

EL JUEGO EN LA INFANCIA



LA IMPORTANCIA DE JUGAR

¿Sabías que los niños y las niñas juegan desde que son bebés? Juegan con sus manos y con sus pies. Juegan cuando agarran cosas y se las llevan a la boca. Juegan con la comida y con su voz cuando gritan o cantan. Juegan con su cuerpo y en la interacción con otras personas.

Jugar es un asunto muy importante durante la infancia: es lo más propio de la niñez y es parte de un desarrollo emocional saludable.

Los niños y las niñas no solo conocen y descubren el mundo a través del juego, sino que, al mismo tiempo, lo construyen. Crean su mundo interno y, en el mismo juego, modifican su mundo

externo, su entorno. Por eso el espacio de juego nunca queda igual. Por lo general, queda todo dado vuelta, simplemente porque la atención está puesta en el juego y no en el orden.

Y para jugar, hay que desordenar.

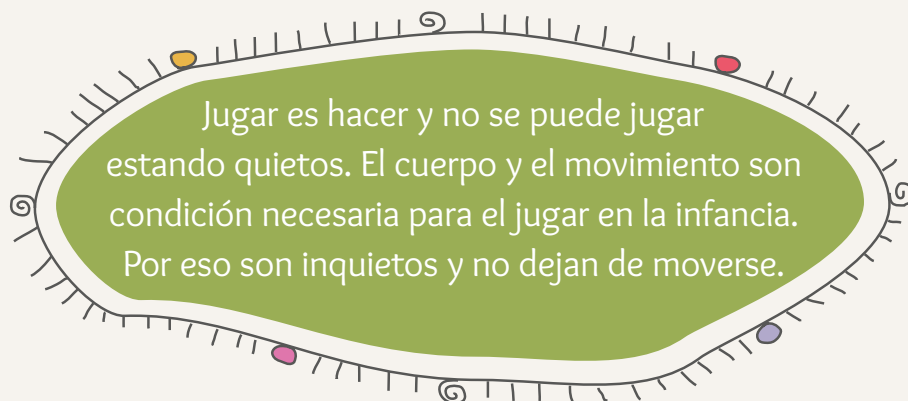
Por eso es importante permitir ese “desorden”. Si en una casa no se puede mover nada de lugar, no se pueden hacer desparramos, ruidos, ni desordenar las cosas por un rato, es muy difícil jugar. No se puede jugar y sostener un juego si estamos preocupados porque las cosas permanezcan en orden.

SI QUEREMOS CONECTAR CON UN NIÑO O UNA NIÑA EL MEJOR CAMINO SIEMPRE SERÁ EL JUEGO

Jugar con él o ella y sumergirse en ese mundo de realidad fantasmagórica compartida. A veces las responsabilidades del día a día nos hacen olvidar de lo importante que es el tiempo de calidad

compartido: un momento de juego, de verdadera conexión, sin pantallas por medio. **Un tiempo de verdadera conexión emocional en el que dar nuestra completa atención.**

No se puede descubrir el mundo dentro de un corralito o sin tocar nada. No se juega solo con juguetes, sino también con los objetos de la vida cotidiana: la mochila de papá, la comida, la cuchara, la regadera de la abuela, los cajones, el canasto de la ropa sucia.



¿CÓMO PODEMOS ACOMPAÑAR?

Ofreciendo espacios seguros para explorar sin peligros. Brindar estos espacios forma parte de lo que llamamos **ambiente facilitador: un espacio que sea cómodo y seguro para que un niño o una niña pueda jugar.**

En lo posible es importante que el espacio físico favorezca la libertad de movimientos y la exploración. Sobre todo, en nuestras casas, que es donde más tiempo pasamos, debemos poner

atención a que los objetos que estén a su alcance no sean peligrosos o frágiles y se puedan romper fácilmente.

Los objetos que estén “prohibidos” para los niños y niñas (remedios, insecticidas, productos de limpieza, cuchillos, tijeras, etc.) nunca deben quedar al alcance de los más pequeños.

¿A QUÉ LES GUSTA JUGAR?

Es muy común que pase que jueguen a **tirar cosas o comida al piso.** Pero esto pasa porque de este modo ellos y ellas descubren y construyen el espacio exterior. Es a través de estos jugares que se apropian del mundo que los rodea. Es un descubrir/construir en simultáneo.

Otra actividad que a niños y niñas pequeñas les divierte mucho son los **juegos enérgicos** que pongan en acción todo su cuerpo: saltar sobre la cama, bailar en cualquier lado, juegos de persecución, correr en la vereda, trepar las rejas, revolcarse por el piso o tirarse desde un lugar alto.



LIBERTAD DE MOVIMIENTO

Brindar libertad de movimiento implica confiar en que el niño o la niña podrá alcanzar su desarrollo sin ayuda. Por ejemplo, sentarse, pararse, caminar, saltar.

Para poder moverse libremente, los bebés, las niñas y los niños necesitan ropa cómoda, un espacio adecuado y que las personas adultas no interfieran sus movimientos.

La presencia cercana y la disponibilidad de los cuidadores, les da, desde muy temprano, la posibilidad de descubrir por sí mismos qué son capaces de hacer con su cuerpo.

Los pies descalzos la mayor cantidad de tiempo posible ayudan a que ese aprendizaje sea más sencillo, ya que, durante los primeros tiempos, las medias, los zapatos y las zapatillas anulan una gran cantidad de sensaciones y de información que el bebé recibe a través de sus pies.

¿QUÉ SIGNIFICA EXPLORAR EN LA PRIMERA INFANCIA?

Durante toda la infancia, pero de manera aún más intensa en la primera infancia, los niños y las niñas necesitan **explorar**. No les basta que les expliquemos cómo funciona el mundo, sino que quieren experimentarlo, vivirlo y sentirlo por sus propios me-

dios. También, es usual que busquen la **repetición**: que pidan siempre el mismo juego, el mismo cuento o la misma película. Buscan la repetición porque, de ese modo, saben qué esperar del mundo y, al mismo tiempo, van aprendiendo cosas nuevas.

¿QUÉ ES EL JUEGO DEL “COMO SI” O JUEGO SIMBÓLICO?

Entre los dos y tres años es frecuente ver aparecer **el juego simbólico o juego narrativo**: un “como si”. ¿Dale que somos superhéroes y atrapamos a los villanos? ¿Dale que yo soy la mamá y vos el hijo? Durante muchos años se ha considerado al juego simbólico como el juego infantil por excelen-

cia. Pero hoy sabemos que hay distintos tipos de juegos y todos son importantes.

Esta forma de juego muchas veces sirve para procesar experiencias vividas, realizar fantasías o expresar miedos. El juego simbólico también está íntimamente ligado a la ficción y a la creatividad.

¿Y POR QUÉ NO JUEGAN SOLOS?

Durante los primeros años, niñas y niños no suelen jugar tanto solos. La mayoría de las veces “juegan solos en presencia de alguien”. Esto es porque necesitan de una persona adulta significativa que esté presente, aun cuando no esté jugando. Su presencia garantiza confianza y seguridad.

Hasta los dos años aproximadamente, suele darse lo que se conoce como “juego paralelo”. Cada quien jugando en lo suyo porque todavía se está construyendo el registro del otro. Quizás haya dos niñas jugando a lo mismo en el mismo espacio, pero cada una lo hace por separado. El juego social o compartido suele aparecer alrededor de los tres años.



EL JUGAR Y LOS INICIOS DE LA ALIMENTACIÓN COMPLEMENTARIA

Cuando un bebé empieza a comer alimentos “sólidos” se dice que ha iniciado la alimentación complementaria.

¿Cómo son esas primeras comidas? El bebé se lleva a la boca el alimento, primero juega con él y lo

mueve de lado a lado. Lo mastica y decide cuándo es momento de tragarlo o de escupirlo. Se trata de un proceso de aprendizaje y, para eso, es importante darle la oportunidad de poder experimentar y jugar.

EL JUGAR Y LAS PANTALLAS

Es una realidad que miles de millones de personas que habitamos en este planeta vivimos

rodeadas de pantallas. Por supuesto, también los niños y las niñas.

¿PERO QUÉ EFECTOS TIENEN LAS PANTALLAS EN EL DESARROLLO EMOCIONAL INFANTIL?

En primer lugar, la pantalla no educa, no cuida ni reemplaza la interacción con otro ser humano. Puede llegar a enseñar conocimientos en términos de contenidos, pero nunca podría criar. **No se trata**

solo de lo que alguien aprende, sino, sobre todo, de cómo lo aprende. La sensibilidad, la disponibilidad, la adaptación activa que necesitan las infancias nunca podría ser brindada por una máquina.