



HOLA PADRES,

El juego áspero es cuando los niños se trepan unos sobre otros, ruedan y desarrollan sus habilidades motoras gruesas. El juego áspero es un instinto humano básico que ayuda a los niños a desarrollar diferentes habilidades, pero sobre todo a los niños les gusta este tipo de juego porque es divertido. El juego brusco ayuda a los niños a comprender los límites de su fuerza, a descubrir lo que otros niños les permitirán y no les dejarán hacer y a trabajar en las relaciones sociales mientras desempeñan papeles, se turnan y resuelven los límites personales. En este boletín encontrará actividades que promueven el juego áspero y de forma segura.

ACTIVIDADES

BEBÉS (3 -18 MESES)

ABEJA ZUMBADORA

DIRECCIONES:

- Acuéstese con su bebé y ponga su dedo en el aire.
- Haga un sonido "bzzzzz" y mueva el dedo hacia su bebé hasta tocar ligeramente algunas partes de su cuerpo.
- Eventualmente, solo poner el dedo en el aire será suficiente para provocar gritos emocionantes de felicidad.

[Pulse aquí](#) para más actividades.

NIÑOS PEQUEÑOS (19 MESES – 2.5 AÑOS)

PRUEBA DE FUERZA

MATERIALES:

- Espacio abierto

DIRECCIONES:

- Acuéstese en el suelo y vea si su hijo/hija puede voltearlo o evitar que se levante.
- Los niños a menudo disfrutan de probar su fuerza de esta manera.
- Puede que tenga que seguirle el juego un poco y fingir que su hijo/hija es más fuerte que usted.
- Deje que su hijo/hija se acueste y finja que le está costando dar la vuelta.

[Pulse aquí](#) para bailar la canción "Shake a Leg" (Sacude Una Pierna).

NIÑOS EN EDAD PREESCOLAR (2.5 – 5 AÑOS)

PASEO A CABALLITO

MATERIALES:

- Espacio abierto
- Sofá o silla

DIRECCIONES:

- Agáchese en el piso cerca de un sofá o una silla.
- Deje que su hijo/hija se pare en el sofá o la silla y se suba a su espalda.
- Levántese, sostenga a su hijo/hija y comiencen a caminar y correr cantando juntos.

[Pulse aquí](#) para leer "Tumble Bumble" de Felicia Bond.

JK/SK (4 – 6 AÑOS)

¡EL GATO Y EL RATÓN!

MATERIALES:

- Espacio abierto
- Dos jugadores

DIRECCIONES:

- Un jugador es el gato, el otro es el ratón.
- El jugador que es el gato debe perseguir al ratón e intentar atraparlo.
- Tórnense para desempeñar cada papel.

[Pulse aquí](#) para aprender 5 ejercicios divertidos.

NIÑOS EN EDAD ESCOLAR (6 – 12 AÑOS)

¡SURFISTA!

MATERIALES:

- Cojines grandes

DIRECCIONES:

- Agarre un cojín grande del sofá y utilícelo para jugar al "surfista".
- Use su imaginación para fingir que está surfeando a través de grandes olas en el océano.
- Use el cojín para sentarse y deslizarse por las escaleras (asegúrese de que haya espacio para aterrizar en la parte inferior).
- Tórnense entre el empujador y el surfista.

[Pulse aquí](#) para más actividades.



CONSEJO PARA HOY

- Si los niños juegan rudo, establezca algunas reglas básicas que puedan evitar que se lastimen.
- En el juego brusco, los niños sonríen y ríen. Nadie resulta herido ni se ve obligado a hacer nada. Una vez que los niños hayan terminado con el juego brusco, deben seguir jugando cooperativamente juntos.
- Si ve llanto, miedo o ira, entonces ya no es un juego. Las emociones de los niños siempre deben validarse y respetarse.