

El juego y la auto-regulación en los programas preescolares



¿Están conscientes los niños en su clase de sus propios sentimientos, necesidades e impulsos? ¿Pueden tranquilizarse, controlar su comportamiento y enfocarse en tareas? La capacidad de hacer tales cosas puede hacer que turnarse, entablar amistad y adaptarse a las rutinas de la clase sean más fáciles para niños preescolares. Esta capacidad se llama auto-regulación. Los maestros a menudo se preguntan cómo ayudar a los niños a regularse a sí mismos. La respuesta puede ser: “¡Deje que jueguen!”



Permita plazos en el horario en que pueden jugar libremente.

- Deje que los niños jueguen durante ratos largos cada día para planificar juegos y llevarlos a cabo. Cuando se pide que los niños escojan de antemano cómo quieren jugar, se los ayuda a enfocar su atención y llevar a cabo los planes. “Dimitri, tenías el plan de jugar un juego de tableros. ¿Cuál juego quieres? Hoy en nuestra mesa de juegos tenemos Candy Land, Guess Who y Chutes and Ladders”.
- Disponga materiales de uso abierto para los juegos creativos: bloques, arena, agua, bufandas coloridas, tiras de papel, etc. Los bloques pueden convertirse en una ciudad, una colina o una cama. Las bufandas pueden ser nubes, una catarata o cobijas. Algunos niños pueden necesitar algo de ayuda para comenzar a jugar con materiales de uso abierto. Algunos indicios sutiles u opciones pueden ser de ayuda. “¿Qué tan alta vas a hacer tu torre de bloques hoy?” “¿Te gustaría empezar a cavar en la arena o usar herramientas para dibujar en ella?”.
- Ayude a los niños a expresar su desilusión con palabras para que puedan tranquilizarse y enfocarse en arreglar los problemas. “Tu torre de bloques se desplomó y te sientes frustrado. Podrías construir otra. O, ¿quieres guardar los bloques y jugar con otra cosa?”



Anime los juegos imaginarios.

- Provea accesorios para que los niños puedan actuar diferentes papeles: padre o madre, bebé, bombero, chofer de ambulancia, mascota, bailarín, mago. Al jugar con otros para hacer de cuenta, un niño aprende a acatar las ‘reglas’ del papel que actúa. “Yo soy el camarero. Te doy un menú, y me dices qué quieres comer. Luego le digo a nuestro cocinero qué preparar y les traigo la comida a ustedes cuando está lista”.
- Observe a los niños para ver si monitorean internamente su comportamiento durante sus juegos imaginados. “No puedo jugar con Celia ahorita. Estoy haciendo de camarero para Kaya y Will”.
- Ofrezca a los niños la oportunidad de fijar límites cuando un compañero de juego no acata las reglas. Los niños a menudo se recuerdan unos a otros cómo controlar los impulsos durante los juegos imaginarios. “No me gruñas, camarero. Los camareros no asustan a la gente. Toman los pedidos y entregan la comida”.



Ayude a los niños a discutir problemas para resolverlos durante sus juegos imaginarios.

- Cuando los niños tienen desacuerdos, anímelos a hablar unos a otros sobre lo que quieren. “Liam, querías usar los bloques grandes para hacer un avión, pero Carlos empezó a crear un barco. Cuéntale tu idea a ver si los dos pueden acordar un plan”.
- Si es necesario cambiar los planes, recuerde a los niños que tienen varias opciones. “Tú quieres la varita mágica, pero todavía es el turno de Manuela para usarla. Te puedes sentar para esperar, o puedes hacer de cuenta que esta capa es mágica y usarla hasta que Manuela acabe de usar la varita”.

English Title: Play and Self-Regulation in Preschool



Children's Research Center
University of Illinois at Urbana-Champaign
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469
Telephone: 217-333-1386
Toll-free: 877-275-3227
E-mail: iel@illinois.edu
<https://illinoisearlylearning.org>



Illinois
State Board of
Education