

# 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!” (Vea los Parámetros del aprendizaje y desarrollo infantil de Illinois 30.A.ECa, 30.A.ECb, 30.A.ECc, 30.A.ECd, 30.A.ECe y 30.C.ECd).*



## 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?”
- 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.
- 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”.
- Observe a los niños para ver si vigilan internamente su propio 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”.



## 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.
- 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, podrías hacer de cuenta que esta manta es mágica y usarla hasta que Manuela acabe de usar la varita”.

---

### English Title: Play and Self-Regulation in Preschool



29 Children's Research Center  
University of Illinois at Urbana-Champaign  
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469  
Telephone: 217-333-1386 • Fax: 217-244-7732  
Toll-free: 877-275-3227  
Email: iel@illinois.edu  
Internet: <http://illinoisearlylearning.org>

Illinois State  
Board of Education