



CRIANZA SENSIBLE

Juego y crianza en el hogar y en los espacios públicos



ESTADOS UNIDOS MEXICANOS
GOBIERNO DE MÉXICO

EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

AEF MÉXICO
AUTORIDAD EDUCATIVA FEDERAL EN LA CIUDAD DE MÉXICO



GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN

GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO

Jefa de Gobierno de la Ciudad de México

Mtro. Martí Batres Guadarrama

Director General de Operación de Servicios Educativos

Lic. René Mario Franco Rodríguez

AUTORIDAD EDUCATIVA FEDERAL EN LA CIUDAD DE MÉXICO

Titular de la Autoridad Educativa Federal en la Ciudad de México

Dr. Luis Humberto Fernández Fuentes

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN

Secretaría de Educación, Ciencia, Tecnología e Innovación

Ing. Jesús Ofelia Angulo Guerrero

Subsecretario de Educación

Mtro. Uladimir Valdez Pereznuñez

Directora General de Desarrollo Institucional

Lic. María Estela Del Valle Guerrero

Coordinación general

María Estela Del Valle Guerrero

COLECCIÓN CRIANZA SENSIBLE

Dirección General de la colección

María Estela Del Valle Guerrero

Coordinación Académica

María Estela Del Valle Guerrero

Coordinación técnico pedagógica

Martha Luvia Gómez Sánchez

Revisión técnico pedagógica

Ismael Mauricio Arreola Gutiérrez

Colaboradores

María Rosario Espinosa Salcido
Argelia Gómez Ávila

Servicios editoriales

Siglo XXI Editores

Coordinación editorial

Varinia del Ángel Muñoz

Edición

Siglo XXI Editores
Marnie Rut González González

Diseño gráfico y formación

Nohemí Gómez Mendoza
Sonia Lorena Romero Figueroa

Ilustración

Félix León

Corrección de estilo

Equipo Editorial Mango Manila

La Colección **Crianza Sensible** fue elaborada por la Secretaría de Educación, Ciencia, Tecnología e Innovación del Gobierno de la Ciudad de México.

Primera edición electrónica, 2023

DR ©, 2023,
Secretaría de Educación, Ciencia, Tecnología e Innovación
Barranca del Muerto 24,
Guadalupe Inn, 01020,
Álvaro Obregón, Ciudad de México.

ISBN de la colección: 978-607-8944-12-5
ISBN: 978-607-8944-17-0

Prohibida la reproducción o transmisión parcial o total de esta obra en cualquier forma electrónica, mecánica o fotocopia, sin permiso escrito de SECTEI.

Juego y crianza en el hogar y en los espacios públicos
se terminó de editar en 2023

DISTRIBUCIÓN GRATUITA
PROHIBIDA SU VENTA



GOBIERNO DE
MÉXICO

EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

AEF
AUTORIDAD EDUCATIVA FEDERAL EN LA CIUDAD DE MÉXICO



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN, CIENCIA,
TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN

1 La importancia del juego entre los cero y los 6 años de vida



2 Juego entre padres, hijos y pares



3 La casa como lugar de juego



4 ¿Juegos para niños y juegos para niñas?



5 Juego creativo en espacios públicos



6 Renovar y socializar en espacios públicos



7 Reconozco mis avances



Juego y crianza en el hogar y en los espacios públicos

Jugar brinda a los niños herramientas para manejar sus emociones y para resolver dificultades de forma creativa.

El juego y la imaginación no sólo son una necesidad de los seres humanos, también constituyen una estrategia de aprendizaje esencial que abre un abanico cultural alimentado durante la infancia en los espacios familiares y sociales. Por eso, como veremos, aunque todos nacemos con la misma capacidad e inteligencia, gran parte de nuestro verdadero desarrollo depende de cómo juegan con nosotros quienes nos cuidan.



CRIANZA SENSIBLE

La importancia del juego entre los cero y los 6 años

¿Qué es el juego?

Es una actividad que emplea la imaginación para obtener diversión, pero también es una poderosa herramienta de aprendizaje durante los primeros años de vida. Mediante el juego los niños conocen, se expresan y se relacionan con los demás. Esto no sólo les da experiencia, también les proporciona estímulos determinantes para el crecimiento de su cerebro.

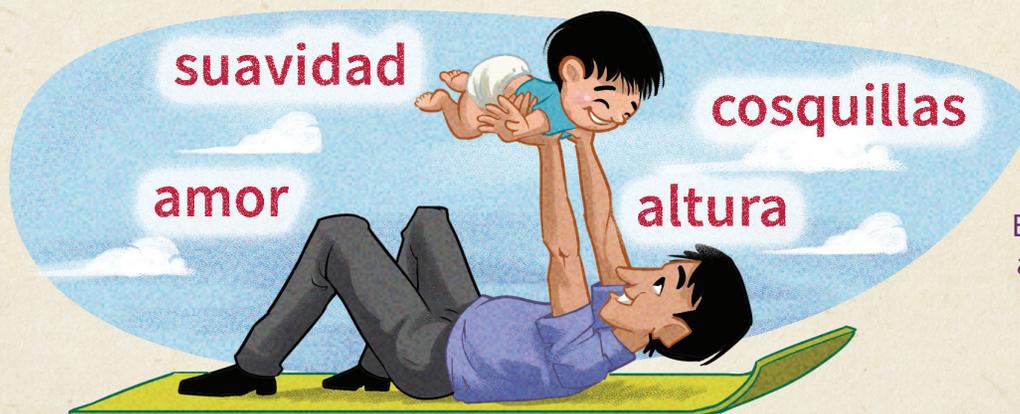
Dinámica 1

¿Por qué es indispensable jugar en los primeros años de vida?

Observa el dibujo y comenta en familia:

- ¿Qué beneficios le da el juego a cada miembro de la familia?
- ¿Qué expresan los niños al jugar?
- ¿Qué aprende tu hijo al jugar?, ¿cómo lo hace?

Escriban las ideas principales de su reflexión y de sus conclusiones.



El cerebro humano alcanza su principal desarrollo entre los cero y 6 años mediante conexiones y chispazos provocados por el contacto con el entorno. El contacto con tus brazos y tu voz te convierten en su primer juguete y son su mayor fuente de estímulos.



Autoestima

¡Rico, mamá!

Autonomía

La sola cercanía de papá, mamá o abuelitos, produce en el cerebro del bebé conexiones eléctricas que estimulan su crecimiento, pero si le hacen arrumacos, juegan con él y pasea en escenarios diversos, lo que se produce es una poderosa tormenta eléctrica que, como un motor revolucionado, acelera y potencia sus capacidades.



Dinámica 2

¿Qué beneficios te dio el juego en tu infancia?

- ¿Cuáles fueron tus primeros juegos y tus favoritos? ¿Cuáles otros te atraían?
- ¿Con qué otros niños o adultos te habría gustado jugar?
- ¿Qué fortalezas te habría gustado desarrollar, además de las que ya tienes? ¿Qué juegos que no jugaste crees que pudieron haberte ayudado?

Comenta qué quieres fomentar en tu hijo cuando juega y para qué.

Cierre

El juego es fuente de felicidad y desarrollo para los niños

Es la herramienta con la que construyen los primeros y más importantes lazos afectivos y es el vehículo de exploración del mundo, primero en el hogar y luego en los espacios sociales. Cada contacto con otros, y con el medio, que llevan a cabo a través del juego producen en su cerebro la actividad que necesitan para ejercitarse y desarrollarse exitosamente.

Juego entre padres, hijos y pares

¿Cuánto tiempo juegas con tus hijos?
 ¿te preocupa que al jugar no están haciendo nada?
 ¿Experimentas emociones que te impiden jugar, como vergüenza o incomodidad?

El juego es una expresión natural de los humanos de cualquier edad y es un derecho universal de los niños, especialmente el que se practica en el hogar con la familia y con amigos, hermanos y primos (pares). El juego entre pares contribuye a la madurez emocional y la adaptación social.

Dinámica 1

Diversión, cercanía y confianza para tus hijos

Dialoga en pareja:

- ¿Cómo impulsaron tus padres o cuidadores tus juegos infantiles?
- ¿Qué juegos les gustan a tus hijos y cómo participas en ellos?
 ¿Cuáles disfrutaban ambos?

Diseñen dos o más juegos nuevos para jugar con sus hijos. Pongan si:



Señor Mario, ¿ya tiene el balance del mes?

Aquí hay una cuenta que no cuadra.

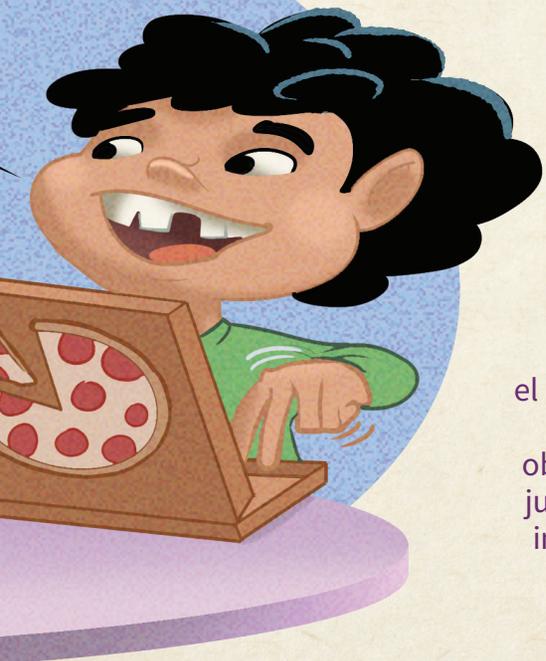
¡No me diga usted, don Luis!, ahorita lo revisamos.

Son divertidos

Fomentan cercanía

Fortalecen confianza

Dedica un tiempo de cada día para jugar en familia y sin prisas con tus niños; garantiza que también jueguen con niños de su edad para que construyan su propia imagen y fortalezcan sus relaciones sociales. Cuando juegan con hermanos o amigos aprenden a superar desafíos, resolver dificultades, negociar, compartir y convivir.



Alterna juegos que los motiven a ganar, así les ayudarás a conocer sus fortalezas y debilidades.



Jugar en familia estimula la madurez a través de la creatividad, el pensamiento y la tolerancia. En casa, el trabajo no es obstáculo, los niños disfrutan jugar a ser como los grandes, intégralos a tus actividades.

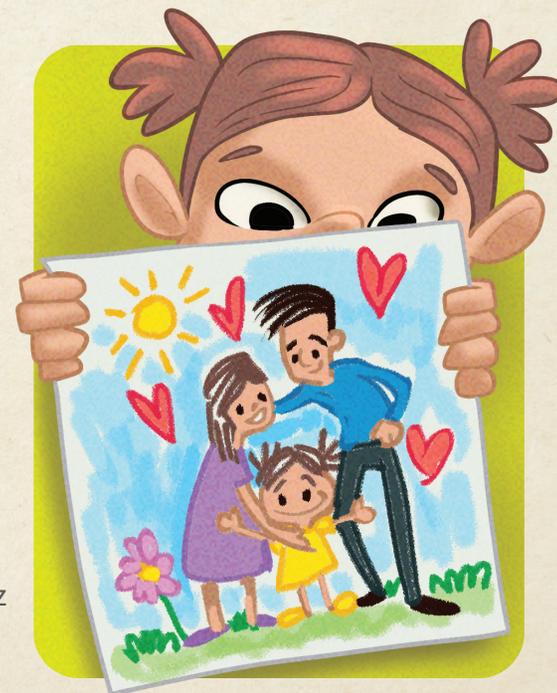
Dinámica 2

En el juego, el niño recrea sus miedos y sus alegrías
¿Recuerdas a qué juegan tus hijos? ¿Qué expresan?
Haz un dibujo de cómo te gustaría que tus hijos dibujaran a su familia.
Al finalizar, comenta en grupo la experiencia.

Cierre

No sustituyas el juego con un juguete, dale tu compañía

El juego familiar es una necesidad de tus hijos y un derecho universal de los infantes. Te ayuda a observar cómo están conociendo el mundo y te permite la cercanía emocional necesaria para que te quieran y confíen en ti. Con tu ejemplo, refuerza el respeto a los demás, las normas, la honradez y el saber perder.



El potencial de la casa como lugar de juego

¿Eres capaz de diseñar juegos creativos en casa?

Un buen comienzo es destinar horarios para el juego en familia, con pares y a solas. Los contextos y tipos deben ser diversos (al aire libre tanto como en el interior de la casa y de movimiento, de memoria, de azar, etcétera) para cultivar habilidades y actitudes que lo ayuden a tener un crecimiento saludable.

Dinámica 1

Juegos creativos contra juegos peligrosos

Escriban 2 listas de juegos para el hogar; “Juegos peligrosos” y “Juegos creativos”; por ej., El juego del silencio:

- Cierran los ojos y ponen atención a los ruidos de la casa y a su respiración
- Abren sus ojos y descifran los ruidos que escucharon

Si logramos entender que el juego es una actividad fundamental en el desarrollo de nuestro hijo, veremos la necesidad de fomentarlo y enriquecer el tiempo que pasamos con él. Los dispositivos electrónicos no le proporcionan a los niños los beneficios afectivos ni de desarrollo físico y mental que obtienen al convivir con sus pares y con su familia.



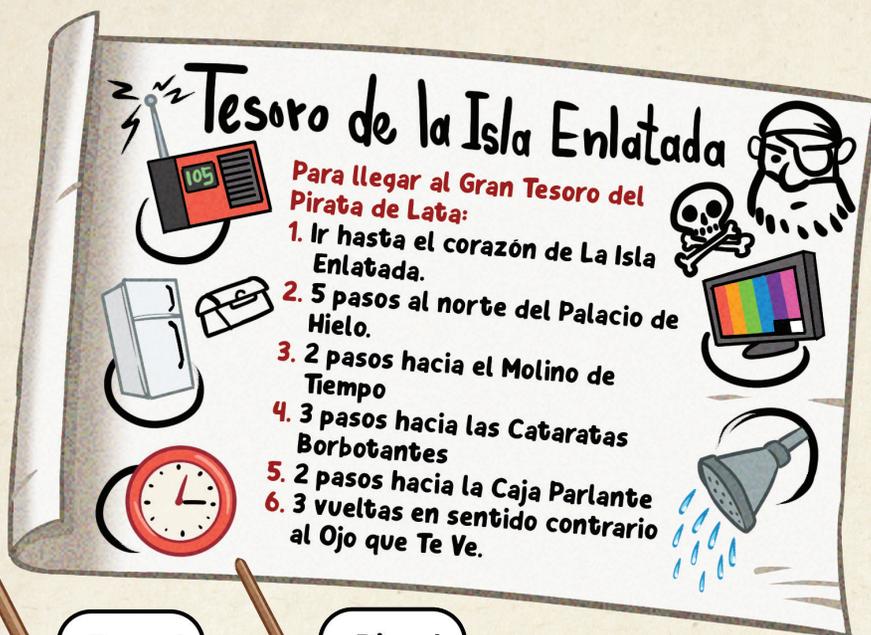
Chicos y grandes necesitamos jugar.

Al jugar con tu niño estimulas su cerebro, impulsas su adaptación e influyes en su aprendizaje. También estrechas sus lazos de afecto.

Para jugar basta la imaginación.

Cuando no puedan salir, adapta los espacios y diseña juegos emocionantes con lo que tengas a la mano. Ejercitar contigo su cuerpo y su mente en un ambiente de confianza serán sus experiencias más valiosas.





Retos que benefician su desarrollo.

Además de ser emocionantes, los juegos de acertijos impulsan habilidades de observación, indagación, deducción y curiosidad.

Dinámica 2

Juegos electrónicos contra juegos creativos

- ¿Es un juego ver televisión o usar otros dispositivos electrónicos? ¿Por qué?
- ¿Es necesario poner reglas de uso de estos aparatos?
- ¿Cuáles son las suyas y que tan efectivas son? Expliquen sus respuestas.

Para saber más...



Hogar, espacio íntimo y rico en oportunidades.

Cada parte es un posible escenario. Diversifica los contextos y combina tipos de juego; por ejemplo de movimiento y de lenguaje, para favorecer su autoconfianza.

Cierre

Lo que importa es la creatividad

Al aplicar la creatividad, la casa brinda opciones extraordinarias para impulsar el desarrollo físico y emocional del niño o niña, sin importar el tamaño o lo equipado del hogar de un niño, su iniciación en el juego ocurre ahí, con su familia, en forma íntima y privada, en todos sus espacios (recámara, cocina, baños, patio, jardín...) y de forma determinante para su carácter y sus habilidades.

¿Juegos para niños y juegos para niñas?

Niñas y niños pueden jugar los mismos juegos?, ¿cuáles no?, ¿por qué?

Declarar “los niños sólo pueden jugar cosas de hombres y las niñas sólo cosas de mujeres” propicia en los niños personalidades violentas o sumisas y pasivas. Limita su expresión de emociones como ternura, cariño y valentía, y los hace vulnerables a una convivencia marcada por la confrontación y la inequidad de responsabilidades.

Dinámica 1

¿Qué ideas de género estoy aplicando en la formación de mis hijos?

- ¿Qué le enseñan a los niños o niñas los juegos y juguetes que el mercado ofrece?
- ¿Limitas a tus niñas o niños por su género para aprender otros conocimientos y habilidades?

Más allá del género, cada niño y cada niña tienen formas particulares de ser. Mediante el juego pueden aprender a convivir en armonía y a superar creencias y prejuicios limitantes, apoyándose mutuamente para desarrollar su madurez, sus habilidades sociales y su inteligencia emocional ante la competencia, las derrotas y las victorias de su día a día.





Dinámica 2

Debate: ¿equidad o diferenciación de género?

El grupo A defiende que niños y niñas tienen derecho a jugar con lo que les gusta. Grupo B defiende que los juegos de los niños y las niñas deben ser diferentes. Debatan respetuosamente sus argumentos y escriban en el pizarrón sus conclusiones.

Para saber más...



Cierre

¡El juego y los juguetes no tienen género!

En la niñez se define el papel que representamos dentro de la familia y de la sociedad. Si limitas la participación de tus hijos a sólo ciertas actividades, impedirás que desarrollen sanamente sus sentimientos y su sentido de justicia. Mediante el juego, ayúdalos a descubrir que es mejor un mundo con igualdad de oportunidades.

Juego creativo en espacios públicos

¿Niños y niñas necesitan más de la naturaleza?

¿Vivimos en un entorno hecho por y para adultos?

¿Qué opinan?

En los espacios públicos, como calles, terrenos baldíos, plazas y áreas verdes el niño desarrolla una memoria corporal que usa para recuperar experiencias y afectos que le son útiles en diversos momentos de su vida; también le dan más oportunidades de jugar y ejercitarse, como trepar en el árbol, probar su equilibrio caminando en la acera, etcétera.

Dinámica 1

Cultivar sus mejores recuerdos

- ¿Cuál es el espacio público de juego favorito de su hijo?
- ¿Qué recuerdo les gustaría que tuviera de su barrio?

Comenten en parejas.



Cuando tu hijo corre, salta, persigue, pateo y se arrastra, no sólo se divierte y fortalece sus músculos, también descubre con el cuerpo, aprende a usarlo y a ubicarlo en el espacio, por lo que requiere contextos seguros, supervisados, con iluminación y ricos en elementos de la naturaleza, como plantas, piedras, ramas, agua, tierra, arena y animales que pueda explorar y apreciar.

Dinámica 2

¿Qué medidas de protección se deben tener en la época actual para permitir que tus hijos jueguen en las calles, jardines y otros lugares? ¿Cuáles son tus propuestas? Comenten en pareja.

Para saber más...



Cierre

El espacio público es un lugar de encuentros

- Le proporcionará a tu hijo diversión, alegría, deleite para el alivio de las tareas cotidianas; en él podrá renovar constantemente su sensación de libertad, además de construir la relación entre pares y desarrollar su identidad y sentido de pertenencia

En los parques desarrolla su individualidad con actividades espontáneas y aprende a socializar en un ambiente de colaboración



Renovar y socializar en los espacios públicos

¿Cuáles son los llamados espacios públicos en tu comunidad? ¿En qué condiciones de limpieza, seguridad y recreación se encuentran? La colaboración y la participación de los vecinos son fundamentales para el mantenimiento de los espacios públicos. No importa cuántos tengamos en nuestro barrio, sin nuestro cuidado no sirven de nada. Dialoguemos con nuestras autoridades para que se rediseñen los espacios públicos cercanos y podamos caminar, usar la bicicleta y socializar libremente.

Dinámica 1

Un mundo mejor es posible

- Cierren los ojos, respiren profundamente e imaginen que en un espacio público cercano hay música, baile, deporte, acrobacias, talleres, niños y jóvenes jugando; y ustedes hacen ahí lo que más les gusta, leer, platicar y pintar. Quédense con esa sensación unos momentos, disfruten la escena.

Abran sus ojos y comenten su experiencia. Los espacios públicos fomentan el deporte, lo que ayuda a evitar que nuestros niños consuman sustancias dañinas y adopten conductas delictivas. Contribuyen a reconstruir el tejido social porque permiten a los niños y a los adultos expresarse de forma artística y cultural.





Dinámica 2

Al recuperar espacios públicos hacemos ciudadanía

Formen equipos de 2 o 3, elijan los espacios que ya identificaron y elaboren una lista de lo necesario para renovarlos y convertirlos en lugares seguros y agradables. Formen comisiones de vecinos para llevar a cabo algunas de las obras posibles para el espacio público.

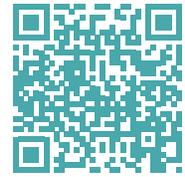
Los niños merecen espacios para jugar y convivir con chicos de su edad. Deberían poder caminar libres y seguros sin bajar la acera porque son amenazados

Cierre

Tengamos un gran sentido de pertenencia

Es importante formar redes de colaboración para mejorar nuestros espacios públicos y crear entornos seguros. Contribuyamos a que nuestros hijos se desenvuelvan con libertad sin temor a padecer abusos físicos o delincuencia. El ejemplo y cuidados es el mejor regalo que podemos darles. Conquistemos nuestras calles, nuestra ciudad.

Para saber más...



¡Sembremos lo que nos gustaría cosechar! ¿Juegas?

Ser padres no es fácil, pero si pretendemos que nuestros hijos sean buenas personas y vivan felices, incrementemos la convivencia, descubramos la belleza de los momentos compartidos, usemos menos redes sociales y estemos más presentes en sus vidas. Pensemos que, como en un huerto o en un jardín, cosecharemos lo que sembremos y cultivemos. Hoy es buen día para empezar, ¡manos a la obra!

Dinámica 1

El huerto de mis amores

Juega para construir, usa tu imaginación y diseña el huerto de tus sueños.

- Piensa, si tus hijos y tu familia fueran un huerto, ¿qué semillas pondrías en él y cómo lo cultivarías para cosechar los mejores frutos y las flores más bellas?
- Piensa en lo que deseas para tus hijos, será tu meta (lazos afectivos sólidos, confianza, autoestima, mente abierta, habilidades físicas, habilidades sociales, capacidad de adaptación...). Dibuja tu propio huerto familiar y escríbelo ahí. Compártelo con tu familia

CONCIENCIA
DE EQUIDAD
DE GÉNERO

ALEGRÍA

TIEMPO



SEGURIDAD
EN SÍ MISMOS

REALIZACIÓN

ALEGRÍA

Para saber
más...



AMOR



Dinámica 2

Proponte un plan de juegos y diversión familiar encaminado a lograr tu meta, considera los siguientes puntos:

- Actividad y tiempo de juego con tu hijo
- Añadir nuevos juegos
- Jugar en lugares diferentes de la casa y en espacios públicos seguros
- Compromisos de familia



COLUMPIOS

Julio Barrenechea

Columpios con niños al atardecer.
Al cielo lo aleja y acerca el vaivén.
Rama del columpio nerviosa y jovial.
Los niños se cimbran de modo frutal.
Los cordeles tocan el azul final.
Los niños regresan de la inmensidad.
Hay un aire tenso, cerros sin andar,
árboles parados, agua sin variar.
Los niños le prestan su fuerza infantil,
y todo el paisaje se pone a vivir.
Aire, cerros, árboles, agua sin variar,
merced al columpio se dan a bailar.
Todo lo que inmóvil parecía estar,
dentro de mí juega como un malabar.
Y yo sin moverme me dejo mecer
en este columpio del atardecer.

🌐 [Juegos y retos / Tomado de https://bit.ly/3aYwMgH](https://bit.ly/3aYwMgH)

Cierre

Atreverse a jugar produce bienestar

Si aprendemos a ser compañeros de juego de nuestros hijos, también aprenderemos a ser padres de manera divertida; además, ayudaremos a nuestro cuerpo a liberar endorfinas que mejoran nuestro estado de ánimo y sensación de bienestar, lo que reduce el estrés.

