

# IMPORTANCIA DEL JUEGO PARA LOS NIÑOS Y LAS NIÑAS



## Guía para padres y madres

UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
COSTA RICA



Elaborado por: Instituto de Estudios Interdisciplinarios de la Niñez y la Adolescencia(INEINA), del CIDE. Universidad Nacional,

Licda. Fabiola Alfaro Vargas, M.Sc. Ingrid Sánchez Alvarado, Lic. Rodolfo Vicente Salazar, MSc. Ana Teresa León Sáenz y MSc. Marianella Castro Pérez.

E-mail: [ineina@una.ac.cr](mailto:ineina@una.ac.cr)

Teléfonos: 2773477 / 2773379

Impresión financiada por el Proyecto Talleres Lúdico - Creativos, CONARE, Universidades Públicas (UNA, UCR, ITCR, UNED).

*Prohibida la reproducción de este folleto sin previa autorización.*

Costa Rica, Heredia, 2007.

# PRESENTACIÓN

**E**n este folleto usted podrá disponer de información respecto a la importancia del juego y los juguetes en el desarrollo infantil.

También, se brindan sugerencias y recomendaciones a las familias para promover el juego en los niños y las niñas, así como la elección responsable de los juguetes con los que ellos jugarán.

Esperamos que como madre y padre este material le sirva como una guía de reflexión y apoyo.



# INFANCIA Y JUEGO

La necesidad y el derecho del descubrimiento y el amor por el juego es parte universal de ser niño (a). Aunque todos (as) los niños (as) tienen diferentes necesidades, gustos e intereses, el deseo de jugar es constante.

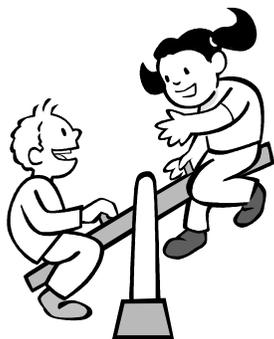
Jugar enseña a los niños sobre sí mismos, sobre su ambiente y sobre la forma de interactuar con las otras personas.

El juego es una actividad característica de la infancia. Cuando el niño (a) está despierto, la mayor parte del tiempo pasa jugando. Por lo que se dice que el juego es el trabajo del niño y la niña.

Además, con el juego los niños y niñas ponen en marcha su imaginación. Expresan la manera en que ven el mundo que le rodea, de transformarlo, desarrollan su creatividad y la posibilidad de abrirse a los demás.

Hay muchas actividades que pueden ser agradables para los niños y las niñas, pero no todas se refieren a jugar.

El jugar tiene al menos las siguientes características:



- ✓ Es placentero
- ✓ Es espontáneo y voluntario
- ✓ Implica cierta participación activa por parte del jugador
- ✓ Guarda cierta relación con lo que no es juego, como situaciones de la vida cotidiana: comprar, vender, realizar labores domésticas, entre otros.

# ¿PARA QUÉ NECESITAN JUGAR LOS NIÑOS Y LAS NIÑAS?

El juego es una actividad que permite el desarrollo de una amplia variedad de habilidades en los y las niñas por lo que, las actividades de juego deben ser promovidas siempre como una manera de invertir en su adecuado desarrollo.

A nivel general, en este apartado se mencionan las principales áreas que se ven beneficiadas por medio del juego: el desarrollo físico, el intelectual, emocional, moral y la personalidad.

## 1. EL DESARROLLO FÍSICO

El desarrollo de habilidades a nivel corporal se refiere al control que se ejerce sobre el propio cuerpo y las acciones que se dirigen a las personas y situaciones externas, por medio del movimiento y las conductas motoras.



Esta área del desarrollo físico es la base para que el niño y la niña pueda ejecutar tareas tan importantes como caminar, correr, escribir, morder, saltar, entre muchas otras. Asimismo, las actividades de juego que activan el cuerpo van a fortalecer la respiración, la circulación, desarrollo de músculos y huesos más fuertes, y por lo tanto niños y niñas más saludables.

El juego como actividad física siempre va a fortalecer los sentidos como la vista, el oído y el tacto, al mismo tiempo que se desarrolla un mejor control de los movimientos del cuerpo.

## 2. EL DESARROLLO INTELECTUAL

El juego es una herramienta que permite al niño y a la niña desarrollar habilidades relacionadas con la inteligencia. Tres funciones muy importantes que el juego fortalece son:

- \*LA MEMORIA
- \*LA ATENCIÓN
- \*PERCEPCIÓN



Es importante, considerar que existen ocho tipos diferentes de inteligencia y por lo general hay una de éstas que es más fuerte y que prevalece en cada uno de nosotros. Estos tipos son:

**Inteligencia Lingüística:** la tienen las personas con facilidad de palabra, también los escritores, los poetas y quienes aprenden fácilmente diferentes idiomas.

**Inteligencia lógico-matemática:** La utilizamos para resolver problemas de lógica y matemáticas. Activa el hemisferio lógico y es la que nuestra cultura ha considerado como única inteligencia. Además, sirve para la investigación y la ciencia.



**Inteligencia Espacial:** requiere formar un modelo mental del mundo en tres dimensiones y ubicarse en el espacio, es la inteligencia que tienen los marineros, los ingenieros, los cirujanos, los escultores, los arquitectos y los decoradores.

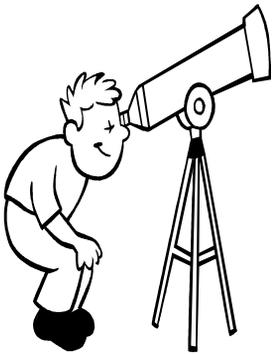
**Inteligencia Físico-Cinestésica:** es la capacidad de utilizar el propio cuerpo para realizar actividades o resolver problemas. Es la inteligencia que se ve más en los deportistas, los artesanos, los cirujanos y los bailarines

**Inteligencia Musical:** la de los cantantes, compositores, músicos y bailarines.

**Inteligencia Interpersonal:** Nos permite entender y llevarnos bien con los demás, y la solemos encontrar en los buenos vendedores, políticos, profesores y terapeutas.

**Inteligencia Intrapersonal:** Nos permite entendernos a nosotros mismos, es la inteligencia emocional que cada uno desarrolla.

**Inteligencia Naturalista:** la que utilizamos cuando observamos y estudiamos la naturaleza.



Todos estos tipos de inteligencias están presentes en las personas, unas más desarrolladas que otras y por lo que, en las personas se potencian diferentes habilidades. En este sentido, el juego cumple un papel protagónico al posibilitar el desarrollo de destrezas básicas para el crecimiento de las diferentes capacidades requeridas

### 3. EL DESARROLLO EMOCIONAL

El **desarrollo emocional** o afectivo se refiere al proceso por el cual el niño o la niña construyen su identidad (su yo), la seguridad y la confianza en sí mismo y en el mundo que lo rodea, a través de las interacciones que establece con otros niños, ubicándose a sí mismo como una persona única y distinta. En este proceso el niño aprende a distinguir las emociones, identificarlas, manejarlas, expresarlas y controlarlas. Es un proceso complejo que involucra tanto los aspectos conscientes como los inconscientes.

El juego es una herramienta que puede fortalecer el desarrollo emocional de los niños y niñas . Algunas áreas de importancia son:

#### **Autoestima**

Se refiere a la propia percepción y valoración que tenemos de nosotros como personas. Una buena autoestima se relaciona a un sentimiento de aceptación y aprecio por uno mismo.

La autoestima se constituye a partir de que el niños o niñas se sienta atendido (a) seguro (a), querido (a), en control de sí mismo y capaz de aprender.



El juego puede colaborar en este sentido cuando las actividades le permiten al niño y niña reforzar una imagen positiva de sí mismo (a). El contacto con otros niños (as) y la aceptación por parte de ellos, por medio del juego permite fomentar la autoestima.

En general, todas aquellas actividades de juego que le permitan al niño y niña recrearse y disfrutar de sí mismo y de la compañía de otros pueden fortalecer su autoestima.



## **Autonomía**

Una de las metas de la educación familiar y escolar es formar personas independientes, competentes y autónomas. Para que esto sea posible, el niño o la niña primero, tiene que haberse sentido seguro (a), querido (a) y confiado (a).

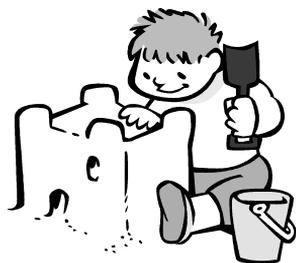
El juego promueve la autonomía en los niños y niñas en la medida que fomenta la responsabilidad, la posibilidad de tomar riesgos y de asumir consecuencias. De esta manera, el juego se puede entender como un campo de entrenamiento para desarrollar en el niño y la niña la posibilidad de que poco a poco, conforme juegan y dramatizan situaciones, pueda ir asumiendo por sí mismo, la satisfacción de sus necesidades y responsabilidades.

## **Autoeficacia**

La autoeficacia se refiere a la percepción que el niño o la niña tiene respecto a la calidad de las acciones que ejecuta y a cuan bien las hace.

Una adecuada autoeficacia está relacionada con sentirse satisfecho por realizar algo que considera bueno o importante. El mismo niño o niña siente que lo ha hecho bien y esto aumenta la confianza en sí mismo y su propia seguridad para la toma de decisiones. Le permite ser positivo y realista, al mismo tiempo que lo anima a enfrentar nuevos aprendizajes.

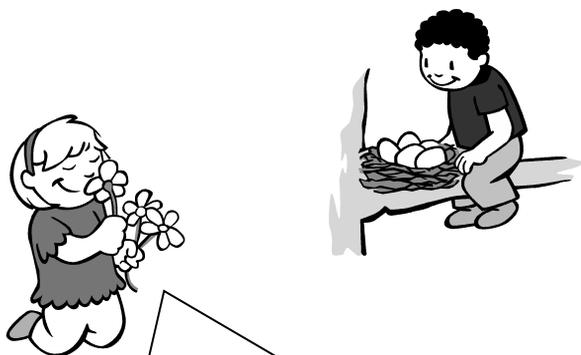
El juego es un instrumento indispensable para el desarrollo de la autoeficacia, ya que permite al infante probar y desarrollar sus capacidades en un proceso continuo de perfeccionamiento.



## 4. EL DESARROLLO MORAL

El **desarrollo moral** en el niño y la niña se refiere a interiorizar e incorporar las normas sociales comunes del medio en que se convive con otras personas. Tiene que ver con valores, reglas costumbres, por ejemplo.

El niño y la niña entra en contacto con la moral por medio de los mandatos y prohibiciones de los padres y madres, maestros y figuras de autoridad. Inicialmente esta moralidad no proviene de sí mismo sino del exterior.



Para que exista un adecuado desarrollo moral es importante que existan normas claras, coherentes y fijas con respecto a los valores que se desea transmitir a los niños y niñas. La disciplina no busca restringir la libertad, sino ampliarla dentro de límites manejables.

El juego tiene gran importancia para el desarrollo moral de los niños y de las niñas. La **dimensión social** del juego es básica en este sentido, ya que es un espacio en el que hay interacción con otros chicos y chicas y por medio de este contacto, se van identificando modelos sociales existentes y valores tales como la solidaridad, respeto, cooperación y otros.

De este modo, para el o la infante, el juego y el contacto con otras personas es un recurso para conocer el mundo, le ayuda a dominarse a sí mismo (a).

Por ejemplo cuando respeta las reglas de un juego y a comprender a los demás, lo que sin duda le permite avanzar en su integración social.

En grupo aprende a actuar con reglas y a relacionarse con otros niños y niñas, a veces pueden darse conflictos, pero es precisamente en el juego donde el niño o niñas aprende cómo resolverlos; es un contacto que le enseña como relacionarse y le facilita el desarrollo de habilidades sociales importantes para su adaptación al medio.



## 5. CONFORMACIÓN DE LA PERSONALIDAD

La personalidad del infante se forma durante los primeros años de vida y a partir de sus experiencias. Por lo tanto, la actividad e interacción con su medio ambiente le permite poner en práctica actitudes, relaciones y posibles soluciones a problemas, que le irán caracterizando y definiendo como un ser humano único.

El juego posibilita la actividad mental compleja y la anticipación de lo que va a pasar. El contacto con otros niños y niñas incrementa el aprendizaje y la adopción de conductas importantes para los niños y niñas.

En el juego se da una adaptación entre lo imaginable y lo permitido, por lo que el niño y la niña tienen tiempo de aprender lo que es factible y correcto, mientras que le permite una salida ágil a sus dificultades.

El aporte del desarrollo emocional es un elemento clave en la conformación de la personalidad en el pequeño (a). En este sentido, el juego es un espacio y tiempo para ensayar y practicar y es una herramienta clave para que el niño y la niña se vayan identificando con factores esenciales para conformar su personalidad.



## ADEMÁS EL JUEGO ES:

En el caso de los niños y niñas adquiere vital importancia ya que, mediante el juego crecen física, espiritual e intelectualmente.

Un vehículo poderoso que tienen los niños para probar y aprender bien nuevas habilidades, conceptos y experiencias.



Con el juego el niño o niña pone en marcha los mecanismos de su imaginación, expresa su manera de ver el mundo que le rodea, de transformarlo, le permite desarrollar su creatividad y le da la posibilidad de abrirse a los demás.

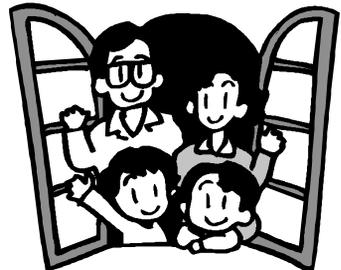
# EL JUEGO Y LOS JUGUETES: EL PAPEL DE LOS PADRES Y MADRES DE FAMILIA

Los padres y madres deben demostrar a sus hijos e hijas a valorar el derecho y los beneficios y aprendizajes del juego.

Deben observar al pequeño hasta llegar a entender en qué consiste su juego, si necesita o no ayuda déle el apoyo necesario

El compartir jugando entre padres e hijos (as) puede funcionar no sólo como un espacio de aprendizaje sino también, como una manera de fomentar el crecimiento personal y emocional del niño (as).

Hable con su hijo y ayúdele para iniciar el juego.



Es importante que siempre estén bajo la vigilancia de un adulto.

Aunque los adultos tengan mucha prisa por que sus hijos aprendan habilidades y conocimientos, es necesario dejar la libertad de elegir el juego y juguetes que quieren poner en práctica, de acuerdo a su propio ritmo.

Hay que tratar de jugar a su misma altura, sea en el suelo o en su mesa.

Se puede orientar el juego, si es necesario, pero jamás imponer las reglas.

La calidad del tiempo que el adulto puede dedicar a compartir con el niño es esencial, ya que este sirve como modelo para el aprendizaje. Los niños y niñas aprenden viendo y de la interrelación que se da en el espacio de juego con el adulto.

**EN RESUMEN EL  
JUEGO ES:**



- √Diversión
- √Alegría
- √Placer
- √Libertad
- √Imaginación
- √Fantasía
- √Creatividad
- √Aprendizaje
- √Participación
- √Un DERECHO



# LOS JUGUETES

Son objetos que se convierten en instrumentos para el juego. En ocasiones, cualquier objeto puede servir de juguete.

Los juguetes deben despertar el interés, la inquietud, la curiosidad, la capacidad de sorprender y recrear la imaginación de los niños y las niñas.

Los juguetes por si mismos deben generar la posibilidad de explorar, de crear e inventar, de palpar sus formas y texturas. Es por eso que se dice que "los juguetes son los mejores medios para el aprendizaje".



Aspectos importantes de tomar en cuenta en los juguetes:

- ☆ Los juguetes generan conocimientos y nuevas formas de resolver las dificultades.
- ☆ Le sirven a los niños y niñas para conocer y representar su mundo.
- ☆ Al estimular la imaginación, pueden crear ideas nuevas, personajes, historias y sus propias formas de enfrentar la vida, entre otros.
- ☆ Les permiten manifestar sentimientos y emociones.
- ☆ Los juguetes apropiados en el momento oportuno enriquecen la experiencia de juego y son la base para el aprendizaje.
- ☆ Estimulan el desarrollo físico, mental y social.

# ¿CÓMO ELEGIR EL MEJOR JUGUETE?

Ante la gran variedad, precios y pedidos de los y las niñas surge la inquietud, ¿cuál es el mejor juguete para mi hijo o hija? Para decidir le recomendamos considerar lo siguiente:

1. El juguete debe ser deseado por el niño (a), además debe ser divertido, ingenioso y atractivo.
2. Debe ser seguro, fácil de reparar y duradero. Que no se astille ni corte en caso de que se rompa. Las pinturas y materiales no deben ser tóxicos y deben tener instrucciones de uso.
3. Se debe comprar de acuerdo con la edad y las áreas que se busca estimular, ya que el objetivo es provocar inquietudes, satisfacciones y alegrías, no frustraciones ni aburrimiento.
4. Debe ser sencillo para potenciar la fantasía y creatividad. De este modo se logrará mantener el interés en el juguete. El mejor juguete no es necesariamente el más caro o el más moderno.

5. Debe contribuir a la integración y juego con otros niños y así favorecer la socialización.
6. No debe incitar a la violencia, a la práctica de hábitos poco saludables, a la discriminación de etnia, cultura, género u otra.
7. Es importante recordar que un buen juguete fomenta los valores.
8. No se debe comprar un juguete para satisfacer un capricho momentáneo.
9. Los juguetes no deben utilizarse para premiar o castigar.
10. No se recomienda comprar gran cantidad de juguetes porque los niños y las niñas no sabrán con cual jugar.



# JUGUETES RECOMENDADOS PARA NIÑOS Y NIÑAS SEGÚN LA EDAD

☆ **Del nacimiento al primer año:** Para los niños y niñas su cuerpo es el principal juguete a esta edad. Ellos juegan a descubrir el mundo y su cuerpo por medio de los sentidos, por lo que hay que estimularlos con colores, diferentes texturas y sonidos, que favorezcan los movimientos y la afectividad. Algunos de ellos son: juguetes sonoros, pelotas, móviles, muñecos de goma, que les generen confort y que se puedan morder, así como alfombras o móviles con actividades, entre otros.

☆ **De uno a dos años.** A esta edad empiezan a caminar, por lo que es importante favorecer el movimiento con carritos, objetos de halar o empujar, entre otros. También, juguetes que les permitan hacer relaciones de causa y efecto como golpear, lanzar, meter y sacar, apilar y hacer torres, y que pueden experimentar con el agua y la tierra. Además, al iniciar el habla, debe estimularse la imitación de acciones simples: teléfonos, animales, muñecos pequeños, títeres y otros.

☆ **De los dos a los cinco años.** Perfeccionan el lenguaje, sienten curiosidad por todo lo que les rodea e imitan escenas familiares. Por esto, se recomiendan juguetes para el aire libre como triciclos, pelotas, para construir, encajar y mejorar su habilidad manual como cubos, rompecabezas, pinturas. Además, de muñecos (as), juguetes y disfraces que les permitan imitar personajes, pizarras, cuentos con texto y sonido, que les hagan repetir palabras, entre otros.



☆ **De los cinco a los ocho años.**

Ya aumenta la curiosidad, aprenden a leer y escribir, por lo que es buen momento para juguetes que los hagan pensar, que tengan preguntas, respuestas y que utilicen la memoria,



como juegos de mesa. Para el aire libre se recomiendan bicicletas, patines, bolas, papalotes. Es importante, brindar juguetes para construcciones de diferentes tipos, para experimentación e investigación del medio natural, como telescopios, microscopios, entre otros.

- ☆ **De los ocho a los doce años.** Se van formando como individuos, mientras empiezan a usar juguetes más complejos. Le atraen los videojuegos, los juguetes electrónicos, audiovisuales y de estrategia, los mecanos y legos más difíciles, las maquetas o construcciones más complejas y elaboradas, complementos y accesorios deportivos, entre otros. Con los videojuegos, y la computadora; la selección de lo que tienen acceso o no los niños y niñas debe ser muy cuidadosa, dada la gran cantidad de violencia que muchos de estos fomentan.

De este modo, es sumamente importante que la elección de los juguetes se haga en función de la edad, así como las características y los intereses particulares de cada niño y niña.

# TE RECOMENDAMOS LOS JUEGOS TRADICIONALES



Los juegos tradicionales son todos aquellos que son propios de la cultura costarricense, que se han transmitido de una generación a otra y por lo general tienen que ver con costumbres o roles de una zona.

En nuestro país tenemos una herencia de juegos tradicionales importante, aunque su práctica ha ido en disminución.

Este tipo de juego tiene las siguientes ventajas: es económico, promueve el desarrollo de habilidades motoras significativas (gruesa y fina), y el desarrollo de habilidades sociales, fortalece los de valores culturales y la identidad cultural.

Algunos juegos tradicionales que se recomiendan son: rayuelas, bolinchas o canicas, elásticos, escondido, jackses, yoyo, cromos, trompos, muñecas de vestir, elaboración de álbumes, entre otros.



# **JUGUETES PARA NIÑOS Y NIÑAS CON NECESIDADES ESPECIALES**

El término necesidades especiales quiere decir que el niño o la niña tiene una falta de habilidad o limitación en alguna área específica, pero no quiere decir que el o ella no pueda jugar.

Cuando por razón de la limitación un juguete no puede ser utilizado como lo dicen las instrucciones, a veces es posible variar las reglas o realizar algunas modificaciones que permitan un mejor aprovechamiento del mismo.

Existen diversos tipos de necesidades especiales (motora, intelectual, sensorial, otros) por lo que se brindarán recomendaciones en general para seleccionar y adaptar los juguetes.

Pautas generales:

- ☆ Es importante elegir juguetes versátiles, es decir, que permitan diferentes formas de uso, que se les puedan cambiar las reglas, que se puedan modificar las formas, tamaños y otros, que permitan una mejor adaptación y disfrute.
- ☆ Como se mencionó anteriormente, todo juguete debe ser seguro, por lo que las adaptaciones que se requieran hacer no deben generar peligro.
- ☆ Deben estar adecuados a las características personales de cada niño o niña aunque se encuentren en una etapa de desarrollo anterior.

# CONCLUSIÓN

El juego y los juguetes son elementos esenciales en el crecimiento, desarrollo, fortalecimiento, realización y felicidad de todos los niños y niñas, por esto es de vital importancia, generar los espacios y opciones necesarias para que nuestros hijos e hijas tengan la oportunidad de la vivencia y el aprendizaje más significativo que puedan obtener en su infancia: **jugar**.

El juego y los juguetes no deben ser subestimados ya que son instrumentos invaluableles para el desarrollo emocional, social, intelectual y moral del niño (a). Es un derecho de todos los niños y niñas tener espacios para jugar y fomentar el desarrollo de su creatividad.

Un niño y una niña que juega tiene mayor potencial de adaptación y rendimiento ante su entorno que un niño (a) que no lo hace. Necesita jugar con adultos, con los de su misma edad y a veces solo o sola.

Cuando el adulto juega con el niño o niña lo hace sentirse importante, valorado y querido.

Los adultos a cargo del cuidado de niños y niñas también deben considerar seleccionar juegos y juguetes que faciliten un desarrollo positivo. La supervisión del adulto es esencial y se recomienda poner especial atención a los programas de televisión y juegos de video. Debido a que en los últimos años, han aumentado los programas y videojuegos con altos contenidos de violencia y de patrones distorsionados de género.

Asegúrese de brindarle oportunidades para jugar y de compartir suficiente tiempo de juego con su niño (a), para garantizar que pueda expresar su esencia... "ser un niño y una niña".



## BIBLIOGRAFÍA CONSULTADA

- Bandura, A. e Iñesta, E. (1977). Modificación de conducta: análisis de la agresión y la delincuencia. México: Editorial Trillas.
- Bandura, A. y Walters, R. (1983). Aprendizaje social y desarrollo de la personalidad. España: editorial Alianza.
- Claramunt, C. (1997). Casitas Quebradas. San José, Costa Rica: Editorial de Universidad Estatal a Distancia.
- Díaz Vega, José. (2000). El juego y el juguete en el desarrollo del niño. Editorial Trillas: México.
- Gispert, C. (2000). Psicología del niño y del adolescente. Tomo 1. Editorial Océano: Barcelona, España.
- Guissi, J. (1976). Femeneidad, Machismo: Mitos culturales. En: Martín Baró, I. Problemas de Psicología Social en América Latina. El Salvador: UCA.
- López Matallana, María. (2006). Juguetes infantiles. Polegar Medios (Guía Infantil.com).
- Mesén, M y Rivera, M. (1999). Modelos de conducta violenta y roles sexuales en los juegos de video: análisis de los dos juegos más populares en el cantón de Montes de Oca. Tesis para optar por el grado de Licenciatura en Psicología. Universidad de Costa Rica: Sede Rodrigo Facio.
- Vargas, N., Salineros, M. y Vial, S. (2000). Características recomendadas de los juguetes. Encuesta de opinión a expertos chilenos. Revista Chilena de Pediatría. Vol. 71, No. 1. Santiago, Chile.
- Save the Children. (2006). Con los derechos si se juega. Guía de estrategias lúdicas para la promoción de la participación infantil. Perú: Editorial y Gráfica EBRA.

Direcciones electrónicas:

[www.guiainfantil.com](http://www.guiainfantil.com), [www.colorincolorado.org](http://www.colorincolorado.org), [www.educar.org](http://www.educar.org)  
[www.educacioninicial.com](http://www.educacioninicial.com), [www.bibliotecaregional.carm.es](http://www.bibliotecaregional.carm.es)

[www.almez.pntic.mec.es](http://www.almez.pntic.mec.es)