



El Valor de Jugar

¿Qué es jugar y por qué es importante?

Desde la más temprana infancia, los niños aprenden principalmente jugando. A través del juego, los niños utilizan con entusiasmo todas las “herramientas” que tienen a su disposición —sus cuerpos, la relación con su familia y amigos, y el mundo que les rodea. El juego estimula, más que cualquier otra actividad, el desarrollo sano de los niños pequeños. La mayor parte del primer aprendizaje infantil se realiza mediante juegos.

Los niños juegan porque es divertido. Se puede jugar de muchas maneras pero la esencia del juego es placer. Y el placer viene acompañado por un fuerte impulso de repetir esas actividades. El dominio es el resultado de la repetición. El dominio proporciona una sensación de logro y confianza.

Tipos de juegos y etapas

El tipo de juego que los niños prefieren depende de las circunstancias y de las necesidades individuales. Tipos de juego:

- **Solitario**—los niños juegan solos e independientemente siguiendo sus propios intereses y sin hacer referencia a los juegos de otros niños.
- **Espectador**—los niños observan a otros niños jugar, hacen preguntas y sugerencias, pero no se unen al juego.
- **Paralelo**—los niños juegan uno al lado del otro a lo mismo o con materiales parecidos, pero no se hablan ni interactúan.
- **Asociativo**—los niños juegan juntos, compartiendo materiales y actividades similares de una manera desorganizada.
- **Cooperativo**—los niños juegan juntos e interactúan para lograr un objetivo de una manera organizada.

También existen etapas en la dificultad del juego. En la primera etapa predomina la exploración sensorial y la manipulación sencilla de los materiales, como garabatear con lápices de colores, verter agua y arena, o tocar una timbre. Cuando los niños empiezan a transformar e inventar objetos y reglas, practican el juego simbólico, como es juntar

dos cubos para formar la letra “T” u ofrecer “tortillas” de plastilina a otro niño. A medida que los niños aprenden a utilizar mejor el lenguaje, empiezan a sustituir las acciones y los materiales con palabras, juegan cooperativamente y se interesan en juegos formales con compañeros.

¿De qué manera afecta el juego el desarrollo infantil?

Mejora las destrezas cognitivas de los niños. A través del juego los niños aprenden conceptos, cómo hacer grupos y clasificaciones, cómo entender cosas y acontecimientos y cómo resolver problemas. El juego a menudo implica intentar y cometer errores así como resolución de problemas. Y obliga al niño a tomar decisiones, a dirigir actividades y a planear para conseguir un objetivo.

Desarrolla las destrezas motrices de los niños. A través del juego los niños desarrollan el control y la coordinación de los músculos que utilizan al caminar, al dar patadas, al comer o al escribir. Las destrezas motrices gruesas mejoran cuando los niños pequeños empujan un carro de supermercado de juguete o cuando los niños mayores juegan a la rayuela. Las destrezas motrices finas y de manipulación se desarrollan cuando los niños en edad preescolar usan los dedos para hacer un collar de cheerios o cuando garabatean en un papel con lápices de colores. Los niños practican la coordinación ojo-mano y la destreza de agarrar cuando se lanzan y agarran pelotas con la mano. Y cuando dan patadas al balón, practican coordinación y desarrollan control, tono y flexibilidad muscular.

Mejora las destrezas lingüísticas de los niños. Hablar, cantar, rimar y jugar con palabras les ayuda a aprender las reglas y los sonidos del lenguaje mientras se divierten.

Los niños adquieren destrezas sociales y emocionales. El juego desarrolla la imaginación y la creatividad y ofrece la oportunidad de practicar destrezas sociales como querer, negociar, turnarse, cooperar, compartir y expresar emociones. Al mismo tiempo que los niños aprenden sobre sí mismos y sobre el mundo, adquieren confianza en sí mismos, auto dependencia y auto expresión.

Consejos para fomentar el juego

- Proporcione a los niños mucho tiempo y oportunidades para jugar a su aire y estructuradamente. No utilice el tiempo para jugar como recompensa.
- Respete el estilo y método individual de aprendizaje y de juego de cada niño.
- Proporcione a los niños mucho espacio para explorar a salvo y para juegos con pocas restricciones. Establezca áreas de juego tanto en el interior como al aire libre.
- Proporciónales una variedad de materiales interesantes y seguros y de actividades con diferentes niveles de dificultad: juguetes, materiales para manualidades y para escribir, libros, instrumentos musicales, disfraces, rompecabezas, juegos. Los materiales no tienen que ser ni muy elaborados ni caros, pero necesitan ser apropiados para su etapa de desarrollo (interesantes y estimulantes pero no demasiado difíciles).
- Evite estimular excesivamente a los niños, en particular a los bebés. Cuando los bebés no quieran más estimulación, se lo indicarán llorando o perdiendo interés.
- Establezca claramente los límites de los niños con palabras, con la manera en que prepara el cuarto y con los materiales que les proporciona.
- Proporciónales espacio para jugar tranquilos y en silencio lejos de otras actividades más ruidosas. Esta zona debería tener una alfombra o moqueta, cojines blandos, muebles infantiles tapizados, etc.
- Haga regularmente una rotación de juguetes y materiales para mantener el interés de los niños.
- Observe y escuche a los niños cuando jueguen. Averigüe lo que les gusta o no les gusta y lo que les interesa. Identifique los juguetes y materiales que fomenten el uso de la imaginación. Los objetos, en tamaño reducido, que usan los adultos son a menudo unos juguetes interesantes para los niños.
- Anime a los niños a hablar de lo que estén haciendo y de cómo se sientan. Presente palabras nuevas para aumentar su vocabulario. Documente y apunte lo que dicen.
- De vez en cuando, póngase al nivel de los niños y únase a sus juegos. Responda positivamente a sus juegos para ayudarles a que tomen confianza y para motivarles a que jueguen más. Nunca se burle de los juegos de los niños.
- Comparta con la familia lo que note en el juego del niño.
- Pida a los padres que vistan a los niños con ropa lavable y calzado fuerte.

La seguridad lo primero

Es importante seguir unas normas básicas de seguridad para reducir la posibilidad de que los niños se hagan daño mientras juegan. Esto incluye proporcionar a los niños juguetes,

materiales y entornos seguros. Los siguientes documentos de California Childcare Health Program podrían ser útiles:

- Lista para Crear Entornos Seguros en el Interior y al Aire Libre
- Póster para Evitar Peligros de Atragantamiento y Asfixia
- Póster de Comportamiento Seguro en el Patio de Recreo
- Lista de Seguridad con Juguetes

Recursos

DE CERO A TRES (ZERO TO THREE). El Centro Nacional para Bebés, Niños Pequeños y Familias (National Center for Infants, Toddlers and Families) publica varios documentos dirigidos a familias y proveedores de cuidado infantil con consejos sobre el juego, entre los que se incluye *El Poder del Juego -- Aprendizaje Mediante el Juego desde el Nacimiento hasta los Tres Años de Edad (The Power of Play—Learning Through Play from Birth to Three)*. Estos documentos se pueden solicitar o descargar del Internet. Para descargarlos, vaya a <https://www.zerotothree.org/resource/the-power-of-play/>

Segal, M. (1998). *Your Child at Play: Birth to One Year*. 2ª Edición Serie de *Your Child at Play* [también disponibles: *One to Two; Two to Three Years; Three to Five Years; Five to Eight Years*.] New York: Newmarket Press.

Referencias

Perry, B., Hogan, L., Marlin, S. *Curiosidad, Placer y Juego: Perspectiva del Desarrollo Neurológico (Curiosity, Pleasure and Play: A Neurodevelopmental Perspective)*. Haaeyc Advocate, 15 de junio de 2000. www.childtrauma.org/ctamaterials/Curiosity.asp.

Koralek, D. (2004). *Foco en los Niños Pequeños y el Juego (Spotlight on Young Children and Play)*. Asociación Nacional para la Educación de Niños Pequeños (National Association for the Education of Young Children). Washington, D.C.