

TRAER LAS LECCIONES A CASA *para Familias y Cuidadores*



LA MAGIA DEL JUEGO Y CÓMO LOS PADRES PUEDEN APOYARLO EN CASA

El Dr. Stuart Brown, investigador del juego y fundador del Instituto Nacional del Juego, dijo una vez: **“Estamos hecos para jugar, y por el juego.”** En términos más simples, cuando los niños juegan, están desarrollando habilidades para la vida. El juego ayuda a los niños a aprender a tomar decisiones de forma independiente, a ganar confianza y a desarrollar relaciones saludables.

El juego es una parte natural del desarrollo infantil y los cuidadores pueden apoyar el bienestar de sus hijos permitiéndoles intencionalmente tiempo para jugar libremente. Las familias no tienen por qué sentirse presionadas a crear siempre “experiencias” para sus hijos. De hecho, las investigaciones nos dicen que los tipos de juego más beneficiosos permiten a los niños tener plena libertad para elegir qué y cómo jugar, de modo que puedan crear e imaginar un mundo para sí mismos. Entonces, ¿cómo pueden los padres apoyar oportunidades de juego libre saludables para sus hijos?

1. PREPARE UN ESPACIO

Tener un espacio dedicado en su casa, aunque sea un pequeño rincón en un lugar céntrico, puede fomentar el juego libre en diferentes momentos del día, incluso antes de la escuela, mientras se prepara la cena o entre las prácticas deportivas. Considere agregar juguetes de uso libre, a menudo llamados juguetes expresivos, a este espacio. Se puede jugar con juguetes de uso libre de diversas maneras y expandir la imaginación. Estos incluyen bloques, muñecas, figuras, materiales de arte o comida de juguete. Este espacio debe estar libre de dispositivos electrónicos y tecnología.

2. DÉJELOS JUGAR SOLOS (¡A MENOS QUE LE INVITEN A JUGAR!)

Buenas noticias: ¡Está bien dejar que sus hijos jueguen solos sin interacción con adultos! De hecho, el juego independiente fomenta la creatividad, apoya las habilidades sociales, permite la resolución de problemas y fomenta la toma de decisiones. A veces, los niños necesitan jugar solos o con un amigo o hermano sin que interfiera un adulto. Otras veces, anhelan la atención de los adultos. A menos que su hijo/a le invite específicamente a jugar, dele espacio para imaginar y explorar por su cuenta.

3. CUANDO LO INVITEN A JUGAR, DÉJELO QUE TOMÉ LA INICIATIVA

Seamos realistas, los niños rara vez tienen el control de su propio tiempo. Ya sea en la escuela, durante las actividades extracurriculares, a la hora de comer e incluso durante su rutina para irse a la cama, a los niños se les dice constantemente qué hacer y cómo hacerlo. Por eso es tan importante dejar que su hijo/a tome la iniciativa, incluso cuando lo invite a participar en su juego. Dejar que su hijo/a tome la iniciativa significa darle la oportunidad de decirle a USTED qué hacer y cómo hacerlo. Si su hijo/a le pide que coma un plato de sopa imaginaria, ¡juegue con él y sorba! Si lo invitan a ser un monstruo, considere susurrarle al oído: “¿Qué tipo de monstruo debería ser?” Esto permite que los niños tengan el control de la historia que están creando a través del juego.

Los niños son expertos en el juego, ¡así que usted no tiene por qué serlo! Siéntese, relájese y deje que sus hijos hagan lo que mejor saben hacer.