

LA IMPORTANCIA DEL JUEGO: RECOMENDACIONES PARA LA FAMILIA

El juego es una de las principales herramientas educativas en todas las etapas de la infancia. Es imprescindible para alcanzar el pleno desarrollo físico, psíquico y emocional del niño y la niña, ya que por medio de él van descubriendo sus capacidades y limitaciones en todos los campos.

- . Es mucho más que un simple entretenimiento: el niño, la niña ha de crecer en diversas áreas, no solo en el intelectual.

- . Es una actividad espontánea que le proporciona placer y satisfacción, y que propicia la comunicación, la confianza y la alegría.

- . Es utilizado como medio terapéutico para liberar tensiones emocionales: a través del juego elabora gran parte de sus miedos, deseos, rivalidades y conflictos internos.

La afectividad entre el núcleo de convivencia o la familia del niño/a constituye un aspecto muy importante en la vida de familia, y el juego es una actividad apropiada para conseguirlo. Para el niño es muy enriquecedor la presencia de un padre, una madre o un tutor que sea también compañero/ a de juegos. Y al mismo tiempo, mediante el juego los adultos nos ponemos en contacto y recuperamos nuestro "niño/a interior" o aspecto lúdico.

Las fiestas de Navidad son muy especiales porque para niños y niñas es un período excepcional, no solo por los regalos y por la llegada de personajes mágicos sino porque es una época de la que se esperan muchas cosas. Se hacen reuniones familiares, salidas al cine, al teatro...

Navidad es un buen momento para fomentar la solidaridad en la familia (o núcleo de convivencia) y los niños/as. Se puede aprovechar esta época para hablar de solidaridad y transmitir que la ayuda a los demás es algo positivo.

Algunas sugerencias para regalar en Navidad:

1. LA PIZARRA:

Es un juguete asequible y que siempre gusta a los niños.

Se puede usar a partir de los 3 años.

Ayuda a desarrollar la psicomotricidad fina y la grafomotricidad.

También estimula la imaginación y creatividad.

Les ayuda a desarrollar el juego simbólico: los niños jugarán a los maestros y eso también favorece la relación con los otros.



2. PIEZAS DE CONSTRUCCIÓN

Las piezas de construcción son una buena elección. Es un juguete con muchas posibilidades.

Está indicado para estimular la imaginación y creatividad: podrán crear y construir sin límites.

También mejora la psicomotricidad fina y estructuración espacial.

Ideal a partir de los 2 años, respetando las indicaciones de seguridad.

Hay juegos de construcciones para todas las edades (geomax, lego, mecano...)

Algunos de ellos también son útiles para trabajar el juego simbólico (playmobil y lego) adecuándolos a la edad.

3. BICICLETA:

Si está dentro de vuestras posibilidades, no dudéis en regalarla.

Permite disfrutar del ocio y del tiempo libre, que se puede disfrutar en familia.

Es una forma ideal de animarles a hacer ejercicio físico, sin olvidar las medidas de seguridad necesarias.

Desarrolla capacidades como el equilibrio, resistencia, fuerza, control de piernas...

4. LOTE DE ANIMALES

Favorece el juego simbólico, la imaginación, la creatividad y el lenguaje. Están recomendados para niños de 2 a 8 años

5. JUEGOS DE MESA:

Juegos tradicionales como la Oca, Parchís, Ajedrez, Damas, Dominós, Naipes... Son juegos que ayudan a la relación con otros niños, a respetar las normas y la toma de turnos.

Además, estos juegos estimulan muchas habilidades cognitivas:

planificación, anticipación, toma de decisiones, autocontrol, desarrollar una estrategia...

6. COCINITA, TALLERES O MERCADO:

Especialmente indicados para desarrollar el juego simbólico, favorecen la interacción social, porque implican siempre a otras personas. También favorecen el lenguaje y la psicomotricidad fina.

Están indicados para niños a partir de los 2 años.

7. PATINETES

Hay patinetes de tres ruedas para niños pequeños y otros preparados para niños mayores: seleccionad el que mejor se adapte a sus capacidades.

Desarrolla el ejercicio físico al aire libre, estimula la psicomotricidad, el equilibrio y la fuerza; también estimula la percepción y orientación espacial.

8. MUÑECOS Y MUÑECAS:

Es ideal para niños y niñas de 2 a 8 años.

Son preferibles los muñecos genéricos, por ejemplo, que no esté definida su profesión.

No es necesario que estén articulados.

Son ideales para estimular el juego simbólico, el lenguaje y la imaginación.

9. BOLOS Y DIANAS:

Los hay adaptados para diferentes edades a fin de garantizar la seguridad, pero pueden emplearse a partir de los 4 años.

Desarrollan la coordinación óculo – manual y el control de brazos.

Además sirven para respetar normas y favorecen la interacción con otros.

A partir de 12 años: desaparecen las ganas de jugar con juguetes, comienzan a entrar en la adolescencia y van construyendo su propia identidad, por eso se han de fomentar sus aficiones personales en las diferentes áreas de ocio. Sus intereses se dirigen a libros, música y videojuegos.



El videojuego es el juego favorito de muchos niños y adolescentes; se suele hablar de sus efectos negativos, como que producen adicción y fomentan el aislamiento y la violencia, pero también es cierto que favorecen capacidades y destrezas (como atención, control y coordinación) y son la introducción al ordenador. Es importante que sean adaptados a tu edad. **Se han de tener en cuenta las horas de juego, limitar el tiempo diario y tener cuidado con los contenidos, para que no se priven de otras experiencias vitales importantes.**

IMPORTANTE

Aunque todavía se sabe poco sobre los efectos de las nuevas tecnologías sobre el desarrollo de los menores, sí parece claro que los niños que pasan mucho tiempo delante de estos aparatos electrónicos presentan con mayor frecuencia déficit de atención, problemas de comportamiento, depresión, obesidad e incluso fracaso escolar que otros niños que no hacen uso de ellos. La utilización de estos dispositivos hacen que el niño reciba un exceso de estimulación, rápida e intensa, que puede mermar las capacidades de autocontrol y de atención.

Lo que sí parece más claro, es el efecto de esos aparatos sobre el lenguaje. Algunos estudios recientes han mostrado que los juguetes electrónicos limitan el desarrollo y la utilización del lenguaje en los niños, ya que poseen un nivel más bajo de vocabulario y/o tardan más tiempo en hablar. La razón principal es la ausencia de interacción entre la maquina en cuestión y el niño. Por el contrario, el intercambio lingüístico que se produce cuando los padres juegan con sus hijos o les leen cuentos, contribuye positivamente al desarrollo del lenguaje.

La Asociación Americana de Pediatría ha alertado sobre la utilización excesiva de estos instrumentos y recomienda no tener ningún tipo de contacto con dispositivos electrónicos antes de los 3 años y no sobrepasar 30 minutos hasta los 5 años de edad.

CUANDO VAYA A COMPRAR UN JUGUETE

Lea todo el etiquetado del juguete teniendo en cuenta las recomendaciones de seguridad y de edad.

Elija el juguete adecuado para la edad, habilidades y capacidades del niño.

1. No se deje engañar por diferencias de precios excesivas en productos aparentemente iguales. Un producto seguro es más caro de fabricar que otro que no lo es. La diferencia entre copias y originales suele estar en peores materiales, malos acabados o deficiente funcionamiento, aspectos que pondrán en riesgo la seguridad de los usuarios.
2. Adquiera siempre juguetes en comercios o tiendas on-line de confianza.
3. Siga cuidadosamente las instrucciones de montaje y de uso del juguete, no modifique las características del juguete.
4. Supervise el juego del niño. Asegurándose que todos los juguetes se utilizan de la forma indicada y son adecuados a la edad y habilidades del niño.
5. Examine periódicamente los juguetes comprobando el desgaste o partes rotas que podrían causar lesiones u otros riesgos para la salud y la seguridad del niño.
6. Enseñe a sus hijos a guardar los juguetes para evitar accidentes.
7. Si descubre un problema de seguridad en el juguete, comuníquelo siempre al fabricante y a las autoridades públicas.

