

La importancia del juego en el desarrollo

Jugar es esencial para el aprendizaje de los niños y niñas: estimula los sentidos, especialmente la vista, el tacto y el oído. También pone en práctica la coordinación y otras facultades. A cualquier edad, el juego es una actividad de gran importancia para un adecuado desarrollo. Se sabe con certeza que ciertos juegos aparecen a una edad concreta y que, si no aparecen, puede indicar un problema en el desarrollo del niño o niña.

Todos los juguetes son una forma de experimentación. Algunos fomentan que los niños y niñas utilicen su imaginación, mientras que otros dan salida a su energía e, incluso, les ayudan a descargar la agresividad. Los niños o niñas necesitan juguetes variados, que no tienen por qué ser caros ni complicados; si son muy complejos inhiben la imaginación. Cuanto más activo es el juguete, más pasivo está el niño o niña.

Los padres y las madres deben observar el juego de sus hijos e hijas para captar sus posibles necesidades y poder ofrecerles los medios adecuados para su disfrute. Además, en ocasiones, tienen también un papel de participación en su juego, puesto que es el mejor medio para acercarse y comprender a sus hijos e hijas.

Los beneficios derivados del juego son los siguientes:

1. Facilita la coordinación de los movimientos del cuerpo
2. Es una actividad que estimula la satisfacción.
3. Descubre sensaciones nuevas
4. Desarrolla la imaginación y la creatividad.
5. Facilita la coordinación entre lo visual y lo motor
6. Facilita la interiorización de ritmos a través de la música: desarrolla el autocontrol.
7. Estimula la necesidad comunicativa y el desarrollo del lenguaje.
8. Facilita el conocimiento de sí mismo/a y del entorno.
9. Facilita el aprendizaje de maneras de relacionarse con los demás.
10. Favorece la vinculación afectiva con los padres y madres.

Aspectos prácticos:

- Hay que reducir las distracciones al mínimo. Los niños o niñas sólo procesan un tipo de estímulo a la vez, por lo que se recomienda evitar el ruido de fondo cuando están jugando.
- Hay que ayudar a los niños y niñas a que aprendan a jugar solos. Al principio quizá necesiten que se les enseñe a encajar piezas, pero luego es mejor que utilicen su imaginación.
- Después de jugar, los niños y niñas deben aprender a guardar sus juguetes. Se les puede pedir que busquen las diferentes piezas de un juguete y las vayan metiendo en el armario a medida que las encuentran.
- Hay que evitar un exceso de estímulos. Los niños tienen un límite con respecto a la cantidad de información que pueden asimilar, y agotarlos es contraproducente.

Resumen

El juego es un medio para explorar y conocer el mundo exterior, pero también permite al niño expresar lo que ocurre en su mundo interior: sus sentimientos, ideas, deseos, temores, el desarrollo de su inteligencia y su imaginación. Numerosas investigaciones avalan la ya conocida influencia que la actividad lúdica tiene para el desarrollo equilibrado del niño y niña en sus aspectos psicomotores, intelectuales, afectivos y sociales.

Dra. Ainhoa Manzano Fernández
Dr. Juan Luís Martín Ayala
ETXADI
Familia-Psikologia Unibertsitate-Zentroa
Centro Universitario de Psicología de la Familia