



ARTÍCULO PARA PADRES 100

La importancia del juego libre

Durante la infancia, el niño vive en una fase en la que el juego libre debe ser su actividad principal. Jugar es aprender, a través del juego el niño comprende el mundo y se comprende a sí mismo. Por eso, es esencial entender la **importancia del juego libre** para el desarrollo del niño.

El juego libre consiste en jugar con su cuerpo, con juguetes, manipular objetos, poder moverse guiados por su propio instinto y por su curiosidad innata. Sin reglas, sin límites ni rigideces.

Durante los primeros años de vida el juego debe ser **libre y espontáneos** urgido a partir de su propia iniciativa, no dirigido por el adulto. Esto no quiere decir que el niño deba jugar solo, por el contrario, la compañía de los padres en el juego, sin agobios, a su ritmo, les proporciona un apoyo emocional fundamental para su desarrollo.

Como decíamos antes, el juego en la infancia no es sólo entretenimiento, sino que sobre todo es aprendizaje. Los niños utilizan el juego para construir su propia identidad y subjetividad. A través del juego aprenden a relacionarse con los demás y con el mundo que les rodea.

Juego libre sin directivas de los adultos

Jugar libremente ofrece innumerables alternativas de juegos donde los niños eligen el desafío que más les interesa.

Escogen con qué jugar, dónde jugar y organizan sus tiempos. Dan rienda suelta a la imaginación y arman sus propios proyectos de juego sin mediar los adultos, haciendo que asuman sus propias decisiones y por ende, fortaleciendo su autoestima.

El juego libre puede ser individual, en el que el niño **escoge libremente hacer algo** de acuerdo a sus necesidades internas, sin recibir ningún tipo de directriz por parte del adulto, o bien puede surgir el deseo de unirse a otro u otros niños, lo cual contribuye al desarrollo de una conducta social positiva, a la vez que refuerza la identidad personal y la autoestima.

El placer de jugar

Si nos preguntamos por qué juegan los niños, la respuesta es porque les apetece. El juego es (y debe ser) **una actividad placentera** en sí misma. No lo hacen porque deban, ni por una recompensa, sino porque quieren.

Para los niños jugar es gratificante pues libera su capacidad creadora sin ataduras. Ahora quieren jugar a correr, ahora a la casita y luego a médicos, a su forma y con sus propias reglas.

Es una pena que **los niños jueguen cada vez menos**, pues significa que están perdiendo la necesidad de buscar ese placer que les brinda el juego, o buscándolo en ocasiones en otras cosas.



A su ritmo

En la actualidad, pareciera que los niños desde que nacen van quemando etapas. En gran parte por culpa de los adultos que buscamos satisfacer a través de nuestros hijos nuestras propias expectativas.

Es importante que los niños crezcan a su ritmo y desde luego que también **jueguen a su ritmo**. El exceso de estímulos, la sobrecarga de actividades y las prisas difícilmente ayudan pues el cerebro en desarrollo del niño necesita su tiempo para procesar lo aprendido a través del juego.

Respetar sus tiempos es entonces primordial para su desarrollo y para que el aprendizaje que aporta el juego se consolide.

La importancia del juego libre

En conclusión, el juego que tiene lugar en la etapa infantil es el pilar sobre el que se sostienen luego otras habilidades como la imaginación, la creatividad, la perseverancia, el esfuerzo, etc. De ahí la **importancia del juego libre**.

Permitirles experimentar esta fase lúdica de los primeros años libremente, dando espacio a la creatividad, y conteniéndoles pero sin entrometernos, contribuirá a construir una personalidad sólida, basada en la autoestima y en la capacidad para llevar a cabo actividades y resolver conflictos más complejos a lo largo de la vida.

<https://www.bebesymas.com/desarrollo/la-importancia-del-juego-libre>