

# Jugar para aprender

El juego libre, en el mundo natural y sin pantallas, no representa para los niños un mero descanso del aprendizaje, sino una parte integral del mismo. En la actualidad, el juego en la infancia incluye con demasiada frecuencia el uso de pantallas (J. Haidt). El verdadero aprendizaje mediante el juego es fundamental para el desarrollo integral del niño. Además, aprender jugando es divertido, ¡porque así están programados los cerebros de los niños!



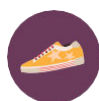
## El juego fomenta el desarrollo cognitivo

- El juego libre [ayuda a desarrollar](#) las capacidades del funcionamiento ejecutivo, el vocabulario, el conocimiento de los contenidos y las destrezas de pensamiento creativo.
- El juego estimula el desarrollo neurológico.
- El juego ayuda al niño a desarrollar la capacidad de resolver problemas, ya que aprende a enfrentarse a ellos y a encontrar soluciones.
- Las actividades basadas en el juego estimulan la creatividad y la imaginación: los niños aprenden a utilizar el pensamiento inventivo y la capacidad de adaptación.



## El juego fomenta el desarrollo social y emocional

- El juego libre ayuda a desarrollar habilidades como la conciencia de sí mismo, la autorregulación social y la toma de decisiones. Estas aptitudes fundamentales también favorecen el aprendizaje académico y el éxito en etapas posteriores de la vida.
- A través del juego, los niños aprenden a observar las pistas sociales, a prestar atención a las ideas de los demás y a desarrollar habilidades fundamentales para la empatía. El juego social también ayuda a los niños a desarrollar la imaginación compartida.
- El juego fomenta el trabajo en equipo y la colaboración. El juego en grupo enseña a los niños a cooperar con los demás, a seguir el plan y las normas del grupo y a desarrollar la empatía.



## El juego fomenta el desarrollo físico y la destreza motriz fina

- Durante el juego, los niños desarrollan fortaleza, control muscular, reflejos, coordinación, destrezas motoras finas y la sensatez para asumir riesgos de manera responsable.
- El juego contribuye de forma positiva a la salud y al desarrollo físico del niño.
- El juego físico habitual contribuye a un estilo de vida saludable.

## Recursos

- [Embracing Learning Through Play](#) (Harvard Graduate School of Education)
- [The Power of Playful Learning](#) (NAEYC)
- [Learning Through Play: Benefits, Ideas, and Tips](#) (Begin Learning)
- [El poder del juego: cómo la diversión y los juegos ayudan a los niños a prosperar](#) (Healthy Children)
- [Aprendizaje a través del juego](#) (UNICEF)
- [La importancia del juego en el proceso de aprendizaje de la enseñanza en la educación infantil](#) (Núcleo del Conocimiento)
- [The Four Letter Word Every Parent Should Know](#) (Living Skills in the Schools)
- [Jonathan Haidt: «La generación ansiosa»](#) (Nueva Revista)
- [Jonathan Haidt on the Mental-Health Crisis and Smartphones](#) | WSJ News



# Jugar para aprender

## ¿Qué podemos hacer para fomentar el juego libre en las escuelas?

*"A menudo se habla del juego como si fuera un descanso del aprendizaje serio. Sin embargo, para los niños, el juego es auténtico aprendizaje. El juego es realmente el trabajo de la infancia". —Fred Rogers*



### CÓMO CAPACITAR A LOS NIÑOS PARA SER LÍDERES

- Cree zonas de juego libre que permitan a los niños pequeños elegir sus actividades. Tanto en casa como en la escuela, organice diferentes opciones, como bloques de construcción, materiales para dibujar y colorear, cajones de arena y materiales didácticos manipulativos para matemáticas, que permitan al niño elegir su experiencia de juego y aprendizaje.
- Proporcione oportunidades para que los niños interactúen, exploren y jueguen sin la orientación de los adultos. Los adultos solo deben estar cerca para garantizar la seguridad.
- Permita tiempo libre a los alumnos para que participen en actividades de juego que exploren sus intereses a su propio ritmo. Promueva más tiempo de recreo con menos normas y restricciones.
- Cuando surjan conflictos, permita a los niños la oportunidad de resolverlos por sí mismos antes de intervenir.



### CÓMO OFRECER EXPERIENCIAS REFLEXIVAS

- Proporcione experiencias que despierten la imaginación y la creatividad.
- Combine las actividades académicas con el juego.
- A través de juegos e interacciones amenas, los niños pueden aprender destrezas académicas sin las presiones de la instrucción formal.



### CÓMO DAR PRIORIDAD AL MOVIMIENTO FÍSICO, SOBRE TODO AL AIRE LIBRE

- Organice pausas durante el aprendizaje, y proporcione actividades que incluyan movimiento físico.
- Dedique tiempo a los juegos al aire libre para reforzar las destrezas motoras finas y gruesas.
- Fomente la exploración segura al aire libre con tiempo suficiente para detenerse a hacer observaciones.