



Fundación "la Caixa"

ESPACIOS FAMILIARES 0-3

guía para familias

10-DESARROLLO Y JUEGO



CaixaProinfancia

Guía para las familias participantes en el proyecto Espacios Familiares 0-3 de CaixaProinfancia

© *Guía para familias. Desarrollo y juego (2023)*

Reservados todos los derechos. No se permite la reproducción total o parcial de esta obra, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio (electrónico, mecánico, fotocopia, grabación u otros) sin autorización previa y por escrito de los titulares del *copyright*. La infracción de dichos derechos puede constituir un delito contra la propiedad intelectual (art. 270 y siguientes del Código Penal).

Noviembre del 2023.

Autoría: Grupo de investigación PSITIC de la Universidad Ramon Llull, dirección científica del programa CaixaProinfancia. Núria Alsina, Pia Domenech, Irene Cussó, Jordi Longás y Jordi Riera.

© del contenido, Núria Alsina, 2023

© del diseño y creación, Pia Domenech, 2023

© de la edición, Fundación “la Caixa”

Pl. de Weyler, 3 - 07001 Palma

D.L.: B 10816-2024

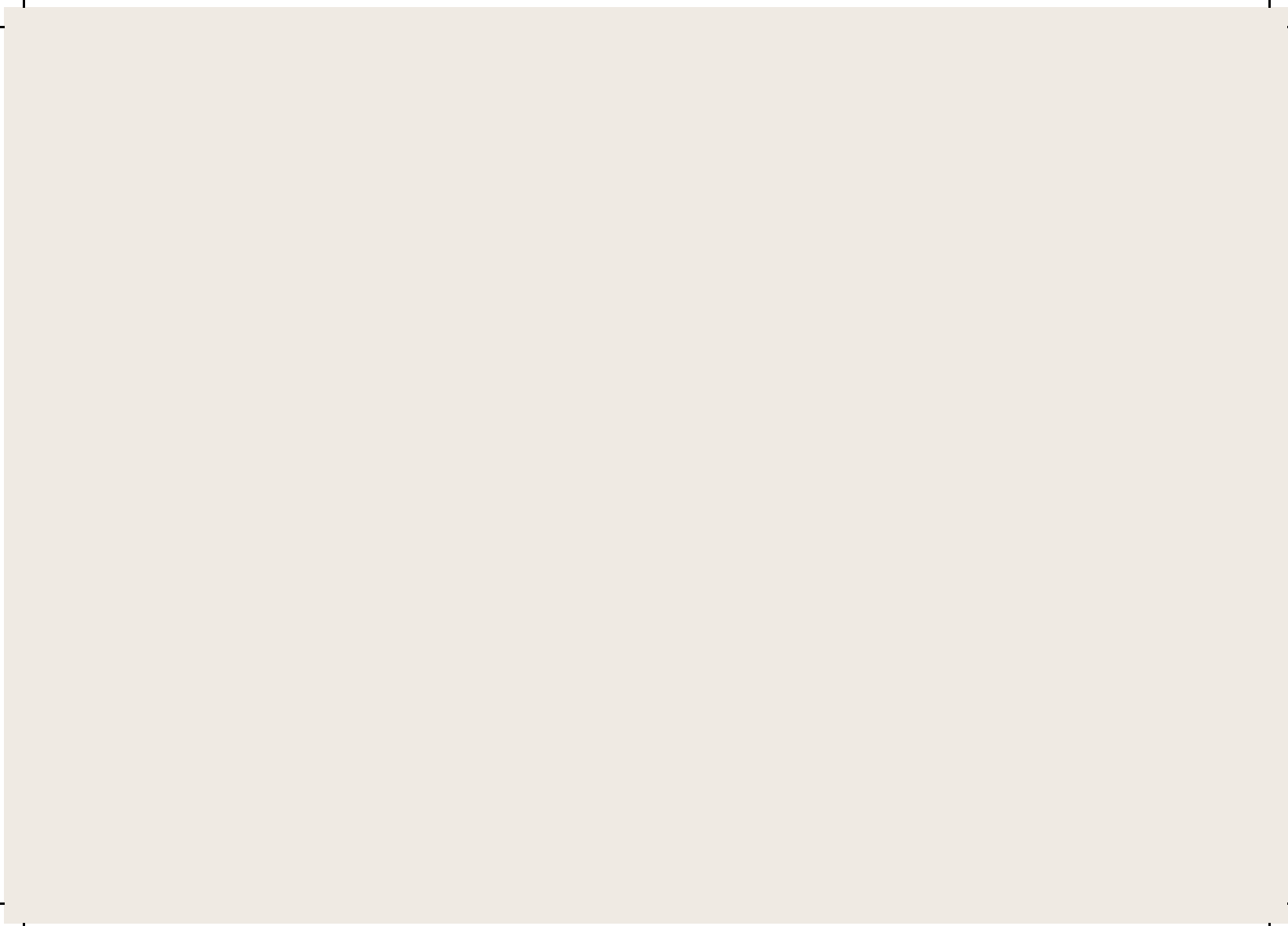
Los primeros años de vida de un niño o niña son cruciales para su crecimiento y desarrollo. Durante este período, el cerebro se desarrolla rápidamente y se establecen las bases para la salud, el aprendizaje y el bienestar futuros. Los cuidados y la estimulación adecuados en esta etapa pueden tener un impacto significativo y determinante en su futuro.

Por todo ello, y para brindar a estos niños y niñas la atención que merecen, el programa CaixaProinfancia de la Fundación "la Caixa" ha puesto en marcha los Espacios Familiares 0-3.

Estos materiales se dirigen a todas las madres y padres que participan en los talleres de competencias parentales que se imparten en dichos espacios y recogen los principales aprendizajes que reciben en ellos. Porque promover la igualdad de oportunidades es trabajar por una sociedad mejor, más justa y más equitativa.

Solo es progreso, si progresamos todos

Fundación "la Caixa"



DESARROLLO Y JUEGO

EL MOVIMIENTO LIBRE

Emmi Pikler (pediatra) estudió y desveló la importancia de un **desarrollo motriz autónomo**.

Demostró que el desarrollo se produce cuando **respetamos la actividad de descubrir y desarrollarse** del propio niño.

Cada niño tiene **su propio ritmo**, y la tarea del adulto es la de observar este ritmo y acompañarlo, no intervenir.



DESARROLLO Y JUEGO

importancia del apego en el movimiento libre

Dejar que un niño se mueva libremente **no quiere decir no tener contacto con él.**

Para el movimiento libre, es de vital importancia que las criaturas **se sientan protegidas y vinculadas** con sus padres/responsables.



— DESARROLLO Y JUEGO —

Para un **movimiento libre saludable** es importante:

Un entorno seguro. Hay que eliminar elementos peligrosos en la exploración y el autoconocimiento.

Preparación de los materiales y el espacio para que permitan e inviten a reptar, levantarse y explorar.

Ropa cómoda y holgada para permitir el movimiento.

Un adulto cuidador que esté presente y atento a las necesidades.



DESARROLLO Y JUEGO

IMPORTANCIA DE LA ROPA



- Durante los primeros meses, es importante poner **ropa cómoda** al bebé para que no le moleste ni le incomode.

- Además, cuando empiezan a explorar, **la ropa no debe ser un impedimento.**

- Para **gatear** es importante que tengan movilidad.



DESARROLLO Y JUEGO

- Debemos **anteponer la comodidad y el movimiento** de las criaturas a la imagen externa o las modas.
- **Necesitan moverse cómodamente** y deben llevar prendas fáciles para **fomentar su autonomía**.
- **No recomendamos** los tejados duros, los botones en la espalda, los tejidos de tul...



DESARROLLO Y JUEGO

LOS ZAPATOS

- Hay que evitar los zapatos rígidos hasta que el bebé ya sepa caminar con seguridad (hasta el año aproximadamente).



No!



- Durante los 12 primeros meses, el bebé debería ir **descalzo** y se tendrán que utilizar solamente patucos, calcetines antideslizantes o zapatitos blanditos para protegerlo del frío.
- A partir de los **12-18 meses**, podemos empezar a ponerle zapatos flexibles y cómodos, pero hay que evitar los rígidos y duros.

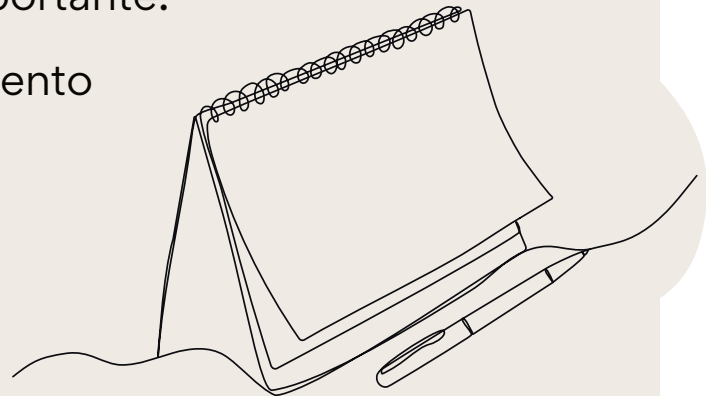
DESARROLLO Y JUEGO

EL AMBIENTE FACILITADOR

El ambiente facilitador es el que ofrece a los niños y niñas la **oportunidad de evolucionar de una manera personal** respetando su **proceso madurativo**.

Para que el ambiente sea favorable para el desarrollo de una criatura, es importante:

- Un cuidador responsable y atento
- Horarios y rutinas
- Espacio para experimentar
- Relación con iguales



DESARROLLO Y JUEGO

Las criaturas nos van dando pistas sobre **qué tipo de juego necesitan y están preparadas para utilizar**, es importante dejar que experimenten y estar atentos a su ritmo.

Los **materiales naturales y cotidianos** son los más apropiados para el juego espontáneo y el aprendizaje significativo.



DESARROLLO Y JUEGO

LA PRIMERA ETAPA DE DESARROLLO DEL JUEGO

La primera fase del juego empieza cuando el bebé empieza a moverse y a tener curiosidad por lo que le rodea (6-18 meses).

En este momento, se recomienda empezar con el **CESTO DE LOS TESOROS**, una propuesta de juego de exploración.

Se trata de ofrecer elementos de la vida cotidiana, de diferentes materiales, en un recipiente.

Objetivo: explorar, manipular y descubrir a su ritmo.



DESARROLLO Y JUEGO

El **papel de la madre/padre/referente** es supervisar permitiendo que sea la criatura quien vaya observando y descubriendo por sí misma. La compañía le aportará **seguridad** y le permitirá **jugar con tranquilidad**.



Los **materiales** tienen que ser:

- Limpios, no peligrosos.
- Que no puedan ser tragados.
- De diferentes tamaños.
- De diferentes texturas.
- De formas redondeadas.
- De interés, para todos los sentidos.

DESARROLLO Y JUEGO



No poner objetos más pequeños que una nuez.

La boca es una de las fuentes de conocimiento en esta etapa sensorial.



Evitar objetos de plástico, colores fuertes o luces.

Conviene aportar materiales naturales que promuevan el juego tranquilo, consciente y pausado.



Usar materiales naturales y cotidianos.

Le darán la capacidad y seguridad para continuar su viaje hacia la independencia y autonomía.

— DESARROLLO Y JUEGO —

LA SEGUNDA ETAPA DE DESARROLLO DEL JUEGO

El bebé sigue necesitando la exploración libre, pero los materiales ya **se pueden empezar a estructurar** un poco y podemos ofrecer propuestas diferentes.

El **JUEGO HEURÍSTICO**, una propuesta parecida a la cesta de los tesoros, pero en la que **los objetos se organizan** por tipo de material, forma, textura, colores...

Objetivo: acompañar en el desarrollo y en el aprendizaje del orden y el lenguaje. Mejora la coordinación, la atención y la concentración.



DESARROLLO Y JUEGO

Debemos seguir supervisando el juego, permitiendo que sea la criatura quien vaya observando y descubriendo por sí misma.

Los **materiales** tienen que estar **organizados por grupos**: en recipientes diferentes, bolsitas, sobres...

- Limpios, no peligrosos y que no puedan ser tragados.
- De diferentes tamaños.
- De diferentes texturas.
- De formas redondeadas.
- De interés para todos los sentidos.



DESARROLLO Y JUEGO

LA TERCERA ETAPA DE DESARROLLO DEL JUEGO

A partir de los dos años **empiezan a utilizar los objetos con un sentido** (peines para peinar, cucharas para jugar a cocinitas, coches para hacer circuitos...).

Lo más importante es permitirles recrear las situaciones, tareas y personajes de la vida diaria a través de los juguetes y el espacio (disfraces, utensilios, objetos...).

- Amplían el lenguaje
- Desarrollan la empatía
- Consolidan sus representaciones mentales



— DESARROLLO Y JUEGO —

Sigue siendo importante **ofrecer materiales naturales** sin una función específica, ya que necesitan inventar, imaginar y utilizar los juguetes de maneras diferentes.

construcciones, circuitos, moverse por el espacio, tocar materiales diferentes, mezclar objetos...



DESARROLLO Y JUEGO

LA ESTIMULACIÓN TEMPRANA

Son **actividades** que puedes hacer con tus hijos y que favorecen su desarrollo cognitivo, social y emocional.

Música,
canciones y
juegos de
falda



Yoga en
familia



Leer
cuentos y
contar
historias



Masajes
infantiles y
relajación
guiada



Bibliotecas
y recursos
del barrio



— DESARROLLO Y JUEGO —

música, canciones y juegos de faldas

Cantar nanas y canciones de arrullo al bebé es un **lenguaje común a todas las madres y padres** que ayuda también a transmitir calma, presencia y amor incondicional.

- **Potencian el desarrollo** intelectual, auditivo, del habla, motriz y social.
- **Permiten estimular** sus ganas de comunicarse y de hacerse entender.



— DESARROLLO Y JUEGO —

masajes y relajación guiada

El masaje infantil permite **despertar todos los sentidos** del bebé y activar sus sistemas nervioso y circulatorio.



- Es una actividad que permite **disfrutar de un momento único** de juego, contacto y diversión.
- Es importante **prestar atención a sus reacciones** para reconocer las señales y poder responder a sus deseos y necesidades.

DESARROLLO Y JUEGO

Para hacer un masaje a un bebé, es importante seguir **una rutina determinada**, que sea siempre el mismo en cada sesión.



La **temperatura** debe ser agradable y cálida.



Utilizar **aceites** que no den alergia.



Hablarle y explicarle el proceso.

Ir **nombrando** las partes del cuerpo.



Al acabar, **agradecer** el rato compartido.

— DESARROLLO Y JUEGO —

yoga en familia



El yoga utiliza posturas físicas y ejercicios de respiración y meditación **beneficiosos para la salud**.

Al realizarlo en familia se comparte un **espacio de conexión y aprendizaje** con los más pequeños, de una manera divertida, amable y afectiva, creando un ambiente positivo y motivador.

- Es una buena manera de compartir.
- Es un buen momento para hacer ejercicio.
- Ayuda a la relajación de la criatura.

DESARROLLO Y JUEGO

bibliotecas y espacios del barrio

Las **bibliotecas son espacios educadores** donde podemos compartir momentos en familia.

Las bibliotecas ofrecen actividades gratuitas, recomendaciones...

...además del servicio de préstamo de libros y cuentos para todas las edades.

Estamos **rodeados de recursos** que permiten acompañar y compartir actividades con los hijos.



DESARROLLO Y JUEGO

SEGURIDAD EN EL HOGAR

cocina

No dejar **productos de limpieza** al alcance.
Los colores y las formas generan mucha curiosidad.



Cerrar con seguridad los armarios que puedan abrir (cuchillos, vidrio, tóxicos de limpieza, botiquín, cerillas, mecheros, etc.)

Cocinar en los **fuegos interiores** para evitar que la criatura llegue a las ollas.

No **transportar líquidos o sólidos calientes**, para evitar quemaduras.

DESARROLLO Y JUEGO

habitaciones

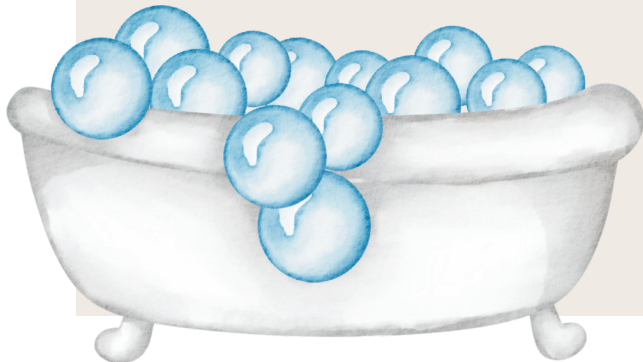
- **Fijar los muebles** auxiliares a la pared.
- Añadir **protecciones acolchadas** en las esquinas.
- Proteger los **enchufes** y **dejar fuera del alcance los aparatos eléctricos** después de su uso.
- No dejar al **bebé en las camas altas** sin protección. Empiezan a moverse y a reptar en torno a los 3 meses y a girarse completamente entre los 4 y 6 los meses.



DESARROLLO Y JUEGO

baño

- No dejar la bañera **llena de agua**.
- **No dejar solo al bebé** bajo ninguna circunstancia, ni por unos segundos, durante el baño.
- Instalar **franjas antideslizantes** en el fondo de la bañera.



- **Guardar los aparatos eléctricos** después de su uso de forma segura.
- Añadir **protecciones acolchadas** en las esquinas.

DESARROLLO Y JUEGO

en general

- **Guardar fuera del alcance los objetos** que puedan provocar accidentes de ahogo.

(Botones, broches, alfileres, imanes para el refrigerador, productos y juguetes con imanes pequeños o sueltos, tornillos...).



- Los **animales no deben estar solos con la criatura**. Cuando nace un bebé, no debemos separar al animal, pero tampoco dejarles solos.
- **Vigilar la higiene del animal** y el contacto con el niño.

lecturas

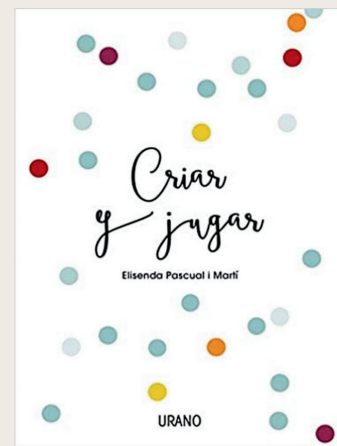
Criar y jugar (Elisenda Pascual).

Infancia, la edad sagrada (Evania Reichert).

La crianza feliz (Rosa Jové).

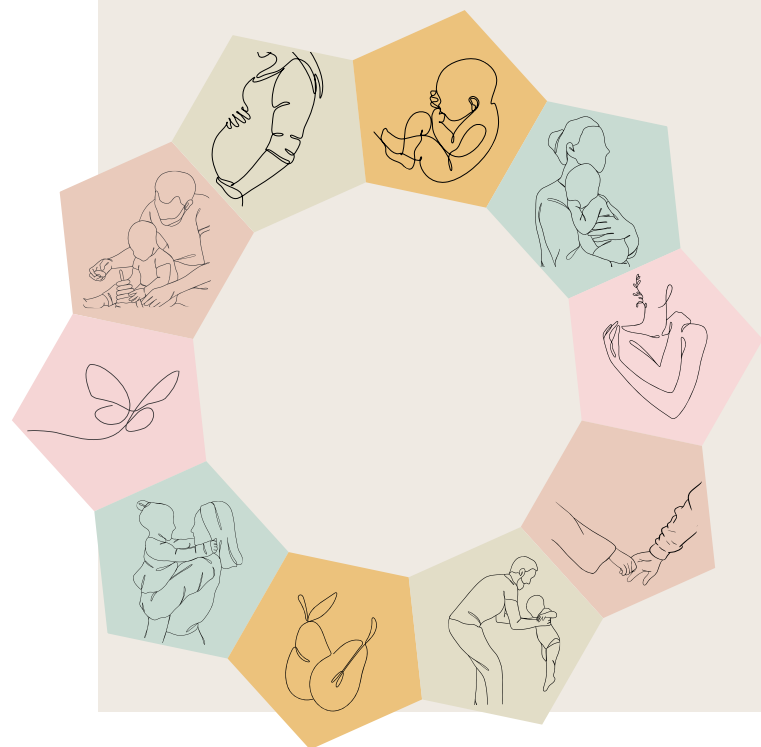
Mi bebé lo entiende todo (Aletha Solter).

Descubrir jugando (Tere Majem y Pepa Òdena).



Colección completa

Guías para las familias participantes en el proyecto
Espacios Familiares 0-3 de CaixaProinfancia



1 - EL EMBARAZO

2 - EL PARTO

3 - POSPARTO INMEDIATO

4 - EL PUERPERIO. LA MUJER MADRE

5 - CRIANZA RESPETUOSA

6 - ALIMENTACIÓN

7 - DESARROLLO INTEGRAL

8 - DESARROLLO Y AUTONOMÍA

9 - DESARROLLO Y SUEÑO

10 - **DESARROLLO Y JUEGO**



Fundación "la Caixa"