

Sesión 3. Crecer activo, crecer jugando

“Todos los aprendizajes más importantes de la vida se hacen jugando.”

Francesco Tonucci, pedagogo
especializado en educación infantil

El juego es inherente al ser humano y la clave para el desarrollo y el aprendizaje desde la infancia. En los primeros años de vida, la actividad física está ligada al juego. Cuando juega, además de divertirse, el niño comprende y conoce su entorno, expresa emociones, vive experiencias y desarrolla la capacidad de atender, razonar, expresarse. Con el juego aprende a manipular objetos, a alinearlos, agruparlos, encajarlos... También aprende a coordinar movimientos, a saltar, correr, rodar...

Existe una tendencia de la sociedad actual a poner frente al niño la tableta o el televisor para que se entretenga y *aprenda*. En esta sesión trabajaremos los beneficios de jugar y de hacer actividad física.

Objetivos educativos

- Tomar conciencia de la importancia del juego y de la actividad física.
- Identificar y reconocer las habilidades y las competencias de los niños de 0 a 3 años en el área del juego y la actividad física.
- Conocer la importancia del juego manipulativo para el desarrollo de la inteligencia y del lenguaje y cómo estimularlo.
- Conocer la importancia del juego simbólico para el desarrollo mental del niño y aprender a promoverlo.

Cronograma

Contenidos	Metodología	Agrupación	Tiempo (minutos)
1) Recordatorio y tarea de esta sesión	Pregunta abierta	GG	5
2) La importancia del juego	a) Fotopalabra b) Tormenta de ideas / tarjetas	GG GG	10 10
3) Un juego para cada edad	Actividades a elegir: exposición o viñetas	GG/GP	5/15
4) Una actividad física para cada edad	Vídeo	GG	10
5) El juego manipulativo: “empezamos a explorar”	a) Exposición b) Juegos c) Vídeo y análisis	GG GP/GG GG	10 15 25
6) El juego simbólico: “¿quién es quién?”	a) Exposición b) Creación de habilidades c) Vídeo	GG GP/GG GG	5 10 10
7) Recapitulación y cierre	a) Resumen b) Vídeo y baile	GG	5

GG: grupo grande. GP: grupo pequeño.

Desarrollo de la sesión

1. Recordatorio de la sesión anterior

El educador debe pedir a las personas participantes que digan qué recuerdan de la sesión anterior. Otra posibilidad es pedir a dos personas que digan qué trabajamos en la sesión anterior. Seguidamente ha de presentar la tarea de esta sesión.

2. La importancia del juego

a) Fotopalabra (10 min)

Para introducir la importancia del juego el educador ha de proyectar una **presentación de diapositivas** que muestra escenas de juegos y actividades físicas y después ha de facilitar que las personas participantes expresen sus vivencias, experiencias y emociones relacionadas con dichas escenas.

b) Tormenta de ideas / tarjetas (10 min)

- 1) Tormenta de ideas: el educador ha de preguntar a las personas participantes “¿Es importante que los niños jueguen?” y “¿Por qué?”, y debe ir escribiendo en el rotafolio todo lo que comenten.
- 2) Tarjetas: como alternativa, hay que repartir a las personas participantes unas **tarjetas** que describen algunos de los beneficios del juego. Entonces cada participante ha de levantarse para compartir el contenido de la tarjeta que le ha tocado y dar su punto de vista sobre ello.

Claves para el educador

En los primeros años, la actividad física está ligada fundamentalmente al juego.

Estas son las recomendaciones de actividad física para un niño de menos de 3 años:

- Hacer actividad física todos los días: si el niño aún no anda, actividad física varias veces al día; si ya anda, al menos tres horas al día.
- Reducir los periodos sedentarios prolongados: reducir a menos de una hora seguida al día el tiempo que pasa sentado y en que está despierto. En cambio, si el niño tiene menos de 2 años, hay que evitar totalmente los periodos sedentarios prolongados.
- Hay que evitar o limitar el tiempo de uso de pantallas de dispositivos electrónicos: en niños menores de 2 años hay que evitarlo totalmente, y en niños de 2 a 4 años hay que limitarlo a menos de 1 hora al día.

El educador puede consultar el documento **Recomendaciones sobre actividad física, sedentarismo y tiempo de pantalla** y también la página web “Estilos de vida saludable” del Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social (<www.estilosdevidasaludable.mscbs.gob.es>), ya que ofrecen información de interés sobre la actividad física de los niños en los primeros años.

3. Un juego para cada edad

Hay que elegir una de estas dos actividades:

a) Exposición (5 min)

En realidad, la lección **Un juego para cada edad** tiene tres partes y ahora es el momento de hacer una exposición introductoria. Más adelante hay que hacer una exposición sobre el juego manipulativo (punto 5) y posteriormente otra sobre el juego simbólico (punto 6). Si se elige la exposición introductoria en lugar de la dinámica alternativa (viñetas), la actividad solo durará unos minutos, por lo que se podrá dedicar más tiempo a los contenidos posteriores.

Claves para el educador

El juego es el método que los niños utilizan para aprender acerca de su mundo. Con el juego desarrollan las bases del aprendizaje y los sentidos de confianza, seguridad y amistad en su ambiente. El juego es divertido, y se puede jugar solo o en grupo. Sirve para practicar las destrezas aprendidas. El niño empieza a dirigir su propio juego desde los 6 meses.

Piaget clasifica el juego en 1) juego manipulativo o funcional, de 0 a 2 años, 2) juego simbólico, de 2 a 6-7 años, y 3) juego de reglas, hasta los 12 años.

b) Viñetas (15 min)

- 1) El educador ha de proyectar una **presentación de diapositivas** que contiene cuatro viñetas y un breve vídeo en que se observan las habilidades relacionadas con el juego y la actividad física de niños de 0 a 3 años.
- 2) A continuación las personas participantes, en grupos pequeños, deben escribir el número de cada viñeta o la palabra “vídeo” en la casilla correspondiente de la **tabla de rangos de edad** que el educador habrá repartido.

Notas para el educador

4-8 meses: el niño deja caer un objeto para coger otro y lo busca en la dirección en que ha caído.

8-12 meses: el niño utiliza un objeto (caja) como contenedor de otro y se lo ofrece al adulto para que se lo devuelva.

12-18 meses: el niño localiza en un espacio cercano un objeto que ha desaparecido aunque no lo haya visto desaparecer.

18-24 meses: el niño utiliza objetos de juguete figurando que son reales, aunque sabe que es un juego.

2-3 años: el niño hace torres altas que no se caen, pero no sabe compartir su juego con otros niños, por lo que hace falta fomentar la capacidad de colaboración.

Al finalizar la actividad, a modo de conclusión hay que hacer hincapié en la idea de que el tipo de juego al que juega el niño va cambiando espontáneamente con la edad y con sus capacidades, de modo que el adulto ha de ser un buen observador de esta evolución y darle oportunidades para que pueda practicar esas capacidades. Lo que importa no es comprarle juguetes caros sino aquellos que le hacen jugar y sentirse feliz. Hay que pensar en ejemplos de juguetes que verdaderamente le hacen jugar y en aquellos con los que juega vez y después no sabe qué hacer con ellos.

4. Una actividad física para cada edad

Hay que visionar el [vídeo “Actividad física para menores de 1 año”](#) (9:00 min).

5. El juego manipulativo: “empezamos a explorar”

a) Exposición (10 min) [\[véase el documento de la actividad 3.a\]](#)

Claves para el educador

El juego manipulativo consiste en repetir una y otra vez una acción por el puro placer de obtener el resultado inmediato:

- Juegos de ejercicio con el propio cuerpo (arrastrarse, gatear).
- Juegos de ejercicio con objetos (chupar, morder).
- Juegos de ejercicio con personas (sonreír, esconderse, tocar).

Beneficios:

- Estimula el desarrollo de los sentidos.
- Favorece la coordinación de los movimientos.
- Desarrolla el equilibrio estático y el dinámico.
- Favorece la comprensión del mundo que rodea al niño (los objetos pueden combinarse, no desaparecen solos...).
- Fomenta la autosuperación: cuanto más se practica, mejor se hace.
- Refuerza la interacción social con el adulto de referencia.
- Mejora la coordinación entre la vista y las manos.

El juego según las edades

De 0 a 4 meses

Al nacer, el bebé presenta reflejos involuntarios y automáticos ante cualquier estímulo. Después, estos reflejos se vuelven más útiles (si se le muestra un objeto luminoso o sonoro lo sigue moviendo la cabeza). Así se empieza a captar la atención del bebé.

A los 2-4 meses de edad se produce la reacción circular primaria: el bebé hace una acción por azar y le produce una reacción tan placentera que le motiva a repetirla hasta lograr esa sensación de nuevo (p. ej., casualmente se pone la mano en la boca y la chupa, le gusta y vuelve a hacerlo).

Competencias al finalizar este periodo:

- Intenta coger un objeto que tiene a la vista.
- Localiza la fuente de un sonido.
- Mira objetos.

De 4 a 8 meses

Se produce una reacción circular secundaria: el bebé vuelve a descubrir casualmente una conducta que le interesa, pero esta vez sobre el entorno físico y social (p. ej., descubre que al mover un sonajero hace ruido, y lo repite).

El bebé manipula objetos y juguetes, y ello mejora la coordinación de sus movimientos.

Competencias:

- Deja caer un objeto para coger otro.
- Toca la mano de un adulto para que active un juego que se ha parado.
- Estando sentado, se inclina para buscar un objeto en la dirección en que ha caído.
- Objetos: le gusta chupar, oler, tocar, mirar.

Interacción con el adulto: al principio ocurre a partir de las carantoñas (“misito gatito”, etc.). Cuando el adulto deja de hacerlas, el bebé hace un ruido o un gesto y el adulto vuelve a hacérselas (procedimiento para prolongar un espectáculo interesante). Más tarde el bebé inicia la imitación del adulto (“palmas palmitas”, “cinco lobitos”, etc.).

De 8 a 12 meses

Inicia acciones con un fin. Ya no se trata de conseguir un efecto surgido al azar sino de hacer algo intencionalmente con un objetivo (p. ej., retirar un objeto que tiene delante).

Competencias:

- Es capaz de encontrar un objeto escondido.
- Puede desplazarse hasta llegar a un objeto.
- Ofrece un objeto a un adulto para que lo ponga en marcha.
- Utiliza un objeto como contenedor de otro.
- Deja caer objetos y los lanza.

Interacción social con adultos: tiene más protagonismo (p. ej., en el juego del cucú es él quien se esconde).

De 12 a 18 meses

Es una fase para probar y probar. Va coordinando acciones (“con una pala de juguete consigo llegar a otros objetos”).

Competencias:

- Intenta localizar en un espacio cercano un objeto que ha desaparecido, aunque no lo haya visto desaparecer.
- Tira de una cuerda para alcanzar un objeto.
- Intenta activar juguetes tras una demostración de cómo se hace.

Interacción social: imita gestos o movimientos, aunque no pueda verse (p. ej., sacar la lengua, mover los ojos).

De 18 a 24 meses

Las acciones que antes hacía automáticamente ahora son representadas mentalmente (p. ej., puede lanzar una pelota y prever su desplazamiento).

Competencias:

- Es capaz de activar un juguete él solo.
- Puede buscar juguetes en varios lugares.
- Combina dos o más objetos en las manos.

Interacción social: imitación diferida, es decir, puede imitar acciones sin tener el modelo delante (p. ej., hacer como si comiera, si hablara por teléfono o si durmiera). Este tipo de imitación abre la puerta al juego simbólico.

b) Juegos (15 min)

Las personas asistentes tienen que dividirse en tres grupos pequeños y el educador tiene que facilitarles materiales cotidianos: tapones, cajas, pinzas, botones... Cada grupo tiene que idear cómo se podría jugar con esos materiales. Después hay que hacer una puesta en común.

c) Vídeo (25 min)

Esta es una dinámica alternativa a la anterior. Si se elige el vídeo en lugar de los juegos, la exposición debe hacerse posteriormente.

El educador ha de proyectar **tres vídeos** que muestran tres escenas en las que se observa a una niña de 8-9 meses en diferentes situaciones (activa, atrapada, frustrada). Una vez presentadas las situaciones, el educador ha de plantear las cuestiones siguientes, que han de dar pie a un debate:

- ¿Cuál de las niñas tiene más oportunidades para aprender?
- ¿Es importante que los niños toquen y manipulen las cosas que están a su alrededor? ¿Por qué?
- ¿Cómo se sienten la niña y los adultos en cada situación?

Al finalizar el debate, el educador debe subrayar algunas de las características propias de cada situación destacando las oportunidades de aprendizaje y desarrollo que se dan en cada una.

Nota para el educador

- Escena 1 (niña activa): la niña practica un juego manipulativo con las manos. Lo que importa es lo que hace con los objetos, cómo coordina las manos con la vista y calcula la mejor manera de cogerlos y que hagan ruido. Experimenta cómo se mueven los objetos a la vez que mejora poco a poco las habilidades para manipularlos.
- Escena 2 (niña atrapada) la niña parece entretenida mirando la televisión, pero para ella son luces y ruidos que no acaban de tener sentido porque no están a su alcance y no puede practicar con ellos. Su atención está atrapada por lo que le llega a los ojos, pero los dibujos se mueven demasiado rápido y hacen ruido, de modo que poco a poco se cansa y deja de prestar atención. Probablemente empezará a llorar o se dormirá. Ni siquiera tiene a nadie a mano que le cuente lo que está viendo.
- Escena 3 (niña frustrada): la niña está motivada e interesada por lo que ve y querría echarle mano. Pero los adultos no son cooperativos, no se ponen a su alcance y creen que ya la estimulan bastante haciendo una demostración de cómo manipular esos juguetes. Los adultos solo le dicen que espere, pero tampoco hablan cuando están manipulando los objetos; así que esta situación es frustrante y no aprende nada con ella.

6. El juego simbólico: “¿quién es quién?”

a) Exposición (5 min) [véase el documento de la actividad 3.a]

El juego simbólico

Según Piaget, este tipo de juego tiene lugar alrededor de los 2 años. Se caracteriza porque el niño es capaz de ser o hacer cualquier cosa por medio de la imaginación y la fantasía: todo un salto en su desarrollo psicológico. Y en su inteligencia: pensar está íntimamente relacionado con imaginar. Cuando planificamos nuestras acciones o resolvemos un problema estamos, en definitiva, imaginando las alternativas y las situaciones posibles.

Hasta entonces el niño se ocupaba de conocer las cualidades del mundo que lo rodea por medio de la percepción de sus sentidos y el movimiento. El juego consistía en experimentar con las características físicas de los objetos y de su propio cuerpo: “¿siempre que lanzo la muñeca cae al suelo?”, “¿qué pasa si golpeo la olla con la cuchara?”...

Beneficios

- Comprender y asimilar el entorno.
- Aprender y practicar conocimientos sobre los roles establecidos en la edad adulta.
- Desarrollar el lenguaje.
- Favorecer la imaginación y la creatividad.

Cómo influye el juego simbólico en el desarrollo del niño

- Desarrollo de la socialización: facilita el conocimiento de los roles sociales, de las relaciones familiares, de las diferentes profesiones.
- Desarrollo emocional: Piaget sostiene que este tipo de juego ofrece al niño una oportunidad para resolver conflictos. “Si el niño tiene miedo a un perro, las cosas se arreglarán en un juego simbólico en el que los perros dejan de ser malos y los niños se vuelven valientes”.
- Desarrollo cognitivo: en el juego simbólico más elaborado (combinación de secuencias) se pone en marcha un proceso importante de comunicación, intercambio de ideas, declaración de intenciones...

Evolución del juego simbólico

1) Juego presimbólico:

- a) Categorías presimbólicas (desde 12-17 meses): empieza a identificar el uso funcional de los objetos de la vida cotidiana (p. ej., beber de un vaso vacío, tumbarse en un cojín).
- b) Acciones simbólicas sobre su propio cuerpo (16-18/19 meses): realiza las acciones anteriores pero muy exageradas (p. ej., hace como si comiera, bebiera o durmiera, pero de forma muy evidente) y usa adecuadamente los juguetes y los objetos grandes (p. ej., un teléfono) casi reales, más comunes.

2) Juego simbólico:

- a) Integración y descentración (18-19 meses): el juego se refiere a escenas cotidianas y muy conocidas. El niño aplica las acciones a un agente pasivo (p. ej., da de comer a una muñeca) y utiliza acciones de otras personas, al inicio solamente sobre sí mismo (p. ej., habla solo por teléfono).
- b) Combinación de actores y juguetes (desde los 20-22 meses): realiza actividades sobre más de una persona y de un objeto (p. ej., da de comer a su padre y a la muñeca) y combina dos juguetes en el juego (p. ej., pone la cuchara dentro de la cacerola, mete la muñeca en la cama o en el cochecito).
- c) Inicio de la secuenciación de acciones: empieza a representar un rol (p. ej., juega a mamás y papás). Esas secuencias a menudo son ilógicas (p. ej., peina a la muñeca, la mete en la cama y la vuelve a peinar). Aún utiliza objetos reales y grandes (y de forma ocasional, miniaturas). Empieza a dar un papel más activo a las muñecas (tienen sentimientos). Empieza a sustituir objetos, pero han de tener una forma parecida al objeto real.
- d) Secuenciación de objetos y objetos sustitutos (desde los 30/36 meses): incluye personajes de ficción en sus roles y disminuye el juego de ficción referido a acciones cotidianas. Al principio los acontecimientos son breves y aislados, necesita objetos reales. A partir de los 3 años las secuencias son más largas y los objetos son sustituidos (una caja puede ser un coche). Mejora la negociación con iguales, aunque la colaboración es corta.

Argumento del juego simbólico

El niño refleja el conocimiento de la realidad que le rodea. Hay 3 categorías:

- 1) Versión simplificada de la realidad social (p. ej., jugar a las casitas, a las tiendas).
- 2) Juega a ser un superhéroe.
- 3) El niño se inventa los personajes.

Relación con los otros niños

- Antes de los 2 años: juego individual.
- 2-4 años: juego paralelo. Parece que los niños juegan juntos, pero no es así. Lo que sí puede pasar es que modifiquen su juego por imitación.

Papel del adulto

Al observar a los niños que juegan a “hacer como si” obtenemos una valiosa información de cómo son, sus miedos, conflictos, preocupaciones, deseos...

Es muy importante no intervenir ni dirigirlos.

Por otro lado, también las actitudes y las costumbres de los adultos pueden verse reflejadas en el juego simbólico: p. ej., cuando hace de mamá y frunce el ceño al dar de comer al bebé, cuando hace de papá y eleva la voz leyendo el periódico... Es una oportunidad para saber cómo nos ve el niño.

b) Creación de habilidades (10 min)

Las personas participantes han de dividirse en grupos pequeños y visionar una [presentación de diapositivas](#) que muestra imágenes de situaciones diversas. Entonces cada grupo tiene que hacer una lista de cómo organizaría en casa un rincón de juego simbólico, los materiales que utilizaría, etc.

c) Alternativa: vídeo (10 min)

Hay que visionar un [vídeo](#) sobre el juego simbólico, disponible en YouTube <youtu.be/9sHHVMi5Fsg> (2:10 min) y posteriormente hacer un debate.

7. Recapitulación y cierre

a) Recapitulación

Como resumen de la sesión se puede entregar el [resumen](#) de la sesión.

b) Cierre

1) Gomets

Como en las sesiones anteriores, el educador ha de pegar un trozo de cinta adhesiva de color horizontalmente en una hoja del rotafolio a modo de línea para dividirla en dos partes: en la superior tiene que dibujar un emoticono de cara contenta, en la inferior uno de cara seria y en la mitad uno de cara indiferente. A continuación tiene que dar a cada persona participante un *gomets* y cada una ha de ponerlo por encima, por debajo o a la altura de la línea dependiendo si le ha gustado la sesión o no, o si la ha dejado indiferente.

2) Vídeo y baile

La sesión puede finalizar visionando el [vídeo](https://youtu.be/35cMLKUFbWg) “Reflexión: ¿bailamos?”, disponible en YouTube <youtu.be/35cMLKUFbWg> (3:55 min) y se puede aprovechar para bailar (a partir del minuto 3:08).