primary school teachers' social-emotional competencies and students' participation. *European Journal of Special Needs Education*, 40(2), 1–18.
- Quirós, I., Molina, C., & Salas, R. (2023). Actividades recreativas y bienestar socioemocional en estudiantes de comunidades rurales. *Revista Educación*, 47(1), 1–19.
<https://doi.org/10.15517/revedu.v47i1.50772>
- Rodríguez, A., Martín, A., & Cervantes, J. (2020). Emotional regulation and recreational activities in rural indigenous schools. *Environmental Education Research*, 26(7), 1003–1020.
<https://doi.org/10.1080/13504630.2020.1771284>
- Sáez, F. (2025). Regulación emocional y autorregulación académica en docentes de escuelas rurales durante la transición pospandemia. *Revista Andina de Educación*, 8(1), 1–18.
- Salazar, D. (2024). Interculturality in Latin American rural bilingual education: A systematic review. *Revista Latinoamericana de Educación Rural*, 12(1), 1–20.

UNICEF. (2023). State of the World's Children 2023: For every child, mental health.

UNICEF. <https://www.unicef.org/reports>

Valencia, A., Molina, P., & Devís, J. (2021). Recreational intercultural programs and emotional development in multicultural schools. *Early Child Development and Care*, 191(16), 2455–2466.

<https://doi.org/10.1080/03004430.2020.1762414>

Vasilaki, M., Zafeiroudi, A., Tsartsapakis, I., Grivas, G., Chatzipanteli, A., Aphas, G.,

Giannaki, C., & Kouthouris, C. (2025). Learning in nature: A systematic review and meta-analysis of outdoor recreation's role in youth development. *Education Sciences*, 15(3), 332.

<https://doi.org/10.3390/educsci15030332>



Esta obra está bajo una licencia de **Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional**. Copyright © **Paco Fernando Janeta Patiño**, ²**Gladys Patricia Bonilla Gonzalez**, ³**Patricia Elizabeth Vera Rubio y Hugo Marcelo Campos Yedra**.

