

Programa de Desarrollo Infantil Temprano



Estimulación
Temprana

2. El juego como medio para fortalecer las familias



Programa de Desarrollo Infantil Temprano



Estimulación
Temprana

2. El juego como medio para fortalecer las familias



© **ChildFund Honduras**

Colonia Matamoros, 5 avenida, calle Almería,
Paseo La Campaña, N° 3002, Tegucigalpa, Honduras
Teléfonos: (504) 2236-8152 / 2221-4813
Correo electrónico: office@honduras.childfund.org
www.childfund.org

Primera edición: mayo de 2015

Impresión:

Tiraje: 000 ejemplares

Impreso y hecho en Honduras.

Contenido

Introducción	5
Tema 1	7
La importancia del juego	7
• ¿Por qué el juego es tan importante?	7
• Jugar y expresarse	8
Tema 2	9
Cómo jugar con su hijo o hija de acuerdo a la edad	9
• De 0 a 6 meses	9
• De 6 a 12 meses	10
• De 1 a 2 años	11
• De 2 a 3 años	13
• De 3 a 4 años	15
• De 4 a 5 años	16
• De 5 a 6 años	19
Tema 3	22
Cómo elige los juguetes adecuados	22
• De 6 a 12 meses	23
• De 1 a 2 años	23
• De 2 a 3 años	23
• De 4 a 5 años	24
• De 5 a 6 años	24
Tema 4	25
Con quién y cuándo juegan los niños	25
• Las virtudes del juego	25
• El juego en casa	26
• Los beneficios de jugar en familia	27
• ¿Qué actividades o juegos se pueden realizar en familia?	28

Tema 5 **29**

Recordando los juegos tradicionales **29**

- ¿Qué son los juegos tradicionales? 29
- Algunos juegos “de siempre” 30

Tema 6 **32**

Medidas de prevención durante el juego **32**

- Consejos para prevenir accidentes 32

Introducción

La implementación del Programa de Desarrollo Infantil Temprano se sustenta sobre una amplia base comunitaria. Este programa reconoce que son los padres, madres y cuidadores primarios los principales responsables de asegurar una atención de calidad a los niños y las niñas de 0 a 6 años.

Como bien sabemos, estos primeros años de vida son muy importantes para el desarrollo de un niño. La atención que reciba en ese tiempo por parte de su papá, de su mamá o de las personas encargadas de cuidarlo influirá de forma decisiva en su salud, en el aprendizaje y en su conducta.

Una de las cosas más importantes que pueden y deben hacer los padres con sus hijos es jugar con ellos. Hay quien todavía piensa que jugar es una pérdida de tiempo. Sin embargo, está demostrado que los niños y las niñas aprenden y desarrollan sus habilidades jugando. Jugar es para ellos una de las actividades más importantes que pueden hacer.

Todos los juegos, pero en especial el juego espontáneo y libre, favorecen la creatividad del niño y fomentan su maduración.

Por medio del juego, los niños empiezan a comprender cómo funcionan las cosas, lo que puede o no hacerse con ellas y descubren que existen reglas en su entorno.

También descubren cómo comportarse y qué deben hacer si quieren, por ejemplo, que los demás niños jueguen con ellos; aprenden a socializar. Además fortalecen los lazos afectivos con otras personas, incluidos sus papás, lo cual es muy importante para su maduración emocional.

Con este módulo pretendemos mostrar todas las cosas buenas que tiene el juego, además de promoverlo como un elemento para mejorar la convivencia e interacción entre todos los miembros de la familia.

TEMA 1

La importancia del juego



Objetivo

Al finalizar la sesión, los padres y madres serán capaces de conocer la importancia del juego para el aprendizaje de su hijo e hija.



Punto principal de aprendizaje

El juego es una de las actividades más importantes para el desarrollo saludable durante la infancia.

¿Por qué el juego es tan importante?

Desde el primer día de vida, los niños están deseosos y decididos a comprender cómo funciona el mundo. Y lo hacen a través del juego, utilizando todo lo que encuentran. Así, cuando su hija o hijo se involucra en el juego y se divierte, está aprendiendo.



Por eso es importante que los padres comprendan que los juegos no solo entretienen, sino que son una herramienta para fomentar el desarrollo infantil.

Toda la familia puede participar en los juegos que se presentan en este módulo. Es importante que la familia apoye el desarrollo del niño y que celebre sus nuevos logros. Aprovechar las actividades diarias para hacerlas un juego es una forma de que el niño desarrolle su imaginación.

El juego también es beneficioso para las personas adultas, ya que la espontaneidad y la diversión pueden aliviar la tensión emocional. Cuando el aprendizaje se da dentro de una relación de amor, los niños se convierten en personas deseosas de aprender.

Durante la infancia se utiliza el cuerpo para explorar, comunicarse y descubrir cómo funciona el mundo a través del juego. El juego también propicia los movimientos que necesita el niño para tener un cuerpo fuerte y saludable, pues la actividad física estimula la conexión entre la mente, el cuerpo y el entorno.



El juego y aprendizaje van de la mano. El juego es una de las actividades más importantes para el desarrollo saludable durante la infancia. Es importante buscar oportunidades para jugar en familia y pasar un buen momento. Basta un poco de imaginación y ganas de compartir.

Jugar y expresarse

El movimiento es una de las primeras formas que su hijo utiliza para expresar lo que quiere y cómo se siente. El movimiento conecta a su hijo con usted y con otras personas. El juego activo ayudará a usted y a su hijo a conocer detalles importantes acerca de la manera única en que cada cual se mueve. Compartir la alegría del movimiento los ayudará a establecer un vínculo más cercano.

Al usar el cuerpo para descubrir su entorno, el niño adquiere habilidades, conocimientos, fuerza y control sobre lo que hace. Una buena manera de estimular la confianza de sus niños y niñas es ayudarles a darse cuenta de cómo hacer algo, en lugar de hacerlo por él. Con cada nuevo logro físico aumentará la confianza en sí mismo, la cual necesita para hacer frente a desafíos más complejos.

TEMA 2

Cómo jugar con su hijo o hija de acuerdo a la edad



Objetivo

Al finalizar la sesión, los padres y las madres serán capaces de conocer por qué y cómo deben jugar con su hijo de acuerdo a su edad.



Punto principal de aprendizaje

Los juegos que podemos realizar con los niños de acuerdo a su edad.

Como padre o madre de familia, alguna vez se habrá preguntado qué tipo de juegos puede realizar con su hijo o hija para ayudarlo en su desarrollo. Por ello, a continuación se describen algunas actividades que los padres pueden realizar con sus hijos de acuerdo a la edad.

De 0 a 6 meses

Aunque en esta edad un bebé no puede agarrar juguetes ni participar en juegos, es muy importante interactuar con él cuando está despierto. Veamos algunas actividades que podemos hacer con los niños de 0 a 6 meses.

- La compañía de los adultos es la mejor forma de entretenimiento para el bebé. Por ejemplo, puede colocar su cuna o hamaca en el centro de las actividades familiares, y motivar a toda la familia a conversar frecuentemente con el bebé. Manténgalo a su lado cuando está leyendo, mirando televisión, o haciendo los quehaceres del hogar.
- Busque un cargador para bebé que sea cómodo para usted y que tenga un buen apoyo para la cabecita. El cargador puede ser un buen lugar desde el cual podrá observar el mundo que lo rodea. Una vez que su hijo pueda sostener bien la cabecita por su cuenta (alrededor de los 3 o 4 meses), pruebe a cambiar

de vez en cuando la posición del asiento, para que disfrute diferentes vistas.

- Para los bebés de 0 a 6 meses es importante estimular la vista. Una manera sencilla de hacerlo es moviéndolo de un lugar a otro. Al principio, los recién nacidos no distinguen los detalles de los objetos que están a más 30 centímetros de distancia, pero eso no le impedirá disfrutar del juego de luces y sombras que crea el movimiento de una cortina, las formas y colores de una planta o un árbol.



- Los objetos que el bebé puede explorar de cerca son los mejores juguetes para su edad. No se limite a los móviles tradicionales y juguetes para colgar en la cuna. A la mayoría de los recién nacidos les fascinan los diseños gráficos en blanco y negro, y hoy en día fabrican muchos libros y tarjetas para bebés con dibujos de mucho contraste. Puede, por ejemplo, colgar algunas de estas tarjetas en la pared, al lado de la cuna.

- Asegúrese de que los móviles estén hechos para observarlos desde abajo. Es decir, desde el punto de vista del bebé

y no del suyo. Lo mejor es elaborar sus propios móviles con objetos cotidianos sencillos, agregando diferentes puntos de interés. Si cambia los objetos con frecuencia, su hijo siempre tendrá algo nuevo que observar.



Los niños y las niñas crecen a través del juego: aprenden a usar sus músculos, coordinan lo que ven con lo que hacen y adquieren dominio de su cuerpo.

De 6 a 12 meses

Cuando los bebés cumplen nueve o diez meses, por lo general ya pueden desplazarse de una forma u otra: arrastrándose, gateando o apoyándose en los muebles que tienen a su alcance. Para esta edad recomendamos:

- **Cantar y bailar.** Escuchen distintos tipos de música y baile con su hijo para ver qué le gusta más. Cante su canción favorita. No se preocupe por la calidad de su voz, ya que estará fascinado de escucharle.
- **Interacción.** Consienta a su hijo y háblele. Trate de imitar los ruidos que hace y espere a que le responda. Muéstrole que al abrir una caja el payaso salta, o enséñele cómo dar vuelta a las páginas de un libro.
- **¿Dónde estás?** Intente esconder su cara detrás de las manos o de una prenda. Es posible que al principio demuestre que el juego le gusta simplemente prestándole mucha atención. Más tarde sonreirá, moviendo las piernas y haciendo ruidos. A los 9 meses, es posible que le quite las manos o la prenda de la cara para encontrarle.
- **Juego con pelota.** Pásele una pelota de diferentes colores y texturas. Permita que la explore con todos sus sentidos. Dele la oportunidad de ver qué más puede hacer con ella y, con el tiempo, aprenderá a hacerla rodar.

De 1 a 2 años

De 1 a 2 años son grandes comunicadores; usan gestos, expresiones faciales, ruidos e incluso dicen algunas frases. A los 12 meses, muchos bebés se levantan, se sostienen de pie e incluso caminan.

Las posibilidades para jugar con niñas y niños pequeños aumentan a medida que van creciendo. Aprenden a comunicarse con gestos, sonidos y palabras. Además, aprenden a pararse sin ayuda y luego a caminar. Usan las manos para jugar y explorar objetos de formas más complejas.

Cada niño y niña tiene sus preferencias para explorar. A algunos les gusta mucha acción, y otros prefieren juegos más calmados. Observe con atención las actividades que disfruta su hijo o hija, y así podrá sintonizarse mejor con su forma de conocer el entorno.

A esta edad están entrando al mundo de la imaginación. Pasan de imitar lo que ven, a imaginar nuevas situaciones. Ya sea que estén en la bañera o paila donde los bañan, o en el suelo, usan

sus cuerpos y mentes para aprender cómo funciona el mundo, el cual les parece enorme, emocionante, complicado y maravilloso.

Además, empiezan a utilizar objetos. Por ejemplo, empujan una pelota con un palo o intentan atrapar la comida de su plato con la cuchara.

A continuación se recomienda algunos juegos para esta edad:

Le gustan los juegos interactivos, así que hágale cosquillas y deje que él o ella le haga cosquillas a usted.

Hable por teléfono y páseselo a él para que balbucee un rato; después que lo entregue y repita el juego.

Su capacidad para solucionar problemas está mejorando

- Empieza a entender palabras y a reconocer los nombres de objetos familiares.
- Juegue a extraer la tapadera de un bote de plástico para alcanzar el juguete que está dentro.
- Juegue a clasificar formas. Déjelo averiguar por qué el bloque cuadrado no entra en la abertura redonda. Esta es una buena manera de comenzar a resolver problemas. Este juego les fascina, y solo a veces frustra a los bebés de esta edad.

Las pelotas

- Jugar a la pelota es aún más emocionante cuando los bebés ya pueden pararse y la hacen rebotar contra el suelo.

Teléfono de juguete

- A los bebés les encanta imitar a sus papás. Aunque todavía no pueden hablar mucho, intentarán comunicarse sosteniendo el juguete con la mano y apretando los botones. Cuanto más real parezca el teléfono, mejor.

Libros

- A esta edad les intrigan de forma particular los libros con figuras, de diferentes tamaños y con muchos colores, así que póngalos a su disposición.

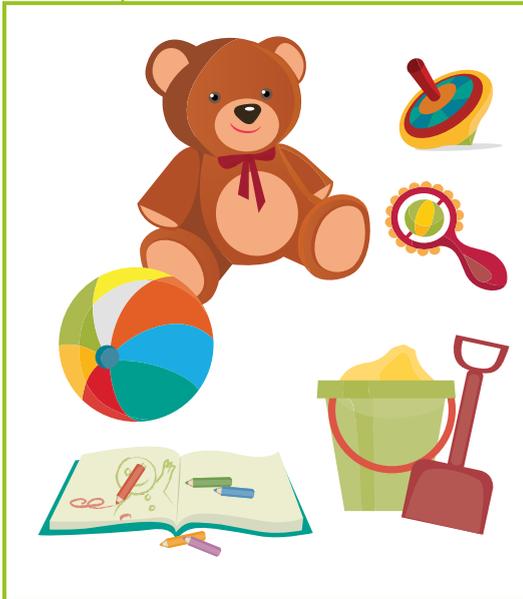
Bloques

- Los bloques le darán la oportunidad de practicar el arte de acumular objetos. En esta etapa quizá sea capaz de colocar tres o cuatro, y le gustará aún más ver cómo se caen.

Balde y pala

- Son muy prácticos cuando la actividad favorita de su hijo es llenar y vaciar una y otra vez.

De 2 a 3 años



En esta edad los niños aprenden a través de la repetición; descubren cómo funcionan y se relacionan las cosas entre sí, y están deseosos de tener compañeros de juego. Ahora comienzan a jugar juntos y a veces, ¡sin pelear!

Es probable que los niños que tengan hermanos ya hayan practicado a jugar tomando turnos. Sin embargo, para un hijo único, esto puede ser difícil. Poco a poco desarrollará la capacidad para relacionarse, pero necesitará práctica y orientación.

Los niños pequeños son personitas con mucha energía; por eso busque

juguetes y actividades que le permitan canalizar su energía. Además, busque juguetes que desafíen su mente en desarrollo.

Juguetes para desplazarse

- Juguetes con ruedas en los que pueda subirse y moverse, como triciclos, aunque quizás todavía no pueda pedalear.

Pelotas

- Las pelotas siguen siendo un juguete favorito, especialmente ahora que su hijo puede apuntar hacia donde la lanza. Algunos niños de esta edad a veces ya atrapan la pelota. Ponga una papelera o caja como canasta, para ver quién puede encestar la pelota desde corta distancia. O coloque dos canastas en el patio para introducir a su hijo en una versión simplificada del baloncesto.

Materiales artísticos

- Permita que su hijo sea creativo. Establezca un área en la casa donde pueda manchar y pintar sin problemas. Puede animar sus dotes artísticas pidiéndole que dibuje ciertas cosas, como

el cielo o la hierba. Puede proporcionarle papel rotafolio, carteles publicitarios, pinturas y pinceles gruesos para que dibuje y pinte. Admire sus trabajos.

Instrumentos de percusión

- Esta es la edad en que la música inspira a bailar, dar palmadas, girar, saltar o incluso gritar. Por eso, ¿por qué no añadir a la diversión unos tambores, o pailas? La clave es hacer ritmo. Experimente con diferentes géneros de música e invite a su hijo a que acompañe el ritmo.

Ropa para disfrazarse

- Los niños se disfrazan utilizando camisas, faldas, sombreros, zapatos o cualquier cosa que pueda despertar su imaginación. Además, es una forma fantástica de que practique a quitarse y ponerse la ropa, un ejercicio que encanta a los niños.

Cosas de la casa a su medida

- Para jugar a imitar la vida diaria, los juguetes tienen que ser realistas. Por eso, puede comprar un juego de platos de juguete, ollas y sartenes, y comida de plástico. Ponga una pequeña mesa y sillas donde su hijo o hija pueda celebrar sus fiestas y cenas.

Juguetes para construir

- El niño puede sentirse interesado en construir; dele bloques de madera, cajas de fósforos, botes de plástico y otras piezas que se puedan enlazar o enganchar. Así podrá crear autobuses, trenes, granjas, casas y mucho más.

Rompecabezas

- Puede organizar las tazas para que unas encajen dentro de otras, armar rompecabezas de cuatro o cinco piezas, usar un juego de llaves de plástico para abrir puertas, cajas de plástico y vestir o desvestir un muñeco con lazos, cierres y hebillas, así como abotonar y desabotonar la camisa de papá.

Cubeta

- Llenan y vacían una cubeta una y otra vez. Así aprenden los conceptos de lleno, vacío, adentro y afuera.

Botes o vasos

- También pueden llenar botes o vasos con arena, y luego vaciarlos para comprender el concepto de lleno y vacío.

De 3 a 4 años

Cuando su hijo llegue a su tercer cumpleaños, estará listo para que le presenten más desafíos. Si ya puede ponerse la camiseta, lavarse y secarse las manos y cepillarse los dientes, también podrá manejar bloques e incluso participar en juegos simples de memoria o de mesa. La mayoría de niños y niñas de tres años también puede dibujar una línea vertical.



A esta edad ya camina con seguridad, corre, salta y puede mantener el equilibrio en un pie durante un segundo o más. Eso significa que ya puede dejarlo jugar con un equipo deportivo de niños de su tamaño. Quizás quiera incluir a otros niños en sus juegos, y puede que comience a enfocarse en ellos, lo que le permitirá participar en juegos más estructurados.

A medida que crecen los niños son cada vez más imaginativos, y comenzarán a desarrollar sus propias historias, personajes, argumentos y aventuras.

Dele ropa y cosas para sus juegos de imaginación; algo tan simple como una

caja de cartón, puede ser una nave espacial o un castillo. Esto le ayudará a estimular esta área de su desarrollo.

Rompecabezas

- A esta edad los niños pequeños están desarrollando sus habilidades para resolver problemas y mejorar la coordinación entre manos y ojos; y nada pone más a prueba sus habilidades que los rompecabezas. Busque los que tengan grandes piezas con un dibujo grande y reconocible.

Juegos de mesa y juegos de memoria

- El desarrollo del cerebro se beneficiará al aprender cómo jugar a juegos simples de mesa o de cartas adaptados a su edad.

Platos, ollas y sartenes de su tamaño

- En esta edad les encanta hacer juegos imaginarios, y una de las cosas que mejor hacen es imitar a papá y a mamá. Jugar

a cocinar da la oportunidad de mezclar todo tipo de comidas imaginarias, así que dele algunos recipientes de comida vacía y de plástico.

Juegos de construcción

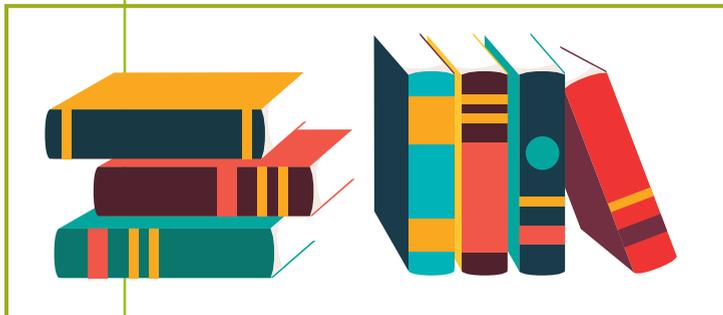
- La mayoría de los niños de esta edad son maestros a la hora de juntar bloques y encajarlos, porque pueden usar su imaginación y coordinar ojos y manos para construir torres cada vez más altas y complejas. Los bloques de madera natural o coloreada siempre les encantan.

Materiales para manualidades

- Su hija o hijo está listo para experimentar con todo tipo de materiales; utilice los materiales que quiera y almacénelos en recipientes de plástico. A esta edad les encantan las crayolas, la plastilina, y creaciones a base de revistas, tarjetas viejas, y formas que se peguen. Asegúrese de que todo es lavable y no tóxico.

Equipo para hacer ejercicio

- A medida que comience a desarrollar más actividades físicas, le encantarán los juguetes que le permitan probar sus nuevas habilidades. Los columpios y los objetos para hacer deporte, como pelotas de plástico, bates y pelotas de fútbol, son juguetes perfectos para este grupo de edad.



Libros

- Las habilidades lingüísticas de los niños y el vocabulario son cada vez más sofisticadas, por lo que es importante rodearlo de libros adecuados para su edad. Los niños están empezando a seguir

las narraciones y a comprender palabras e historias más complicadas.

De 4 a 5 años

El mundo de los niños de cuatro a cinco años de edad aún es muy pequeño; creen que son el centro de ese mundo, que todos los demás los ven y los escuchan, y que sienten del mismo modo que ellos. Básicamente necesitan recibir ayuda para



desarrollarse en cuatro áreas principales: lenguaje (idioma), cognitivo (conceptos mentales), habilidades motrices (músculos) y conocimientos sociales (escuchar, compartir).

Algunos niños de 4 años pasan mucho tiempo concentrados con sus juguetes, y a veces hay que interrumpirlos; pero tampoco hay que esperar demasiado. En promedio, la atención de un niño de 4 años es de unos 5 a 10 minutos. Tenga presente esto cuando planee proyectos o actividades en grupo, como fiestas de cumpleaños.

A dibujar

- Ahora controla mejor los lápices y las crayolas, y es probable que pueda hacer dibujos más reconocibles y detallados. Además, antes de empezar, seguramente sabrá lo que quiere dibujar: "Voy a dibujar nuestra casa".

Juego de preguntas

- Pregunte a los niños sobre su día; si no proporciona mucha información, trate de hacer la pregunta de otra forma para llegar más a fondo; por ejemplo, si regresa de jugar con un amiguito y le pregunta qué hicieron, él podría decir simplemente: "Jugamos". Entonces, vuelva a preguntar: "¿Qué te gustó más? ¿Qué te gustó menos? ¿Qué te hubiera gustado hacer en vez de eso?", y aún así, la respuesta podrá ser muy simple. A veces, lo único que hace un niño de 4 años es jugar, y realmente no puede ser más específico.

Símbolos básicos

- Dibuje un corazón para representar el amor; al mismo tiempo, aprenderán a relacionar lo gráfico con lo real, cómo son las partes de su cuerpo y las dimensiones de lo grande y lo pequeño. Están en proceso de desarrollar niveles más complejos y su vocabulario aumenta a diario.

Cortar y pegar

- Necesita moverse y perfeccionar habilidades motrices como cortar y pegar; proporcione papel periódico o revistas viejas, y solicítele que corte y pegue en una hoja de papel o cartón; también es cuando da los primeros pasos en la escritura y sus trazos comienzan a tener forma y dirección.

Relaciones y hábitos

- Indíquele que al jugar debe compartir con los demás niños, pedir permiso, esperar su turno y que, al finalizar el juego, debe recoger las cosas. Esto es muy importante porque constituye la estructura intermedia entre la propia familia y la integración al medio que lo rodea.
- Solicite a los niños que ayuden en las tareas de la casa. Así lo preparará para la vida escolar.

El juego es una útil herramienta de aprendizaje

Con frecuencia, los espacios para el niño son limitados en el seno familiar. Se le prohíbe que toque determinados objetos y que se suba a ciertos lugares, como la cama o algún sillón, lo cual reduce sus posibilidades de experimentación.

Por eso es importante que en la escuela tenga oportunidad de manipular objetos y explorar el espacio que lo rodea.

A través del juego se infunde un sentido de afecto, amistad, compañerismo y ternura. También se estimula la capacidad de observación y de investigación, lo cual propicia una mayor autonomía.

El juego es una actividad total; no hay nada más serio para el niño que el juego. A este se debe, en buena parte, el desarrollo de sus facultades físicas y mentales, y de las siguientes cualidades:

- El ingenio
- La inventiva
- La originalidad
- La imaginación

Además, el juego posee un claro valor social, porque contribuye a formar hábitos de cooperación y ayuda, y a enfrentar situaciones difíciles; por tanto, contribuye a un conocimiento más realista del mundo. En pocas palabras, es una técnica de gran utilidad para el educador.

El juego proporciona el contexto apropiado en que se puede satisfacer las necesidades educativas básicas del aprendizaje infantil. Es un instrumento que facilita el aprendizaje. Su carácter motivador estimula al niño y facilita su participación en las actividades que pueden resultarle poco atractivas.

De 5 a 6 años

Los niños de 5 a 6 años siguen repletos de energía, quieren jugar y siguen aprendiendo jugando. Pero, en esta etapa, el pequeño está a punto de dar un gran salto: dejar el preescolar e iniciar la escuela primaria. Es un momento de transición; las cosas cambian y, poco a poco, su hijo va haciéndose mayor.

Como padres, es importante conocer en qué momento evolutivo están sus hijos para saber cómo piensan, cómo sienten y qué pueden esperar de ellos. Solo así podrán comprenderlos y ayudarlos cuando sea necesario.

Es cierto que cada niño tiene su propio ritmo de desarrollo. Pero, en general, los niños de entre 5 y 6 años progresan mucho en su desarrollo motriz, en su modo de pensar, en el conocimiento de su propio cuerpo y en la comunicación con los demás.

En su desarrollo físico-motriz y conocimiento de su cuerpo se observa que:



- Muestran **mayor coordinación y control** en sus movimientos corporales.
- Conservan el equilibrio sobre las puntas de los pies durante varios minutos.
- Pueden saltar alternando uno y otro pie, manteniendo el equilibrio. En la etapa anterior aún no era posible.
- Su coordinación mejora hasta tal punto que es el momento de aprender a nadar, patinar e ir en bicicleta, aunque muchos ya lo han aprendido antes.
- Saltan y brincan con soltura. Sus movimientos dejan de ser en bloque y bailan con armonía.
- Tienen más habilidad en la motricidad fina de sus dedos, pueden atarse los cordones de los zapatos sin tanta dificultad.
- Pueden recortar con tijeras con facilidad.
- Son capaces de vestirse y desvestirse sin ayuda. Lavarse los dientes, la cara y las manos. Los padres deben fomentar estos hábitos de autonomía.
- El conocimiento de su esquema corporal aumenta: el niño conoce perfectamente todas las partes externas de su cuerpo y muestra interés por algunas internas (corazón, estómago, cerebro, entre otros).
- Esto le permite dibujar la figura humana detalladamente.
- Sus trazos son más precisos y finos.

Al finalizar esta etapa, los niños de entre 5 y 6 años están preparados para leer y escribir. De hecho, en muchos preescolares y CEEPREP aprenden a leer. Otra cosa es la lectura comprensiva, que se trabajará durante la primaria.

En cuanto al lenguaje

- Su vocabulario se amplía enormemente. En este periodo pueden dominar unas dos mil quinientas palabras (2.500 palabras) y pronunciarlas correctamente. Es decir, tienen pleno dominio del repertorio fonético.
- Son capaces de decir su nombre completo y la dirección donde viven.



- Son capaces de expresar verbalmente su estado de ánimo: "Estoy enojado", también sus necesidades personales y deseos. Y, obviamente, intentan satisfacerlos.
- Por la forma de hablar ya parecen adultos, combinando frases, y respondiendo de forma precisa a las preguntas que les hacemos.
- Preguntan constantemente, deseosos de saber y conocer todo cuanto puedan.
- Les gusta que les respondamos con respuestas claras, prácticas, sin salirnos por la tangente (como

hacemos muchas veces los adultos cuando no sabemos qué contestar).

- Les entusiasma hablar con los adultos.
- Les divierten las adivinanzas, chistes y juegos de palabras.
- Entienden el argumento de cuentos sencillos.
- Aparecen las preguntas sobre el origen de los bebés; estas inquietudes se deben contestar de la forma más sencilla.
- A esta edad ya deben tener clara su identidad sexual.
- Necesitan referentes estables que les ayuden a construir su personalidad. Papá y mamá son los referentes más claros, junto con otros familiares.
- A esta edad todavía son egocéntricos porque aún no pueden entender el punto de vista de los demás, pero ya son capaces de compartir juegos y juguetes con otros amigos o compañeros.

- Participan en juegos con otros niños de su misma edad y les gusta su compañía.
- El juego simbólico, el juego de roles, jugar a hacer, es el que predomina todavía en esta etapa. Debemos dejarlos en libertad para que imaginen, creen o recreen situaciones tanto reales como imaginarias.
- Empiezan a mostrarse independientes, pero es normal que a veces muestren inseguridad ante situaciones y personas desconocidas.
- Necesitan sentirse importantes para las personas de su entorno.
- Reconocen las emociones y sentimientos de los demás.
- Muestran actitudes de protección ante los más pequeños.
- Les gusta hacer encargos y asumir responsabilidades en las tareas domésticas y escolares.
- Les gusta que los elogien cuando hacen las cosas bien, y empiezan a darse cuenta de que se equivocan y cometen errores.
- Son fantasiosos y es probable que aún tengan algún amigo imaginario. Siguen en una etapa donde es fácil que mezclen fantasía con realidad.
- Quieren ser autónomos y debemos dejar que hagan las cosas por sí solos para que construyan una buena y sólida autoestima.

TEMA 3

Cómo elige los juguetes adecuados



Objetivo

Al finalizar la sesión, los padres y madres serán capaces de conocer qué tipo de juguetes pueden utilizar los niños o las niñas de acuerdo a su edad.



Punto principal de aprendizaje

Conocer algunos cuidados que deben tener al seleccionar juguetes para sus hijos.

Para elegir los juguetes de los niños, considere las siguientes recomendaciones:

- El juguete debe ser deseado por el niño o la niña.
- Para dárselo, se debe tener en cuenta su personalidad.
- Que sea seguro, elaborado con materiales que no se astillen o que puedan herir, si se rompen.
- Los colores han de ser sólidos y no tóxicos. Cuanto más pequeño es el niño, más grande deberá ser el juguete.
- Deben ser adecuados a la edad, pensando siempre en las habilidades y actitudes que desarrollan en los niños.
- Que sea simple. Esto aumentará los usos que se pueden hacer de él, desarrollando su fantasía y capacidad simbólica.
- No hay que comprarlos para satisfacer un capricho momentáneo del niño.
- Por lo general no deben ser utilizados para premiar o castigar al niño.
- Se debe tener en cuenta que el exceso de juguetes mata la fantasía y produce aburrimiento.
- Conviene instruir a los familiares para que no regalen juguetes de forma indiscriminada.

Y, finalmente, no hay que olvidar que **el mejor juguete no siempre es el más caro.**



A continuación se recomienda algunos juguetes de acuerdo a la edad:

De 6 a 12 meses

El bebé empieza a explorar los objetos y a reconocer voces.

Se recomienda juguetes que le ayuden a aprender procedencia y resultado, que motiven el desarrollo de la motricidad.

Por ejemplo:

- Cajas sorpresas
- Pelotas
- Muñecos de trapo
- Juguetes sonoros
- Mecedoras
- Encaje simple

De 1 a 2 años

Los niños saben andar y reconocen las propiedades de los objetos; hablan y comprenden, y empiezan a descubrir su entorno. Se recomienda los siguientes juguetes:

- Cubos para encajar y juntar
- Bicicletas con ruedas de seguridad
- Carritos
- Pizarras
- Pintura
- Instrumentos musicales
- Muñecas y animalitos

De 2 a 3 años

Empiezan a sentir curiosidad por los nombres e imitan escenas familiares; les gusta resolver problemas, estimular el movimiento, la coordinación, el ritmo y la expresión. Se recomienda los siguientes juguetes:

- Triciclos
- Palas
- Rompecabezas
- Pinturas

- Teléfonos
- Muñecas
- Set de piezas para encajar
- Instrumentos musicales

De 4 a 5 años

El niño empieza a preguntar, a aprender canciones y a jugar con sus amigos. Se recomienda los siguientes juguetes:

- Bicicletas
- Pizarras
- Magnetófonos
- Cuentos
- Marionetas
- Muñecos articulados
- Lápices
- Témperas
- Plasticina no tóxica

De 5 a 6 años

Necesitan materiales que les ayuden a crear con las manos y a usar la imaginación. Puedan desarrollar la motricidad al mismo tiempo que la creatividad. Se recomienda los siguientes juguetes:

- Lápices de colores
- Témperas
- Papeles
- Revistas
- Plasticina no tóxica
- Disfraces
- Libros
- Instrumentos musicales
- Pelotas
- Tijeras
- Revistas



Es muy importante mantener limpios todos los juguetes y objetos que entrega al niño o niña. Es fundamental lavarlos seguidos, y repararlos o eliminarlos cuando se encuentran en mal estado.

TEMA 4

Con quién y cuándo juegan los niños



Objetivo

Al finalizar la sesión, los padres y las madres serán capaces de conocer la importancia del juego como un medio para fortalecer los lazos familiares.



Puntos principales de aprendizaje

- El juego es un medio para fortalecer las relaciones familiares.
- Por qué debemos jugar en casa y qué actividades podemos realizar.

Muchas personas adultas han olvidado lo que es ser niño; pensar, sentir y mirar con los ojos de un infante es muy diferente, y la fantasía se complementa con el juego.

Durante el juego, los niños interiorizan los valores y reglas sociales, aprenden a ver su mundo y lo que los rodea; así, es una herramienta que ayuda en los procesos psicológicos de los infantes, pues les permite asimilar el mundo de los adultos.

Por tanto, es indispensable para su equilibrio afectivo e intelectual y para su adaptación; por ejemplo, un niño que crece en un ambiente violento y hostil jugará a la guerra, a pegar o a matar, como reflejo de lo que hay a su alrededor. Asimilará la violencia como parte de su entorno, adaptándose a ella.

Las virtudes del juego

Entre las virtudes del juego destaca que, cuando se juntan varios niños, aprenden a trabajar en grupo, a compartir, negociar, resolver conflictos y a defender sus puntos de vista. Y cuando juegan con sus padres, los niños perciben que los adultos les prestan toda su atención, lo que contribuye a construir relaciones duraderas.

El juego duplica la capacidad de concentración y de memoria del niño, por lo que el aprendizaje resulta más sencillo. Así, es clave para su desarrollo, sobre todo en las edades más tempranas, y es recomendable que lo haga en compañía de los padres.

El juego, además de entretener, ha de cumplir dos objetivos: convertirse en uno de los principales hilos conductores del amor entre padres e hijos y, al mismo tiempo, desempeñar una función educativa.

Para que esto sea posible, el padre y la madre deben aprender a jugar con los niños y las niñas, como se detalla a continuación.

El juego en casa

Por lo general, los padres no tienen problemas para inventar juegos para sus hijos cuando ya tienen 4 o 5 años. Pero las dificultades surgen cuando son bebés, porque muchos padres piensan que ellos no se percatan de lo que ocurre a su alrededor.

Sin embargo, en edades tempranas, los niños y las niñas están deseando ver cosas nuevas, escuchar ruidos distintos, tocar objetos diferentes y, sobre todo, sentir el amor del padre y de la madre a través de gestos afectuosos y palabras bonitas.

Jugar es una buena forma de demostrarles cariño y, a la vez, de despertar sus sentidos y fomentar destrezas básicas. Se debe dar la oportunidad a la niña o niño de realizar una actividad y motivarlo con mucho amor, paciencia y una gran dosis de alegría.

Por ello se aconseja a los padres que dediquen, al menos, media hora diaria a jugar con sus hijos. Aunque pueda parecer poco tiempo, es suficiente si las actividades se realizan en las condiciones adecuadas y los padres saben estimular a los niños.

No se trata de jugar mucho rato, sino de hacerlo bien. Si el padre o la madre están malhumorados o estresados por el trabajo, es mejor que ese día no jueguen, porque ellos se dan cuenta de todo y no se van a concentrar. Solo en un ambiente apropiado y con personas totalmente dispuestas, los juegos son eficaces.

Los padres deben dar a los niños su propio espacio, pero sin dejar de vigilarlos, procurando que vayan descubriendo el tipo de juego que más les gusta.

También es importante involucrar el juego en las rutinas familiares; por ejemplo, que los niños ayuden a guardar las cosas que se compran en el mercado o a ordenar la habitación.

En resumen, los padres deben considerar el juego como algo de gran importancia en la vida de sus hijos, y darles espacios generosos todos los días para este fin, sin pensar en que es una pérdida de tiempo.

Los beneficios de jugar en familia

Jugar en familia es una de las mejores maneras de reforzar las relaciones entre los miembros del hogar. A través del juego expresamos emociones, sentimientos y afecto, y fortalecemos los lazos de unión entre los participantes.



La familia marca la vida de toda persona; es ahí donde establece los primeros vínculos afectivos y se forma la personalidad, los valores y los patrones de conducta. La dinámica familiar es la guía para establecer relaciones sociales. La familia brindará las pautas que luego seguiremos con nuestras propias familias.

Por eso se debe procurar un ambiente adecuado para el bienestar y desarrollo de cada uno de sus miembros, propiciando relaciones familiares armoniosas basadas en la comunicación, la confianza y el apoyo mutuo.

Esto puede resultar difícil de poner en práctica; los cambios en nuestra sociedad, como las rutinas de trabajo y estudio, hacen que los padres se vean obligados a trabajar durante muchas horas para satisfacer las necesidades básicas de sus hijos y, en consecuencia, pasan menos tiempo con ellos.

Sin embargo, siempre deben tener presentes los beneficios de jugar en familia, entre los que destacan:

- El juego relaja y ofrece una sensación de libertad y espontaneidad.
- Favorece el encuentro, la unión familiar, la comunicación, la confianza y el afecto entre los miembros de la familia.

- Ayuda a construir una relación familiar sólida y duradera.
- Desarrolla la autoestima de los hijos, ya que sentirán que los padres les dedican tiempo para divertirse juntos.

¿Qué actividades o juegos se pueden realizar en familia?

Cualquier juego que le guste al niño, siempre que los participantes disfruten. Los niños se sentirán muy felices al jugar con sus padres. Se puede jugar durante las actividades cotidianas; por ejemplo, aprovechar la hora del baño para jugar con las burbujas y cantar juntos. Otros ejemplos de actividades en familia son:

- Además de brindarles cuidados y afecto, los padres deben jugar con sus hijos desde los primeros meses para desarrollar sus sentidos.
- Jugar a las escondidas y abrazarlo cuando se encuentren.
- Pintar juntos en un papelote con témperas, utilizando toda la mano.
- Acompañar a los niños cuando jueguen con carritos, muñecas o a la cocinita.
- Jugar con disfraces, máscaras o títeres, para estimular la imaginación y la expresión de sentimientos entre los participantes.
- Jugar un deporte que guste a la mayoría de miembros de la familia.
- Armar entre todos un rompecabezas gigante que puede elaborarse con recortes de revistas, resolver crucigramas o armar frases a partir de palabras en desorden. Los juegos de cooperación promueven la unión y el apoyo entre los integrantes.
- Los juegos de mesa son una excelente oportunidad para compartir en familia. Además de permitirle aprender a competir, ganar o perder ayudarán al niño en su desarrollo social.
- La época de las ferias o fiestas patronales es una oportunidad para disfrutar en familia, tomando las precauciones necesarias, y promover la diversión, la confianza y la unión.
- Dedique tiempo para jugar en familia. Pasará un momento grato con sus hijos e hijas, encontrará momentos felices para compartir, y esto dejará huellas en ellas y ellos.



La meta más importante en nuestra vida es establecer una familia sólida, que sea un lugar seguro y de protección para cada uno de sus miembros.

TEMA 5

Recordando los juegos tradicionales



Objetivo

Al finalizar la sesión, los padres y las madres serán capaces de recordar algunos juegos tradicionales que podemos realizar en familia.



Puntos principales de aprendizaje

- Qué son los juegos tradicionales.
- Juegos tradicionales que podemos realizar en familia, o enseñarles a nuestros hijos e hijas.

¿Qué son los juegos tradicionales?

Los juegos tradicionales son los que se practican desde hace mucho tiempo y que se transmiten de generación en generación. Son propios de la cultura local, y son parte de la tradición de los pueblos, por lo que vale la pena mantenerlos vivos.

Se realizan con materiales que están a la mano en el entorno, como piedras, ramas, tierra o arena, o juguetes antiguos y baratos como mables o canicas, pelotas, trompos y dados, por lo que no exigen grandes recursos.

Por lo general, los juegos tradicionales implican actividad física al aire libre, expresión corporal, y tienden a desarrollar las habilidades motoras elementales como correr, caminar, agacharse y saltar.

Cuando los niños pequeños descubren que los juegos que están jugando ya los jugaron sus padres y abuelos, se crearán nuevos lazos de comunicación y afecto. A partir de los juegos tradicionales se puede hablar de las formas de vida de otras épocas, cuando sus abuelos o padres eran niños, lo cual se puede enriquecer mostrándoles fotos antiguas. Así podrán apreciar cómo era la ciudad o el pueblo, cómo vestían en aquel momento, y otros detalles de interés.

Algunos juegos “de siempre”

Los juegos tradicionales se practican cada vez menos, con lo que los niños se pierden de una rica experiencia. Conservar los juegos de los abuelos para los nietos es una tarea de todos, por lo que a continuación se describe algunos de estos juegos.

¿Quién es?

Los niños forman un círculo, y escogen a un jugador que deberá salir y apartarse del círculo. Los demás escogerán a alguien del grupo. El jugador que salió vuelve a entrar al círculo, y su tarea será adivinar a quién escogieron. Para ello, puede hacer un máximo de 10 preguntas como: ¿es alto?, ¿es niña o niño? Las respuestas solo serán “sí” o “no”. Si el jugador adivina de quién se trata, volverá al círculo y el juego continuará. De lo contrario, se le podrá aplicar una penitencia.

Piedra, papel o tijera

Cada jugador cruza las manos hacia atrás y prepara una postura de la mano. Papel se muestra con la mano abierta mostrando la palma; tijera se representa mostrando los dos dedos índice y medio, y piedra se muestra con el puño cerrado. Después de decir “Piedra, papel o tijera, uno, dos y tres y ya”, cada jugador muestra su mano. La piedra gana a la tijera, la tijera gana al papel, y el papel gana a la piedra.

El teléfono

Los jugadores forman un círculo. El primero en jugar hace una pregunta al oído del que tiene sentado a la derecha, y este le da una respuesta. Y así sucesivamente, hasta que todos han intervenido. A continuación se repasan las preguntas y las respuestas, que pueden ser de lo más divertidas.

La rayuela

Se traza en el suelo una cuadrícula de dos cuadros de ancho por cinco de largo, formando una cruz, y se numeran del 1 al 10. El juego comienza tirando una piedra pequeña y plana, también llamada tejo, en el cuadrado número 1, intentando que caiga dentro del cuadrado sin tocar las rayas.

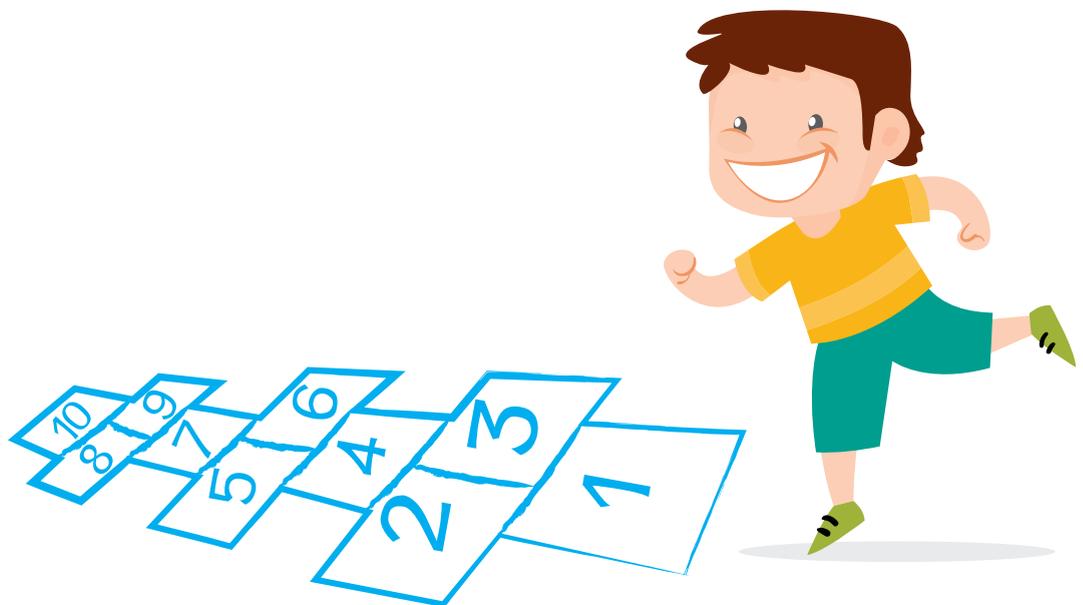
Se comienza a recorrer la rayuela saltando en un pie sin pisar las rayas, guardando el equilibrio hasta que se llega donde hay dos casillas y se puede apoyar los dos pies. Se sigue al número 6 saltando en un pie, y nuevamente en el 7 y el 8 apoyamos los dos pies.

Ahora hay que regresar. Debemos saltar y dar la vuelta sin pararse en las rayas hasta volver al número 1, donde nos agacharemos para recoger la piedra sin apoyar el otro pie. El juego continúa hasta que hemos lanzado el tejo en todos los cuadros y se ha hecho el mismo recorrido.

Si la piedra no cae en la casilla correspondiente o el jugador toca raya al saltar, el turno le toca al siguiente jugador. Gana el juego quien primero termina de recorrer todos los cuadros.



A través de los juegos tradicionales se puede transmitir a los niños características, valores, formas de vida y tradiciones de diferentes pueblos y regiones.



TEMA 6

Medidas de prevención durante el juego



Objetivo

Al finalizar la sesión, los padres y las madres serán capaces de conocer algunas medidas de prevención de riesgo.



Puntos principales de aprendizaje

- Reconocer cuando un juguete es seguro y apropiado para el niño o niña.
- Vigilar y cuidar que en los lugares de juego no haya peligros como objetos filosos, ventanas abiertas o gradas sin protección.
- Saber utilizar como juguetes los objetos seguros de la casa.

Consejos para prevenir accidentes

- Comprobar que el juguete tenga las advertencias de seguridad. Observe la etiqueta y fíjese que sea apto para niñas y niños pequeños, y fabricado con materiales no tóxicos.
- Si compra un juguete, que sea adecuado a las características del niño: edad, carácter, inquietudes, habilidades.
- Explicar al niño el uso del juguete y lo que puede suceder si no lo utiliza de forma adecuada. Recuérdese cada cierto tiempo para que no lo olvide.
- Cuidar el lugar de juegos para prevenir accidentes. Por ejemplo, evitar ventanas abiertas y gradas sin protección.
- Retirar los juguetes dañados o rotos porque pueden tener partes cortantes con las que el niño se puede herir.
- El juguete debe ser lavable.
- Debe tener bordes y puntas redondeadas, sin astillas o grietas pronunciadas.
- Las piezas o partes que lo componen deben ser más grandes que el tamaño de la boca del niño o niña, para que no se las trague.

- Es muy importante mantener limpios todos los juguetes y objetos que le entregue a su hijo. Es fundamental lavarlos periódicamente y repararlos o eliminarlos cuando se encuentran en mal estado.
- Y recuerde que no siempre es necesario gastar en juguetes. En realidad, los objetos seguros del hogar, como recipientes de plástico para llenar y vaciar, y ropa vieja para disfrazarse, son excelentes recursos para jugar y aprender.
- Juguetes clásicos como bloques y camiones, y objetos que imitan los de la vida real, como cocinas de juguete, son fantásticos para desarrollar la imaginación.
- Y no olvidemos los libros; mientras más los disfruten los niños, más utilizarán su mente y su cuerpo para resolver problemas y desarrollar sus propias ideas.



**Los líderes del mañana nacieron hoy,
invertir en la primera infancia
es invertir en el futuro.**



Colonia Matamoros, Paseo La Campaña,
calle Almería, 5 av. número 3002

Apartado postal 3263, Tegucigalpa

Teléfonos: 2236-8265 / 8152 / Fax: 2236-8314

Correo electrónico: office@honduras.childfund.org

Página web: www.childfund.org