

# Juego, aprendizaje y desarrollo de lo emocional

María Inés Cifuentes Cornejos  
Educatora de Párvulos  
Diplomada en Docencia Universitaria



Extraído de: <https://www.instagram.com>

**“Juega mucho y juega bien, juega como si tu vida dependiera de ello. Porque depende” (atribuida a Dean Koontz, escritor norteamericano).**

Creemos que el juego es un territorio de las niñas y los niños, pero en realidad es una actividad que se lleva a cabo durante todo el ciclo vital, y no solo en la especie humana. Los animales también juegan y a partir de ella, aprenden y ejercitan diversas habilidades, conocimientos y actitudes que los preparan para toda la vida. Esta actividad parece sencilla, pero es muy compleja por lo que diversos autores y autoras han optado por caracterizarla, antes que establecer una definición única. Gallardo y Gallardo (2018) realizan un recorrido por las teorías del juego desde el siglo XX y mencionan diversos atributos que subyacen a estos planteamientos. Por ejemplo, relevan que es una actividad placentera que no tiene un fin en sí misma, permite aprehender la realidad y representarla, se practica en todas las edades, y favorece la construcción protagónica y activa de quienes juegan.

Cuando pensamos en nuestra infancia, los momentos que recordamos son precisamente aquellos relacionados con el juego, donde surgen sentimientos de mayor bienestar, afecto y felicidad. En este caso, descubrimos que los juegos infantiles se convertirán en las características propias de la vida adulta, ya sea en el ámbito profesional, en los pasatiempos o en las formas de enfrentar los nuevos desafíos, pues el juego surge de los intereses genuinos de cada persona, acompañándole durante toda su vida.

Por lo demás, existe consenso que el juego es fundamental para el desarrollo físico, cognitivo, afectivo, emocional, social y moral (APPG, 2015; Gallardo y Gallardo, 2018; Lozano y Megías, 2019). Es tal su relevancia que, en la Convención de los Derechos de los niños y niñas, el Artículo N°31 explicita: “Los Estados parte reconocen el derecho del niño [y la niña] al descanso y esparcimiento, al juego y a las actividades recreativas propias de su edad y a participar libremente en la vida cultural y en las artes” (UNICEF, 2019). Asimismo, Francesco Tonucci, pedagogo italiano y especialista en infancia, afirma en el documental “Imagine Elephants” (2015) “Nadie de nosotros sabe cuánto aprende un niño jugando, tampoco los niños [y las niñas] lo saben. Pero sabemos que los aprendizajes más importantes son a esta edad.”



Extraído de: <http://lasfotosmasalucinantes.com/>

Si bien, el juego debería ser la actividad que ocupe la mayor cantidad de tiempo durante la infancia debido a su importancia e impacto en el corto, mediano y largo plazo. En ciertos contextos, esta actividad se ve coartada por las distintas formas de vida, las visiones sobre la niñez o por situaciones puntuales como la actual crisis sanitaria y el confinamiento social, lo que ha impactado profundamente la vida cotidiana de las niñas y los niños. Tal como menciona Soto (2020), la posibilidad del juego se ve mermada “(...) producto de falsas creencias, falta de visibilización de las diversas formas de jugar o una desvalorización del juego como un elemento vital en el desarrollo integral de las personas” (p.3).

Asimismo, el juego es parte de las terapias promovidas por las agencias y organizaciones internacionales para las niñas y los niños que se encuentran en los campos de refugio puesto que la expresión lúdica y simbólica del mundo interior permite sanar ciertos traumas y miedos asociados al abandono, temores nocturnos o daños psicosomáticos (ACNUR, 2018). Por ello, es fundamental que las naciones protejan los derechos de la infancia y las comunidades valoren el juego en toda circunstancia.

**“No puede haber una revelación más intensa del alma de una sociedad que la forma en que se trata a sus niños [y niñas]” (Nelson Mandela).**

En Chile estamos en un contexto social de cambios, donde surgen nuevas reflexiones acerca de la infancia, cuyas alertas requieren ser conversadas de forma seria y responsable. La primera refiere a las **horas de juego que invierten las niñas y los niños chilenos**. Según Hartmut Wedekind, Director del Centro de Investigación Infantil Helleum de la Universidad Alice Salomon de Alemania, en una visita realizada a nuestro país en el 2015, enfatizaba que las niñas y los niños debieran acumular 15.000 horas de juego hasta los 7 años, lo cual implicaría pasar entre 6 a 8 horas diarias dedicadas a esta tarea. Sin embargo, las niñas y los niños chilenos juegan 6.000 horas menos que las recomendadas por este centro (González, 2015).

La segunda describe la **salud mental de las niñas y los niños chilenos**. En un estudio internacional en que participó Felipe Lecannelier, Doctor en Psicología e investigador de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Santiago, advierte que Chile lidera el ranking de bajos índices en salud mental. Este estudio fue realizado en 24 países y participaron 19.000 niñas y niños menores de 6 años. Si bien, un 15% presenta problemas externalizantes como déficit atencional, hiperactividad o agresividad a nivel internacionales, esta cifra aumenta a un 25% a nivel nacional (González, 2018). A su vez, se evidencia que un 5% presenta ansiedad y depresión a nivel internacional, porcentaje que asciende a un 12% y 16% a nivel nacional. ¡Estas cifras constituyen una evidencia macabra!

Más aún si consideramos que se relacionan entre ambas dado que las habilidades socioemocionales como la autorregulación, la empatía, la motivación intrínseca o la comunicación asertiva, se ejercitan y aprenden mejor en instancias de juego individual o colectivo, las cuales permiten solucionar problemas en espacios altamente complejos y reinventarnos desde la creatividad e innovación (Pérez, 2016).

Esto puede llevar a pensar que, a menos horas de juego durante la infancia y su correspondiente espacio de distensión, diversión y disfrute, es mayor la probabilidad de convertirnos en adultas y adultos con habilidades sociales y emocionales descendidas.

**“El futuro de los niños [y las niñas] siempre es hoy. Mañana será tarde” Gabriela Mistral**

Las alertas mencionadas con anterioridad, nos instan como actores sociales y educativos a proteger los derechos de la infancia mediante la información, discusión y reflexión en conjunto, realizando acciones de visibilización e implementación a todo nivel.

## En la escuela

Las niñas y los niños pasan la mayor parte del día en las instituciones educativas, -donde existe un discurso que favorece el juego sobre todo en la educación parvularia-. Sin embargo, la práctica está lejos de favorecerlo dado que a nivel curricular se enfatiza el desarrollo cognitivo o se promueve la memorización de múltiples contenidos disciplinares, tales como, los números, colores, palabras en inglés, letras o figuras geométricas, más que la experimentación, el juego, la entretención y el desarrollo socioemocional.

En una jornada que dura alrededor de cuatro horas, las niñas y los niños disponen de un cuarto para elegir a qué jugar, pero el tiempo restante, se les exige enfocarse en propuestas adultocéntricas, -que no necesariamente refieren a la construcción de aprendizajes significativos a través del juego. Tal situación evidencia que como adultos y adultas debemos comprender de qué manera las niñas y los niños aprenden y se desarrollan, cuáles son sus expectativas, necesidades e intereses, cuáles son las etapas del juego o cómo los centros educativos promueven este derecho de forma continua y sistemática.

Entonces, el desafío consiste en que las y los educadores promuevan el juego en espacios y ambientes enriquecidos, involucrando a las comunidades y familias en la valoración del juego como instancia de aprendizaje y desarrollo integral de las niñas y los niños.



Foto: Terre des hommes. Apoyo a la niñez.



Foto: Modelamiento del Ambiente Físico del Aprendizaje (MAFA).



Extraído de: <https://psicologia.udd.cl/>

## En el hogar

El hogar es el espacio que genera mayor confianza en las niñas y niños, donde es fundamental otorgar al juego y a la experimentación el sitio que merece. Esto puede resultar complejo en las dinámicas cotidianas de una familia, pero es preciso buscar alternativas que permitan jugar en sus múltiples modos y formas, ya sea dedicando tiempos específicos para ello o conjugándolo con otras actividades diarias. Por ejemplo, jugar a parear calcetines, hacer galletas sencillas experimentando con los ingredientes, disfrazarse con sábanas o mantas, jugar al cambio de roles y funciones, experimentar con distintos aromas, sonidos, líquidos o sólidos. Y por supuesto, dentro de lo posible, bailar, correr, ejercitar los músculos o caminar con distintos ritmos e intensidades, ojalá en ambientes nutritivos y desafiantes. Si acompañamos a las niñas y a los niños en aquello que deseen realizar, nos daremos cuenta de que el juego amplía las posibilidades de la imaginación mediante el uso de recursos o materiales de la vida cotidiana.

**“Se deberían tener pocos juguetes, pero buenos. Un juguete bueno es aquel que sin ser nada concreto puede ser todo”  
Francesco Tonucci.**

## A modo de conclusión

Usualmente cuando pensamos en fortalecer las instancias de juego, creemos que basta con dejarle tiempo libre a las niñas y a los niños para que “hagan lo que quieran con aquellos elementos disponibles en un cierto espacio”. Pero nuestra responsabilidad, consiste en enriquecer esos ambientes y recursos de manera que las experiencias de juego despierten la curiosidad, interés e incertidumbre, cuyas interacciones promuevan el bienestar en situaciones auténticas, funcionales, cotidianas y lúdicas.

Así que la invitación sigue abierta... ¡A seguir jugando en todas las etapas de la vida!



Foto: Francesco Tonucci, La ciudad de los niños.

## Bibliografía

1. APPG (2015). Play- A report by All-Party Parliamentary group on a fit and healthy childhood. Recuperado de [https://fhcappg.org.uk/wp-content/uploads/2020/03/Play-A-report-by-the-all-party-parliamentary-group-on-fit-and-Healthy-Childhood\\_Oct27.pdf](https://fhcappg.org.uk/wp-content/uploads/2020/03/Play-A-report-by-the-all-party-parliamentary-group-on-fit-and-Healthy-Childhood_Oct27.pdf)
2. ACNUR (2018). El juego en educación infantil para niños refugiados. [https://eacnur.org/blog/el-juego-en-educacion-infantil-para-ninos-refugiados-tc\\_alt45664n\\_o\\_pstn\\_o\\_pst/](https://eacnur.org/blog/el-juego-en-educacion-infantil-para-ninos-refugiados-tc_alt45664n_o_pstn_o_pst/)
3. González, C. (2015, 18 de octubre). Niños chilenos juegan seis mil horas menos de lo recomendado. La Tercera. <https://www.latercera.com/noticia/ninos-chilenos-juegan-seis-mil-horas-menos-de-lo-recomendado/>
4. González, C. (2018, 15 de agosto). Los niños chilenos menores de seis años sufren la peor salud mental del mundo. El Mercurio. <http://www.economiaynegocios.cl/noticias/noticias.asp?id=496182>
5. Gallardo, J. y Gallardo, P. (2018). Teorías sobre el juego y su importancia como recurso educativo para el desarrollo integral infantil. Revista Educativa Hekademos, 24, 41-51. Recuperado de <https://rio.upo.es/xmlui/handle/10433/6786>
6. Lozano, L. y Megías A. (2019). El juego infantil y su metodología. España: Editex.
7. Mehta, R., Henriksen, D., Mishra, P. et al. (2020): "Let Children Play!": Connecting Evolutionary Psychology and Creativity with Peter Gray. TechTrends 64, 684-689. Recuperado de <https://doi.org/10.1007/s11528-020-00535-y>
8. National Geographic (2015). ¿Por qué juegan los animales? Recuperado de <https://www.nationalgeographic.es/animales/por-que-juegan-los-animales>
9. ORLA (2020). Arena y esteras: Jugar para resistir. La importancia del juego en tiempos de Covid-19. Recuperado en: <https://tdh-latinoamerica.de/?p=4622>
10. Pérez, P. (2016). El Juego en la Educación Social y Emocional. Recuperado de [https://www.observatoriodeljuego.es/wp-content/uploads/2016/04/14\\_2.pdf](https://www.observatoriodeljuego.es/wp-content/uploads/2016/04/14_2.pdf)
11. Rescorla, L., Achenbach, T., Ivanova, M., Harder, V., Otten, L., Bilenberg, N. y otros (2011). International comparisons of behavioral and emotional problems in preschool children: parents' reports from 24 societies. J Clin Child Adolesc Psychol. 40(3), 456-67.
12. Soto, A. (2020). Juego como experiencia natural, espontánea, nutritiva y placentera. Recuperado de <https://www.geoconsulting.cl/cronica-juego-como-experiencia-natural-espontanea-nutritiva-y-placentera/>
13. Tonucci, F. (2015). Extracto reportaje lineal Imagine elephants. Recuperado en: <https://www.youtube.com/watch?v=ZNStKMHatLo>

Directora de Edición: Verónica Lizana M.  
Diagramación: Catalina Ahumada D.

