



# Aproveche al máximo los momentos de juego

## ¿Reconoce esta historia?

**E**A Jamia, de 8 meses de edad, le encanta el juego de esconder las caras que su papi juega con ella. Tomás, el padre de Jamia, esconde su cara detrás del sofá, luego asoma la cabeza con una gran sonrisa y dice: “¡Aquí está Papi!” Tomás y Jamia repiten la interacción una y otra vez. Cada vez que Tomás asoma la cabeza, Jamia expresa puro deleite. Después de varias repeticiones, Tomás se cansa del juego y ya está listo para los quehaceres. Una vez que Tomás deja de jugar y empieza a doblar la ropa limpia, Jamia grita y da chillidos, estira el cuerpo y agita los brazos hacia su papi como si

quisiera decir: “¡No dejes de jugar conmigo!” o “¡Más! ¡Más!”

Jackson, de 14 meses de edad, tira su vasito a la basura. Su madre, Danette, tranquilamente lo recoge del cubo de la basura, lo lava y se lo da otra vez. Tan solo unos segundos más tarde, Jackson vuelve a tirar su vasito a la basura otra vez y mira a su madre con una gran sonrisa. Danette está un poco distraída y frustrada; otra vez recoge el vasito, lo lava y se lo da. Esta vez regaña a su hijo. Le dice que el cubo no es el lugar para el vasito y que deje de jugar con la basura. Antes de que Danette pueda distraer a Jackson con otro juego o remover el cubo de la basura a otro lugar, el niño vuelve a tirar el vasito al cubo. Mira hacia su madre con otra gran sonrisa, y parece estar orgulloso y esperar con entusiasmo ver su reacción.

## El enfoque

A los bebés y niños de 1 y 2 años les encanta jugar... pero a veces, esto puede dejarla a usted, padre o madre, sintiéndose abrumada. Tal vez parece que su hijo pequeño piensa que todo es un juego. Muchos niños pequeños quieren repetir sus juegos una y otra vez. También quieren poner a prueba los límites para aprender qué es apropiado y qué no lo es. Para los padres y madres ocupados, esto puede probar su paciencia. A veces puede parecer que su hijo quiere “jugar” en el momento preciso en que usted necesita hacer otra cosa.



# El desarrollo de las habilidades de juego en bebés y niños de corta edad



## Bebés entre el nacimiento y los 4 meses de edad

- Sonríen (usualmente a los 6 semanas de edad) y empiezan a hacer gorjeos (sonidos como “uu” y “aa”) (usualmente a los 4 meses de edad)
- Prefieren ver caras humanas a objetos o juguetes
- Se vuelven hacia voces o caras conocidas
- Siguen objetos con los ojos y reconocen caras y objetos familiares
- Empiezan a explorar las manos trayéndolas a la cara o metiéndolas a la boca

## Bebés de entre 4 y 7 meses de edad

- Gozan de juegos sociales con un cuidador, como el de esconder la cara o el “patty-cake”
- Traen juguetes a la boca
- Pueden usar los dedos y el pulgar para levantar objetos
- Gozan mirándose a sí mismos en un espejo seguro para bebés
- Se ríen y balbucean (dicen cosas como “ba-ba-ba-ba”)
- Saben distinguir los sentimientos escuchando el tono de su voz y de otros seres queridos. (Los bebés se dan cuenta si usted está triste, alterado o contento, nada más escuchando el tono de su voz.)

## Bebés de entre 8 y 12 meses de edad

- Pueden empezar a hacer sonidos reconocibles (como “Ma” o “Da”) y repetir o copiar sonidos o palabras que escuchan que usted dice, como “¡Hola!”
- Se comunican sin palabras indicando cosas con los dedos, haciendo gestos, levantándose con la ayuda de muebles o andando a gatas
- Juegan a juegos como el de esconder la cara o el “patty-cake”
- Usan algunos objetos correctamente para imitar acciones, como sostener un teléfono de juguete cerca de la oreja o sostener un vaso cerca de la boca
- Exploran objetos agitándolos o golpeándolos contra algo
- Pueden sentirse tímidos en presencia de personas desconocidas
- Pueden llorar cuando Mamá, Papá u otro cuidador se va

## Niños de entre 13 y 24 meses de edad

- Gozan de jugar con objetos como cucharas de madera, cajas de cartón y recipientes vacíos de plástico para alimentos. Los niños de esta edad también gozan de juguetes como libros de cartón, pelotas, bloques o vasos que se pueden apilar, muñecas, rompecabezas simples, etc.
- Gozan llenando recipientes de agua, arena o juguetes y luego volcándolos
- Gozan mirando a otros niños que están jugando. Su hijo puede observar atentamente o sonreír mientras otros niños juegan, aunque tal vez no quiera unirse al grupo
- Usualmente juegan a solas o junto a otros niños
- Pueden ofrecer juguetes a los cuidadores u otros niños, pero puede querer que se los devuelvan enseguida
- Pueden decidir jugar cerca de otros niños usando el mismo tipo de juguetes o materiales, pero no necesariamente se relacionarán con ellos
- Encontrarán dificultades a la hora de compartir cosas y turnarse

## Niños de entre 25 y 36 meses de edad

- Pueden jugar con otros niños ocasional o brevemente o de maneras imitadas. Por ejemplo, un niño puede jugar a “monstruos” o correr jugando a la “caza” con otros niños durante un rato breve.
- Niños de casi tres años pueden empezar a colaborar con otros niños de la misma edad en un juego compartido. Por ejemplo, los niños podrían cooperar para construir una torre de bloques, pintar juntos, completar un rompecabezas o actuar los papeles de un cuento. Un niño puede hacer de cuenta que es el “bebé” mientras otra hace de cuenta que es la “mamá”.
- Empiezan a usar la imaginación en los juegos. Por ejemplo, los niños de corta edad pueden hacer de cuenta que le dan un biberón a una muñeca o hacen quehaceres de la casa como cocinar o limpiar, o pueden imaginarse que una caja de zapatos es un garaje para coches de juguetes.
- Todavía juegan a solas a menudo.
- Encontrarán dificultades para compartir cosas y turnarse.



Durante los primeros tres años de la vida de su hijo, usted puede desarrollar una relación cariñosa con el niño al jugar con él. Eso también apoya el desarrollo de habilidades sociales esenciales (como compartir cosas y turnarse), habilidades del lenguaje (como nombrar objetos, hacer pedidos y comentarios) y la aptitud para pensar (como el resolver problemas).

Para los bebés y niños de corta edad, el juego es su “trabajo”. Mediante el juego y la repetición, los pequeños ponen a prueba habilidades nuevas y las dominan. Al jugar, aprenden lo que puede pasar como resultado de una acción, exploran la imaginación y la creatividad, y aprenden a comunicarse y relacionarse con otros. Cualquier actividad puede convertirse en un juego con niños pequeños, sea al esconder la cara o al ayudarla a limpiar la mesa con una esponja. Y todo tipo de juego ayuda a niños a aprender y poner en práctica habilidades nuevas.

Como padre o madre, usted es el primer compañero de juego de su hijo y el preferido. Desde el mismo principio de su vida, el niño o niña está jugando con usted, ya sea cuando mira su cara durante las comidas o escucha su voz mientras le canta al cambiarle el pañal. Su bebé necesita que usted lo ayude a aprender a jugar y desarrollar las habilidades sociales para relacionarse con otros y entablar amistad. A medida que crece su hijo, usará las habilidades que ha aprendido con usted y otros cuidadores para divertirse y gozar jugando con otros niños. Su hijo también aprenderá con cuáles cosas es apropiado jugar y con cuáles no. Por ejemplo, puede aprender que está bien jugar con un vasito pero que no está bien tirarlo a la basura.

Los momentos de jugar son especiales. No solo es divertido jugar con su hijo pequeño, sino también es un momento crítico para apoyar su desarrollo sano. No siempre es fácil

encontrar un rato cada día para jugar con su hijo; pero al hacerlo usted contribuirá mucho hacia el desarrollo de una relación cariñosa con su hijo. Apartar un tiempo para jugar, sobre todo de manera activa, también puede ayudar a reducir los comportamientos difíciles de su hijo.

**Entonces, ¿qué puede hacer para aprovechar al máximo los momentos de juego con su hijo?** He aquí algunos consejos.

### **Siga adonde su hijo quiere ir**

Ofrezca un objeto, juguete o actividad a su bebé o hijo pequeño y luego espere para ver qué hace él o ella. Cuando su hijo juega, no importa si no lo hace de la manera “correcta”... deje que el niño le muestre una manera “nueva”. Por ejemplo, cuando usted le da un vaso de plástico a su hijo, en vez de hacer de cuenta que bebe del vaso, el niño puede ponérselo en la cabeza como “sombbrero de fiesta”. Apoye la creatividad de su hijo y ¡únase a la fiesta!

### **Vaya lentamente**

Es divertido mostrar a su hijo cómo funciona un juguete, pero evite hacerlo por su hijo cada vez. Se puede empezar haciendo algo, como apilando un bloque encima de otro, y luego animar a su hijo a intentarlo. Ofrezca solamente la suficiente ayuda como para evitar la frustración; eso motivará a su hijo a aprender habilidades nuevas.

### **Lea las señales de su hijo**

Su pequeño tal vez no pueda decirle con palabras cuándo ya no quiere más o se siente frustrado. Pero su hijo tiene otras maneras, como por ejemplo, usando sonidos, expresiones de la cara y gestos. Esas señales también le pueden indicar las actividades que su hijo prefiere. Al leer las señales que se manifiestan justo antes de un berrinche, usted puede saber cuándo intervenir o cambiar a una actividad nueva.

### **Examine su espacio para el juego**

El área donde juega con su hijo, ¿es segura y cómoda para niños? ¿Hay demasiado ruido u otras distracciones? ¿Es un área segura para explorar? ¿Es este un buen lugar para la actividad que usted ha escogido, como correr, tirar pelotas o pintar? Al examinar de antemano su espacio para el juego, se puede prevenir un berrinche, un accidente o una lámpara quebrada.

### **Una y otra, y otra vez**

Mientras que Mamá y Papá no necesariamente se entusiasman con hacer las mismas cosas repetidas veces, eso sí entusiasma a los niños pequeños. Están practicando a fin de dominar algo que los desafía. Y cuando su hijo o hija puede hacer algo sin ayuda, se siente recompensada con una percepción poderosa de sus propias habilidades y destrezas; la confianza de ser una persona lista y exitosa. Cuanto más pueden los niños practicar y dominar habilidades nuevas, más probable es que emprendan tareas nuevas y aprendan más. Así que cuando usted se sienta tentado a esconder un juguete ya que le parece que no puede aguantarlo más, recuerde lo muy importante que es la repetición para el desarrollo de su hijo.





## Busque maneras de adaptar las actividades del juego a las necesidades de su hijo

Todos los niños aprenden jugando, y cualquier actividad de juego puede adaptarse a las necesidades singulares de un niño. Las sugerencias que se presentan a continuación pueden ayudar a padres cuyos hijos tienen necesidades especiales, y a otros padres a pensar sobre maneras de hacer los momentos de juego más divertidos y apropiados para las habilidades, preferencias y capacidades de sus hijos..

- **Piense en el ambiente.** ¿Cómo afectan a su hijo elementos tales como los sonidos o la luz? ¿Cómo son los ruidos de fondo en su área de juegos? ¿Se puede escuchar la televisión o la radio? ¿Hay muchos otros niños que están cerca? Si su hijo parece estar alterado mientras juega, y usted ha hecho todo lo demás en lo que puede pensar, muévelo a un área más tranquila y menos estimuladora para jugar.
- **¿Cómo reacciona su hijo ante cosas nuevas?** Algunos bebés y niños de corta edad se sobreestiman fácilmente,

particularmente si tienen alguna necesidad especial; mientras que otros gozan de mucha actividad. Intente comenzar

los juegos poco a poco con un solo juguete u objeto, y vaya agregando uno a la vez. Note la reacción de su hijo. ¿Sonríe cuando toca o abraza un oso de peluche? ¿Parece que su hijo se asusta con los sonidos fuertes que hace un camión de bomberos de juguete?

- **¿Cómo reacciona su hijo ante diversos olores, texturas y sabores?** Por ejemplo, su pequeño puede gozar especialmente de tocar y sostener ciertos objetos; pero puede parecerle que otros tienen una textura muy rara. Observe las señales de su hijo y en consecuencia, cambie los materiales que usa.
- **Consiga la participación de los compañeros de juego.** Es importante que los niños entablen relaciones con otros niños de la misma edad. Anime a los hermanos a jugar juntos, y arregle citas para jugar con otros niños o familiares. Entérese de oportunidades de jugar con otros niños en el parque o durante las sesiones gratuitas de lectura de cuentos en la biblioteca pública. El divertirse con compañeros es una manera

importante de aprender habilidades sociales como compartir, resolver problemas y comprender los sentimientos ajenos; y también ayuda a prepararlos para ir a la escuela más tarde.

## Ideas for How to Play With Your Child

Sometimes it is difficult to figure out how to play with a very young child, especially if he/she is too young to play with toys or other children. Remember that your smile and attention are your baby's favorite "toys." Watch for your child's cues that he/she is ready to play. Play when he/she is calm, alert and content. Let him/her cuddle and rest when he/she is tired, fussy, or hungry. Below are just a few ideas to spark your own playtime adventures.

### Bebés menores de 6 meses

- Imite los sonidos que hace su bebé e intente "conversar" con él al turnarse haciendo gorjeos o balbuceando uno al otro.
- Cante a su bebé sus canciones o nanas preferidas.
- Hable a su bebé sobre lo que está haciendo. Podría decirle: "Estoy por empezar a cocinar la cena. Primero me lavo las manos", etc., o: "Ya voy a cambiarte el pañal. Primero te quitamos el pantalón".
- Hable a su bebé sobre su entorno. Por ejemplo: "Mira a tu hermano. ¡Está riéndose y divirtiéndose mucho!", o: "Mira esas luces brillantes".



- Lea a su bebé. Indique las láminas coloridas con colores brillantes y contrastantes.
- Deje que su bebé toque objetos con diferentes texturas. Sostenga un juguete dentro de su alcance para que pueda pegarlo con las manos o

### Bebés de entre 6 y 12 meses

- Comience una rutina para la hora de dormir que incluya tiempo para relacionarse con su bebé, leerle o describirle láminas de libros.
- Aproveche el momento de bañar a su bebé para salpicar el agua levemente, verterla y explorarla.
- Juegue a esconder la cara cubriéndola y luego quitando las manos al decir “¡Sorpresa!”, y haga una expresión de sorpresa con la cara.
- Esconda el juguete preferido de su hijo bajo una cobija y pregúntele adónde se fue el juguete. Anime a su hijo a buscarlo y/o ayúdelo a

hallarlo. Se le puede preguntar: “¿Adónde se fue tu osito? ¿Está en el sofá? ¿Está detrás del colchón? ¡Ah, aquí está debajo de la cobija!”

- Juegue al escondite. “Escóndase” detrás de algo que no cubra todo su cuerpo, y si su hijo puede andar a gatas, anímelo a hallarlo.
- Imite los sonidos que hace su hijo. Anime un diálogo al turnarse escuchándose uno al otro y copiando cada uno los sonidos que hace el otro.
- Use recipientes para llenarlos con juguetes o arena, y volcarlos. Se puede usar una caja de zapatos con bloques de goma-espuma u otros juguetes pequeños y seguros para bebés.

### Niños de 12 a 24 meses

- Cante canciones especiales al cambiar un pañal o al acostar al nene.
- Combine el leer con el conversar. Al mirar un libro, haga preguntas a su hijo sobre las láminas, como por ejemplo: “¿Dónde está el perrito?” Exprese su sorpresa al reconocerlo cuando su hijo señala el objeto con el dedo: “¡Sí, sabes dónde está el perrito!”
- Escóndase detrás de una puerta, el sofá o la silla alta, luego asome la cabeza y diga: “¡Sorpresa!” Si su hijo goza de este juego, cambie el escondite. Por ejemplo, si usualmente se asoma detrás de la silla alta, puede asomarse detrás de la mesa. ¡Este cambio encantará a su hijo!

- Use objetos de juego para actuar. Por ejemplo, use un teléfono de juguete y diga: “Rin rin rin. Es el teléfono. ¿Bueno? Ah, llamas a Teodoro. Teodoro, la llamada es para ti”. Use un coche de juguete para desplazarse por el piso y diga: “¡Run run run, vaya, coche, vaya!”
- Ayude a su hijo a apilar bloques y luego exprese que comparte la emoción que siente su hijo al derribarlos.
- Explore el mundo al aire libre al dar paseos, visitar un parque, o correr con su hijo subiendo y bajando colinas con hierba.

### Niños de 24 a 36 meses

- Siga leyendo y hablando a menudo con su hijo. Al mirar libros juntos, deje que su hijo mire las láminas durante un rato antes de leer las palabras. Empiece a hacer preguntas sobre el libro, como por ejemplo: “¿Por qué él hizo eso?”, “¿Qué pasa luego?” y “¿Adónde se fue ella?”
- Baile y dé brincos al compás de la música y anime a su hijo a bailar con usted.
- Apoye la imaginación de su hijo proveyéndole ropa de juego, como bufandas, sombreros, carteras o sus zapatos viejos; y accesorios como tazones y platos de plástico, o instrumentos musicales de juego.
- Anime la creatividad de su hijo al jugar con crayones, marcadores, pasta para moldear, pintura para dedos, juegos de pinturas, etc.
- Use objetos de juego que se parecen a objetos reales: escobas y recogedores del tamaño para niños, sartenes y ollas, cajas de registro de juguete, etc.

¿Qué se puede hacer cuando el juego de su hijo es inapropiado o peligroso (por ej., tirar el vasito a la basura, tirar de la lámpara, etc.)?

- Ofrezca a su hijo una manera aceptable de hacer lo que quiere. Por ejemplo, enséñele a tirar la pelota a una canasta para ropa sucia en vez de a la basura.



- Use palabras para validar los deseos de su hijo: “Quieres tirar de la lámpara. Quieres ver lo que pasará. Estás jugando un juego. Quieres que yo me acerque y juegue contigo”.
- Enseñe a su hijo o hija lo que puede hacer: “Puedes tirarlo a esta canasta”; “Puedes poner las medias en la cesta”; “Puedes derribar esta torre de bloques”.
- Distráiga o redirija a su hijo hacia otro juguete, o juegue otro juego con él: “Mira este juguete”. “¿Ves cómo se mueve este juguete?”
- Cuando le dice “No” a su hijo, o: “No toques eso, es peligroso”, díglele lo que sí puede hacer: “No toques, mira con los ojos”.
- Quite el objeto, si es posible, para que el área de juego sea más seguro para niños.
- Quite al niño del área o de la actividad: “Juguemos acá, no allá”.
- Use el humor y únase al juego: “Tú nada más quieres que yo te persiga. Ya voy a cosquillearte”.

¿Qué tal si mi bebé o niño de corta edad tiene dificultades para dejar de jugar? ¿Qué pasa si, como Jamia, no quiere terminar el juego?

- Advierta a su hijo cuando viene una transición: “Una vez más”, “esta es la última vez”.
- Dé a su hijo un recordatorio visual de la transición. Fije un cronómetro de cocina para “dos minutos más” o “cinco minutos más”.



*Adaptado con permiso de “ZERO TO THREE. (s. f.) Make the most of play time.” Bajado el 22 de mayo de 2008 en [www.zerotothree.org/site/PageServer?pagename=ter\\_key\\_play\\_tips&AddInterest=1154](http://www.zerotothree.org/site/PageServer?pagename=ter_key_play_tips&AddInterest=1154)*



El Centro sobre los Fundamentos Sociales y Emocionales del Aprendizaje Temprano



Oficina de Cuidado Infantil



Oficina de Head Start