



Guía de instrucciones

Juego al aire libre con bebés y niños pequeños

Son innumerables los beneficios de involucrar a los más pequeños en el juego al aire libre. Desde el apoyo de la creatividad y la resolución de problemas, la mejora de las relaciones sociales hasta el aumento de la actividad física, es fundamental que los bebés y los niños pequeños pasen tiempo al aire libre a diario. Mediante un diseño y una planificación intencionales, los niños pueden experimentar el mundo natural a través de sus sentidos y desarrollar un amor por la naturaleza y el aprendizaje para toda la vida.



¡Vamos a crear un espacio de juego al aire libre!

Seguir estas consideraciones de diseño le ayudará a garantizar un entorno de juego seguro y atractivo para bebés y niños pequeños.

- Proporcione experiencias sensoriales que involucren a todo el cuerpo, incluyendo el olfato, el tacto, el gusto, el oído y la vista.
- Tenga en cuenta la comodidad de los adultos y cuidadores en los espacios para bebés y niños pequeños. Proporcione asientos, senderos, sombra y almacenamiento para facilitar el acceso a los materiales para jugar.
- ¡Los niños pequeños adoran la jardinería! Proporcione experiencias de plantado, incluyendo la excavación, el riego y la cosecha.
- La sombra es fundamental para proteger a los niños pequeños y brindar comodidad en los espacios al aire libre. Incorpore áreas de sombra en todo el espacio para que los niños estén protegidos del sol.
- Proporcione una variedad de superficies para que los bebés y niños pequeños practiquen sus habilidades de movilidad. La hierba, la tierra, los ladrillos y los adoquines pueden garantizar que los niños pequeños tengan experiencias aprendiendo a desenvolverse en diversas superficies.
- Asegúrese de tener asientos adecuados. Los bebés y niños pequeños necesitan espacios para sentarse al aire libre que estén adaptados para su tamaño y habilidades de desarrollo.
- Las superficies abiertas y las mesas proporcionan excelentes espacios para el juego con piezas sueltas. El juego con piezas sueltas fomenta el juego imaginativo, la curiosidad, la creatividad y la resolución de problemas.
- La accesibilidad es clave. Asegúrese de que los espacios exteriores sean fácilmente accesibles desde las aulas interiores.

Los educadores y los adultos pueden planificar y guiar intencionadamente el aprendizaje creando experiencias atractivas para los niños pequeños con el fin de garantizar que todos ellos tengan diversas oportunidades de aprender al aire libre. Muchas experiencias previstas para lugares cerrados pueden llevarse a cabo al aire libre; no obstante, no siempre es al revés. ¡Hay muchas experiencias de aprendizaje que solo pueden darse a través del juego al aire libre!





Sumérjase en el juego al aire libre

Adapte el juego al aire libre al nivel de desarrollo del niño teniendo en cuenta estos ejemplos de actividades para cada grupo de edad.

Nacimiento a 12 meses:

- Coloque al niño boca abajo sobre una manta suave. Sostenga un pañuelo y deje que el aire lo mueva por encima del niño. Deje que el pañuelo caiga suavemente sobre la espalda del niño y luego tire lentamente de él para quitárselo. Agítelo delante del niño y vea si lo sigue con la mirada.
- Reúna varios trozos de material con diferentes texturas, como un paño de cocina, hierba, hojas, fieltro, un pañuelo sedoso. Sosteniendo al niño en posición vertical (con las manos bajo los brazos del bebé), deje que sus pies toquen los distintos materiales. Deje que los bebés gateen sobre los materiales.
- Vista a los niños con ropa de invierno y llévelos a pasear en cochecito por la nieve. Agite suavemente un árbol o arbusto que esté cubierto de nieve y observe cómo los niños siguen los copos de nieve con la mirada.
- Coloque a un bebé boca arriba sobre una manta suave debajo de un árbol. Deje que observe las hojas del árbol y estudie cómo cambian la luz y las nubes a medida que las hojas se mueven suavemente entre las ramas.

12 a 24 meses:

- Dé a los niños algunas esponjas empapadas para que jueguen con ellas al aire libre. Deje que laven juguetes, jueguen a las casitas o estampen formas mojadas en la acera.
- Vista a los niños con ropa de invierno y llévelos a un gran espacio abierto al aire libre cubierto de nieve. Proporcione palas, camiones y herramientas para construir montones de nieve, castillos y torres.
- Dé a cada niño una pequeña cesta y salgan a pasear por su barrio o escuela. Vea si quieren recoger hojas y otros “tesoros” y ponerlos en su cesta. Le sorprenderá lo mucho que los niños pequeños estarán encantados de pasear, arrancando hoja tras hoja para su colección.
- Plante algunas semillas que crezcan en verano, como semillas de césped o de flores, en un trozo de tierra en el exterior o en una maceta para guardarlas en el interior. Este es un proyecto divertido para los niños pequeños a los que les encanta jugar con palas, verter agua y ensuciarse.

24 a 36 meses:

- Reúna algunos pinceles de varios tamaños. Salga al exterior y dé a los niños un pequeño balde de agua y déjeles “pintar” la acera, el lateral del edificio, la cerca, los triciclos u otros juguetes de exterior, etc. Señale cómo la parte húmeda se ve y se siente diferente de la seca.
- Reúna un cubo de plástico lleno de hojas otoñales. Hable sobre sus formas, colores y tamaños y sobre cómo son iguales o diferentes. A continuación, dé a los niños un balde o una cubeta de plástico y deje que llenen y tiren las hojas, las arruguen y las arrojen.
- En un día soleado, saque a los niños al exterior y muéstreles sus sombras. Vea si pueden hacer que sus sombras bailen, salten, saluden, se agachen, corran y mucho más.
- Vista a los niños con ropa de invierno y llévelos a caminar por la nieve. Utilice marcos de fotos para centrar la atención de los niños en huellas, excrementos de animales u objetos que cayeron de los árboles.

Recursos e ideas adicionales:

- Zero to Three, <https://www.zerotothree.org/>
- The Green Desk, <https://naturalearning.org/>
- Natural Start Alliance, <https://naturalstart.org/>
- Virtual Lab School, <https://www.virtuallabschool.org/infant-toddler>
- Head Start, <https://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/learning-environments/article/supporting-outdoor-play-exploration-infants-toddlers>

Más ideas para espacios de juego y aprendizaje al aire libre



escenario, tocones y neumáticos para trepar, arriates elevados, glorieta y sendero curvo y en bucle, (espacio para niños pequeños)



Objetos reutilizados para juegos de equilibrio, mesa de bobinas, puente de juegos y sendero para juguetes con ruedas curvo y en bucle, (espacio para niños pequeños)



barra de equilibrio de troncos y tocones, (espacio para niños pequeños)



muro sensorial, jardín elevado, espacio abierto y sombreado, (espacio para bebés)



túnel para gatear, muro acústico y de piezas sueltas, (espacio para bebés/niños pequeños)



cocina de barro, (espacio para niños pequeños)