



Aprender jugando

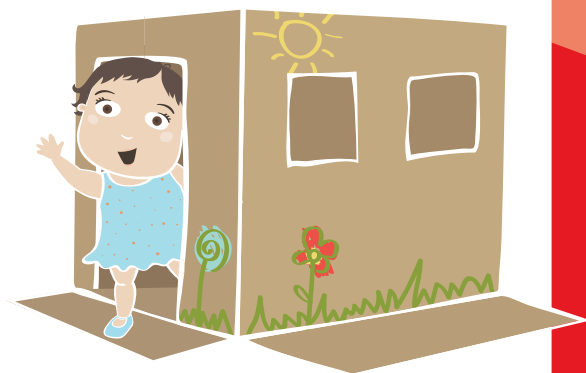
*Guía familiar para fomentar el juego como
manera de conocer y explorar el entorno*

DESDE EL NACIMIENTO HASTA LOS 3 AÑOS



ÍNDICE

<i>La importancia del juego</i>	2
1. <i>Te recomendamos</i>	4
2. <i>Explorando todo: Desde el nacimiento a los 12 meses</i>	12
3. <i>Moviendo y sacudiendo: Desde los 12 a los 24 meses</i>	16
4. <i>Sociabilizando: Desde los 24 a los 36 meses</i>	20
5. <i>Cómo escoger un buen juguete</i>	24



* Contenidos extraídos de

"ACOMPAÑÁNDOSE A DESCUBRIR:
Guía y registro para el desarrollo de
tu hijo o hija de 0 a 24 meses."

Chile Crece Contigo, 2009.

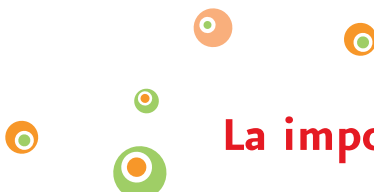
"EL IMPACTO DE JUGAR"

Zero to three ~ www.zerotothree.org

* Edición de contenidos, dirección de arte
y diseño: Patricia Manns y María Renard

* Ilustración: Bernardita Ojeda

* Diseño y diagramación:
Patricia Manns y María Renard



La importancia del juego



Juego y aprendizaje van de la mano. El juego es una de las actividades más importantes para el desarrollo saludable de tu hijo o hija. Busca oportunidades para jugar en familia y pasarlo bien. Basta un poco de imaginación y ganas de compartir.



Desde su primer día de vida, los niños y niñas están deseosos y decididos a comprender cómo funciona el mundo. Lo hacen a través de juego y usando todas las “herramientas” que encuentran a mano. **Cuando tu hijo o hija se involucra en el juego y se divierte, está aprendiendo.**



Observa a tu guagua desde su nacimiento, porque **cada niño y niña es único**. Es posible que tenga aptitudes sobresalientes, o bien, necesidades especiales. **Déjate guiar por tu guagua.** Sin duda te indicará qué le interesa. Cuando veas cómo disfruta con sus descubrimientos, vas a querer jugar con ella cada vez más. Esto es muy provechoso, porque a ti también te hace muy bien el juego. La espontaneidad y la diversión pueden aliviar la tensión emocional.

Los juegos no sólo son entretenidos, sino que constituyen una de las formas más importantes en que puedes fomentar su desarrollo. En el juego con tu hijo o hija no hay reglas, y tampoco necesitas de juguetes caros. **¡Tú eres su juguete favorito!**

Lo que puedes hacer:

* Lo más importante es la seguridad

Crea un ambiente seguro para tu hijo o hija. El lugar donde esté y los juguetes que use deben ser seguros para descubrir y explorar con libertad. Asegúrate de que los juguetes no contengan partes que quepan en su boca. Ponte a la altura de tu hijo o hija para ver lo que puede alcanzar. Esto es especialmente importante cuando aprende a desplazarse. Con esto no tendrás que decirle tantos "No", lo que es bueno para todos.

* Observa y espera

Ve lo que tu hijo o hija puede hacer. Sólo dale el apoyo que necesita para lograr su objetivo o ayúdalo a dar el siguiente paso para alcanzar una nueva meta.

* Sigue a tu pequeño líder

A algunos niños y niñas les encantan los alborotos. Otros se sienten abrumados con mucho ruido y prefieren explorar con sus ojos. A algunos les gusta mucho el movimiento o les interesa más utilizar sus manos para descubrir cómo funciona un juguete u objeto. Déjate guiar por tu hijo o hija y descubrirás qué tipos de actividades son adecuadas para su manera de descubrir su entorno.

Los niños y niñas aprenden mejor a través de sus experiencias diarias con las personas cercanas y en quienes confían y, sobre todo, cuando el aprendizaje es a través del juego.

La relación con tu hijo o hija es la base de su desarrollo saludable. Podrás acompañarlo mientras experimenta y se adapta al mundo.

Acompaña a tu hijo o hija en sus intentos por descubrir su entorno. Así reforzarás su confianza y seguridad.

Aprovecha las actividades diarias para hacerlas un juego. Ayuda a tu hijo o hija a desarrollar sus propias historias y usar su imaginación.



1

TE RECOMENDAMOS



JUEGA CON TU HIJO O HIJA

Toda la familia puede participar. Es importante que apoyen el desarrollo de la guagua y que celebren sus nuevos logros. Cuando el aprendizaje se da dentro de una relación de amor, los niños y niñas se convierten en alguien deseoso de aprender de por vida.



Aprovecha las actividades diarias para hacerlas un juego. Ayuda a tu hijo o hija a desarrollar sus propias historias y usar su imaginación.



FÍJATE EN LO QUE TU HIJO O HIJA INTENTA HACER O DESCUBRIR

Piensa en todo aquello que está aprendiendo, como hundirse y flotar, cuando introduce diferentes objetos en la tina. Dale el apoyo que necesite para lograr su objetivo.



*Usa objetos o
juguetes que poten-
cien el juego imaginativo.
La arena, el agua o los
materiales para dibujar
ayudan a desarrollar
la creatividad.*



PRESENTE NUEVOS RETOS CUANDO CONSIDERES QUE YA ES EL MOMENTO

Cuando tu hijo o hija esté aprendiendo a gatear, puedes alejarle un poco un objeto deseado para que pueda experimentar el movimiento. Cuando entre al mundo de la imaginación, sugiere actividades estimulantes. Por ejemplo, imaginarse que una caja de cartón puede ser una casa.

Convierte un paseo en una aventura para aprender. Muéstrale y háblale sobre lo que ves y trata de que tu hijo o hija reconozca y repita lo que ve.



SEAN ESPONTÁNEOS Y DIVIÉRTANSE

Jugar no es un trabajo, se trata de pasar un momento de diversión y emoción para compartir con tu hijo o hija. Puede ser en cualquier momento y lugar. Muchos momentos cotidianos pueden transformarse en juego. Relájate y diviértete. ¡El juego también es bueno para ti!



*Dale a tu hijo o hija
oportunidades para
descubrir, experimentar,
comunicarse
y aprender.*



ME MUEVO, APRENDO

Tu hijo o hija utiliza su cuerpo para explorar, descubrir y comunicarse. A través de la actividad física estimula la conexión entre su mente y su cuerpo, logrando interesarse cada vez más en su entorno. Además, cada vez que tu hijo o hija usa su cuerpo para explorar y comunicarse, realiza movimientos que necesita para tener un cuerpo fuerte y saludable.

El movimiento, el baile y el juego activo ayudan a tu hijo o hija a desarrollarse integralmente y a explorar e interactuar con su entorno. Al involucrar la actividad física como parte de la rutina diaria con tu hijo o hija, estarás ayudando a que disfrute y que aprenda a través del movimiento.



MÍRAME Y SABRÁS CÓMO ME SIENTO Y EN QUÉ ESTOY PENSANDO

El movimiento es una de las primeras formas que tu hijo o hija utiliza para expresar lo que quiere y cómo se siente. Tus respuestas a sus movimientos lo ayudan a aprender a comunicarse (por ejemplo, si te apunta un libro y tú se lo pasas). Esto también hace que se sienta querido e importante.



Los niños y niñas
crecen a través del
juego: aprenden a usar
sus músculos, coordinan lo
que ven con lo que hacen
y adquieren dominio
de su cuerpo.



ME MUEVO CONTIGO, TE CONOZCO, ME SIENTO CERCA DE TI

El movimiento conecta a tu hijo o hija contigo y con otras personas. El juego activo te ayudará a ti y a tu hijo o hija a conocer detalles importantes acerca de la manera única en que cada uno se mueve. Compartir la alegría del movimiento los ayudará a establecer un vínculo más cercano.

El juego es una de las formas más potentes de desarrollar la inteligencia y el modo de aprender de los niños y niñas.



¡PUEDO HACERLO!

Al usar su cuerpo para descubrir su entorno, tu hijo o hija adquiere habilidades, conocimientos, fuerza y control sobre lo que hace. Una buena manera de estimular la confianza de tu hija o hijo es ayudarlo a darse cuenta de cómo hacer algo, en lugar de hacerlo por él. Con cada nuevo logro físico, aumenta la confianza en sí mismo que necesita para hacer frente a desafíos más complejos.



2

EXPLORANDO TODO: DESDE EL NACIMIENTO A LOS 12 MESES

A esta edad, los niños y niñas **empiezan a jugar y usan todos sus sentidos**: sus ojos, oídos, nariz, manos y boca. Sus sentidos y las partes de su cuerpo son sus herramientas.

A medida que crecen, **aprenden a controlar su cuerpo** para realizar más descubrimientos. Tratan de alcanzar y tirar cosas, lo que les permite explorar juguetes de nuevas maneras.

A los 9 meses, empiezan a entender lo que es **causa y efecto**: “Aprieto el botón para que suene la música”. Además, **se dan cuenta que las cosas existen aunque ya no puedan verlas**. Esto quiere decir que buscarán la pelota que rodó detrás del sillón y que llamarán a sus padres cuando salgan de su pieza.

Cuando van a cumplir un año, **son grandes comunicadores** y usan gestos, expresiones faciales, ruidos e incluso algunas “palabras” (como “guau” para perro). ¡Pronto nadie se acordará cuando no podían hablar!





Uso todos mis sentidos

AL JUGAR CON SU MAMÁ AL SONAJERO, PEDRO APRENDE:

- * **Cómo suenan las palabras y el ritmo del lenguaje** cuando su mamá le habla.
- * **Comunicación** cuando él y su mamá tienen una “conversación” y ella entiende y responde a sus señales.
- * **Acerca de su autoestima** cuando observa el gusto con que su mamá juega con él.
- * **Imitación y causa y efecto** cuando mueve el sonajero como su mamá y escucha el ruido que hace.
- * **Coordinación de manos y ojos** cuando alcanza y agarra el sonajero.
- * **Los objetos** cuando escucha el ruido del sonajero, ve sus colores, siente su textura e incluso lo huele y lo prueba con la boca.

A la hora del juego te recomendamos



Interacción

Arrulla y habla con tu guagua. Trata de imitar los ruidos que hace y espera a que te responda. Dale la oportunidad que ella también te imite. Muéstrale que al abrir una caja el payaso salta o enséñale como dar vuelta las páginas de un libro.

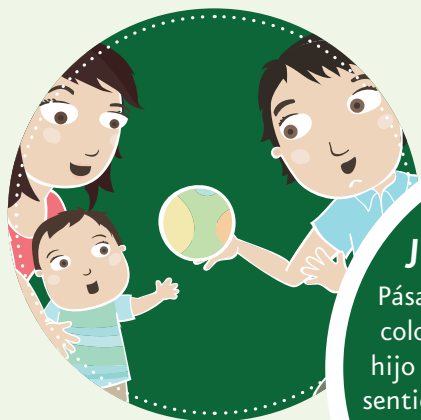
Canta y baila

Escucha distintos tipos de música y baila con tu hijo o hija para ver cuál le gusta más. Cántale su canción favorita. No te preocupes por la calidad de tu voz, ya que estará fascinado de escucharte.



¿Dónde estás?

Intenta esconder tu cara detrás de tus manos o una prenda cuando estés mudando o vistiendo a tu guagua. Es posible que al principio te demuestre que ese juego le gusta simplemente prestándole mucha atención. Más tarde sonreirá, moviendo sus piernas y haciendo ruidos. A los 9 meses, es posible que te quite las manos de tu cara para “encontrarte”.



Juego con una pelota

Pásale una pelota de diferentes colores y texturas. Deja que tu hijo o hija explore con todos sus sentidos. Dale oportunidad de ver qué más puede hacer con ella: con el tiempo, aprenderá a hacerla rodar.

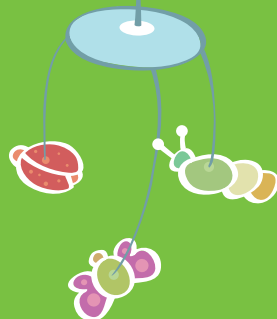


Tengo el mismo móvil sonoro que le encanta al hijo de mi vecina, pero mi guagua llora cada vez que lo hago funcionar. ¿Qué significa eso?

Los niños tienen distintos niveles de tolerancia. Mientras algunos pueden aguantar mucho ruido y movimiento a la vez, otros sienten que es demasiado.

Al parecer tu guagua te está indicando que el móvil es más de lo que ella puede tolerar. Intenta dejar que sólo lo mire, sin ponerle música. Cuando esté calmada y sientas que le está gustando, trata de moverlo lentamente para que lo vea dar vueltas. Si le gusta, puedes intentar también con la música.

Al exponerla a más estímulos lentamente, de a poco y siendo sensible a lo que le gusta, le ayudarás a que poco a poco tenga mayor tolerancia.



3

MOVIENDO Y SACUDIENDO: DESDE LOS 12 A LOS 24 MESES

Las posibilidades para jugar con las niñas y niños pequeños aumentan muchísimo a medida que van creciendo. **Aprenden a comunicarse mejor** con gestos, sonidos y palabras. Además, aprenden **a pararse sin ayuda y luego a caminar**. Usan sus manos para jugar y explorar objetos de formas más complejas.

Cada niño y niña tiene sus preferencias de cómo le gusta explorar. A algunos les gusta mucha acción; otros prefieren juegos más calmados. **Observa con atención las actividades con las que disfruta tu hijo o hija**, así podrás sintonizarte mejor con su manera de conocer el entorno.

Los niños y niñas a esta edad **están entrando al mundo de la imaginación**. Pasan de sólo imitar lo que ven en la vida real a imaginar nuevas situaciones.

Ya sea que estén en la tina de baño o en el suelo, los niños y niñas **usan sus cuerpos y mentes para aprender cómo funciona el mundo**, el cual les parece enorme, emocionante, complicado y maravilloso.





Aprendiendo a resolver situaciones

CUANDO ANA Y SU PAPÁ JUEGAN CON RECIPIENTES, ELLA APRENDE:

Los colores, números, formas y palabras nuevas cuando su papá le nombra los colores de las tapas, cuando cuentan cuántos recipientes hay y cuando observan y comentan las diferentes formas que tiene cada uno.

A imitar cuando ella copia cómo su papá enrosca una tapa en un frasco.

A coordinar sus manos y sus ojos y a cómo resolver problemas cuando además de elegir la tapa correcta para el recipiente que tomó, logra taparlo.

A confiar en sí misma cuando su papá la felicita y se da cuenta que ya logró lo que quería y ya es capaz de enfrentar una actividad nueva.

A mantener una relación de cariño cuando experimenta el gusto de compartir descubrimientos y desafíos con su papá.

A la hora del juego te recomendamos



Hagámoslo una y otra vez

A través de la repetición, las niñas y niños pequeños descubren cómo funcionan y se relacionan las cosas entre sí. Llenan y vacían una cubeta una y otra vez aprendiendo así los conceptos de lleno y vacío, adentro y afuera. Tal vez quieran que se les lea el mismo libro noche tras noche. Este tipo de repetición les ayuda a saber qué esperar. Les da una sensación de seguridad y control sobre su mundo. También sirve para practicar sus capacidades nuevas, lo que refuerza su confianza en sí mismos.



Manos ocupadas

A las niñas y niños pequeños les encanta hacer que las cosas funcionen. Utilizan sus manos para todo, desde hacer que su caja musical toque su música favorita hasta explorar uno de sus libros preferidos. También les gusta pintar con los dedos, colorear o exprimir el agua de una esponja.

Correr, trepar y los juegos de acción

Algunos juegos de acción hacen que los niños y niñas se muevan, canten, escuchen, aprendan a tomar turnos y a cooperar unos con otros. La plaza o el parque les da la oportunidad de correr, trepar y jugar con otros niños y niñas. En un día de lluvia, intenta crear una "pista de obstáculos" dentro de tu casa.



Me encanta que mi nieta de 18 meses quiera jugar con otros niños, pero pareciera que siempre se pelea por un juguete. ¿Cómo puedo ayudarla a aprender a compartirlos?

Aprender a compartir toma mucho tiempo y práctica. La mayoría de las niñas y niños pequeños no saben compartir. Puede parecer que tu nieta sabría hacerlo porque hace otras cosas, como entender lo que es "no" y obedece algunas instrucciones.

Sin embargo, los niños y niñas de esta edad aún no tienen autocontrol. Todavía están aprendiendo cuáles son los sentimientos de los demás.

Puedes ayudarla a que aprenda a compartir poco a poco si practica juegos en que haya que tomar turnos y al enseñarle cómo tú compartes cosas con ella.



4

SOCIABILIZANDO: DESDE LOS 24 A LOS 36 MESES

A esta edad, los niños y niñas **están deseosos de tener compañeros de juego**. Meses antes, es posible que hayan observado cómo juegan los niños y niñas, o incluso, que hayan jugado junto a otro niño o niña.

Ahora comienzan a jugar juntos y a veces ¡sin pelear! Es probable que los niños y niñas que tengan hermanos ya hayan practicado a **jugar tomando turnos**. Sin embargo, para una hija o hijo único, esto puede ser difícil.

Tu hijo o hija poco a poco desarrollará la capacidad para relacionarse, pero necesitará práctica y orientación.

Durante este tercer año, también ocurre un gran avance en la capacidad de los niños y niñas para **usar su imaginación**. Ya no usan su escoba de juguete sólo para barrer; ahora es su caballo galopante. Por lo general, los niños y niñas de dos años pasan mucho tiempo en juegos imaginarios con sus amigos. A medida que se acercan a los tres años, comienzan a **inventar historias y “reglas” para sus juegos**.

Los juegos imaginarios también ayudan a los niños y niñas de esta edad a hacer frente a situaciones difíciles.





Jugando con la imaginación

CUANDO JUEGAN A “COCINAR”, ROSA Y JUAN DESARROLLAN:

La creatividad al inventar sus propios “platos” de comida.

La capacidad para el lenguaje porque conversan mientras juegan.

Cómo compartir cuando se turnan el cucharón para revolver.

Autocontrol cuando Ana le ayuda a Pablo a entender que no puede tirar lejos los platos y cucharas.

La capacidad para resolver problemas cuando Pablo elige el recipiente adecuado para vaciar su “comida” y que quepa.

Comprensión de símbolos cuando usan la caja de cartón como mesa de trabajo en la “cocina”.

A la hora del juego te recomendamos

Digámoslo con música

Los juegos musicales dan la oportunidad de escuchar y seguir instrucciones. Además, enseñan acerca de las palabras y sonidos y permiten a los niños y niñas mover y ejercitar sus cuerpos.



Familia y amigos

Invita a un amigo(s) de tu hijo o hija a jugar. Esto le da a tu hijo la oportunidad de jugar con niños de otras culturas. Asimismo, ésta es una oportunidad para actuar como entrenador de tu hijo al ayudarlo a aprender a compartir y resolver conflictos. También puede aprender cosas nuevas al observar a otros niños hacerlas.



Juego tranquilo

El juego de los niños y niñas no siempre tiene que estar lleno de acción. Ver libros, escuchar cuentos y dibujar le ayudan a desarrollar su imaginación y el lenguaje. Muchos niños y niñas disfrutan jugando con arena o masa para modelar. Estas actividades pueden tranquilizarlos y son relajantes.



Actuación

Fomenta el juego de fantasía dándole a tu hijo o hija ropa y otros materiales para disfrazarse. Usa artículos como sombreros, cajas, objetos para tocar música y todo lo que puedan encontrar. Únanse a la diversión. Al participar, puedes ayudar a tu hijo o hija a ampliar sus ideas, a aprender acerca de sus pensamientos y sentimientos y a expresarlos en una actuación.



Mi hijo de dos años es muy tímido y no intenta hacer nada en nuestro nuevo grupo de juego ¿Cómo puedo ayudarlo a participar más?

Los niños y niñas nacen con su forma individual de experimentar el mundo, lo que se conoce como su temperamento.

Al parecer, tu hijo, como muchos niños y niñas, necesita más tiempo para sentirse seguro en situaciones nuevas.

Intenta hablarle con anticipación acerca de cómo puede ser la nueva experiencia e invita a uno de los niños a jugar. Una vez que lo haga, exploren juntos, conversen acerca de lo que los otros niños y niñas están haciendo y reúnete con otro padre y su hijo en alguna actividad.

Si tomas una estrategia más lenta pero sensible, tu hijo se sentirá más cómodo en situaciones nuevas.



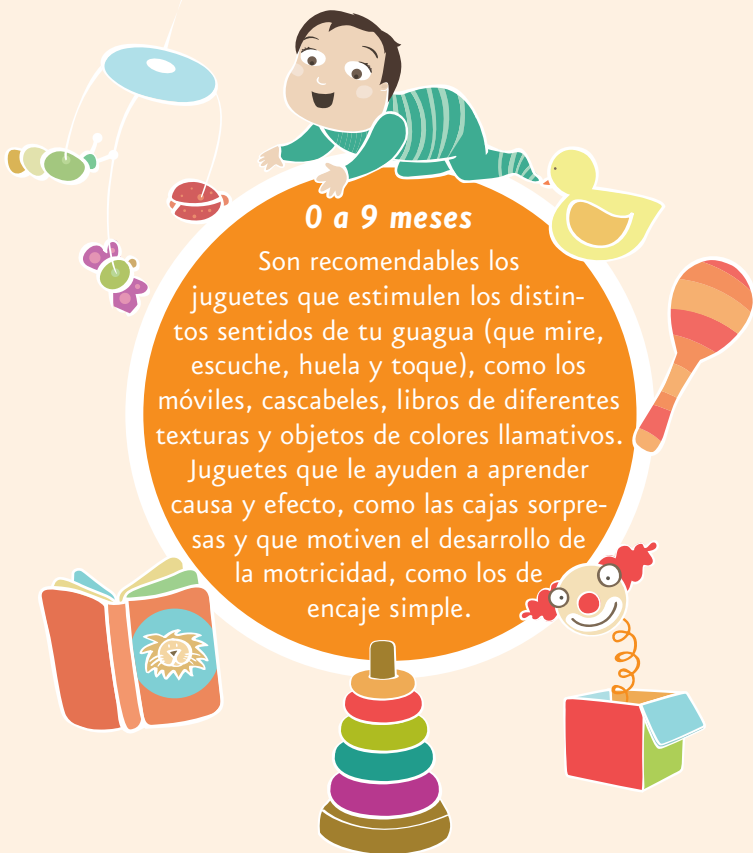
5

CÓMO ESCOGER UN BUEN JUGUETE

0 a 9 meses

Son recomendables los juguetes que estimulen los distintos sentidos de tu guagua (que mire, escuche, huela y toque), como los móviles, cascabeles, libros de diferentes texturas y objetos de colores llamativos.

Juguetes que le ayuden a aprender causa y efecto, como las cajas sorpresas y que motiven el desarrollo de la motricidad, como los de encaje simple.





9 a 18 meses

Juguetes que imitan lo que se usa y hace en la vida real, por ejemplo cocinar y jardinear.

Juguetes para resolver problemas, como set de piezas para encajar

Instrumentos musicales para estimular el movimiento, coordinación, ritmo y expresión.



18 a 36 meses

Materiales que les ayuden a crear con sus manos, como lápices de cera, témperas, papeles, revistas y plastilina no tóxica.

Objetos que les ayuden a usar su imaginación, como disfraces y libros.

Instrumentos musicales más complejos, donde puedan desarrollar su motricidad al mismo tiempo que su creatividad.



¿Cómo saber si un juguete es seguro?



Debe tener bordes y puntas redondeadas, sin astillas o grietas pronunciadas.

Mira la etiqueta y fíjate que sea apto para niñas y niños pequeños y fabricado con materiales no tóxicos. Debe ser lavable.



Las piezas o partes que lo componen deben ser más grandes que el tamaño de la boca del niño o niña, para evitar que se las trague.



Es muy importante mantener limpios todos los juguetes y objetos que le entregas a tu hijo o hija. Es fundamental lavarlos periódicamente y repararlos o eliminarlos cuando se encuentran en mal estado.



Cuando entro a una tienda, me siento agobiada por la cantidad de videos, juegos de computador, y otros juguetes electrónicos que afirman hacer que los bebés sean más inteligentes. ¿Cómo puedo saber qué comprar?

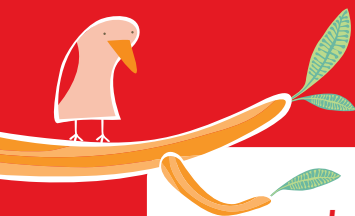
No te dejes engañar por estos productos. No existen investigaciones que demuestren que ayudan al desarrollo del cerebro.

En realidad, los objetos seguros del hogar, tales como recipientes de plástico para llenar y vaciar, y ropa vieja para disfrazarse, son excelentes herramientas de aprendizaje.

Juguetes clásicos, tales como bloques, camiones y objetos que imitan objetos de la vida real, como cocinas de juguete, son fantásticos para desarrollar la imaginación.

¡Y no olvidemos los libros! Mientras más tenga que usar su mente y su cuerpo un niño o niña para resolver problemas y desarrollar sus propias ideas, mayor será el aprendizaje.





¡Los invitamos a ser parte activa del desarrollo saludable de sus hijos e hijas!

La colección de 12 guías familiares contiene actividades, información útil y recomendaciones, diseñadas por el Sistema de Protección Integral a la Infancia **CHILE CRECE CONTIGO** para acompañarlos en el proceso de crianza de sus hijos e hijas.

Esperamos que este material los ayude y les muestre que pueden acompañar a su hijos e hijas a crecer y descubrir el mundo a través del contacto y cariño de todos los días.



DISTRIBUCIÓN GRATUITA
PROHIBIDA SU VENTA

El juego es divertido e importante para el desarrollo intelectual, social, emocional y físico de las niñas y niños pequeños. A través del juego, desarrollan la capacidad de resolver problemas, para relacionarse con otros, para comunicarse y expresarse y muchas otras destrezas esenciales para un desarrollo saludable que lleve a una vida adulta plena.

El juego también es importante porque los incluye a ustedes como familia: Los niños y niñas aprenden mejor a través de sus experiencias diarias con las personas cercanas y en quienes confían y, sobre todo, cuando el aprendizaje es a través del juego.

Esta guía describe cómo los niños y niñas aprenden a través del juego, de qué forma los diferentes tipos de juego contribuyen al desarrollo saludable, qué juguetes son más útiles y cuál puede ser tu rol apoyando a tu hijo o hija a través del juego diario.

Esperamos ser un apoyo a la crianza y desarrollo saludable de sus hijos e hijas durante los meses y años por venir.



Para más información te invitamos a visitar
www.crececontigo.cl



PROTEGE



red de protección social
GOBIERNO DE CHILE

