



¿Por qué es importante el juego libre?

Entre muchas otras razones, porque es la base del espíritu emprendedor, la creatividad y la constancia

Fases del Juego

Fase 1. Juego realista: desarrollo de la perseverancia y la constancia

Desde el nacimiento hasta los 2 años y medio

Consiste, por un lado, en explorar las posibilidades de su cuerpo y de los objetos cercanos y en su entorno. Para el niño pequeño es un juego divertido e interesante tomar y tirar objetos, subir una escalera, subir a una silla, arrastrar cosas, guardar y sacar objetos de una cesta, seleccionar, ordenar, alinear y apilar objetos...

Por otro lado, observamos un juego que consiste en imitar acciones cotidianas, como hacer que cocina, que come, que duerme, que barre...

Todo esto le ayuda a descubrir las leyes de la gravedad, de la física y la matemática y a desarrollar sus propias habilidades motrices y perceptivas. Es la etapa de la vida en que se tiene mayor fuerza de voluntad y capacidad para repetir una y otra vez las acciones. Permitir su despliegue en este momento es garantizar el desarrollo posterior de la capacidad de perseverancia, constancia y fuerza de voluntad, capacidades básicas para el aprendizaje y para la vida en general.

Fase 2. Juego simbólico: desarrollo de la creatividad e imaginación

De los 3 a los 4 años y medio, aproximadamente

Es la fase en la que una madera puede transformarse, en el juego, en un teléfono, un filete o una lancha. Los objetos sirven de inspiración para un increíble despliegue de la fantasía. Empieza el juego social, la interacción con los iguales. Toma importancia el lenguaje; es característico que vayan explicando lo que hacen.

El juego sirve de catalizador de emociones negativas. Podemos observar cómo, mediante el juego, reproducen lo que ven, lo que sienten, la relación con los padres, etc.; reproducen acciones del entorno, incluyendo la emoción. Es la etapa de máximo potencial imaginativo; es la base de la creatividad.



Imagen: Juego libre en maternal Escuela Waldorf de Cuernavaca

Si permitimos que se despliegue, tenemos aquí la base de la futura creatividad, no vista como elemento puramente artístico, sino como elemento transversal para cualquier actividad de nuestra vida.

Fase 3. Juego planificado: desarrollo del espíritu emprendedor y de la iniciativa propia

De los 5 a los 7 años aproximadamente

Es la etapa en la que los niños primero preparan el juego y luego buscan los elementos para llevarlo a cabo. Escuchamos frases típicas como "Jugamos a que nos íbamos de campamento. Tú eras la mamá y yo era el papá, y..."

Casa Abierta
Sábado 22 de febrero 2020
10:00 a 14:00 hrs.

Recorrido por los salones
Clases y pláticas para padres

CONOCE Y VIVE LA PEDAGOGÍA
WALDORF
www.escolawaldorf.edu.mx

Maternal Preescolar
Primaria Secundaria

Requiere una planificación, previsión, iniciativa, mando y liderazgo, capacidad de relacionarse para resolver conflictos y, ante todo, de decisión. Contiene tres fases: preparación, ejecución y recogida. Suele coincidir con la etapa de "me aburro", ya que si las etapas anteriores no se desarrollaron con éxito, falta la constancia y la creatividad necesarias para desarrollar un plan de juego. Sin embargo, si funciona, es la etapa del juego de roles más complejos que permiten resolver situaciones emocionales.

Esta fase es la base de la capacidad de inventiva, de la iniciativa emprendedora de la que tanto se habla; pero vemos que es, a la vez, el resultado de las fases anteriores, que por sí mismas penden de un delicado hilo, ya que es necesario poner mucha conciencia para que el juego ocurra en armonía y que no se transforme en una guerra de cojines.

Recuerda:

• El juego es un asunto serio. El juego es pura terapia, preparación a nivel corporal, emocional y cognitivo de capacidades para toda la vida.

• Aprender jugando no significa dotar a los niños de juguetes sofisticados enfocados en "aprender", sino de que los niños sean capaces de jugar de manera autónoma. El único objetivo es el juego en sí.

Beneficios del juego

Nivel corporal

- Desarrollo de los sentidos básicos (movimiento propio, tacto, equilibrio y sentido vital o del bienestar)
- Desarrollo del movimiento (habilidades de la motricidad fina y gruesa, coordinación visomotriz)
- Desarrollo del lenguaje
- Organización del cerebro

Nivel emocional

- Creatividad e imaginación
- Resolución de conflictos, sociales y logísticos
- Comunicación
- La muñeca: transferencia
- Autoestima: "soy capaz y yo solo"
- Proyección que produce un efecto sanador de emociones negativas
- Tolerancia ante la frustración

Nivel cognitivo

- Concentración
- Atención

- Espíritu emprendedor
- Capacidad de tener ideas y ejecutarlas
- Organización del espacio exterior que deviene en capacidad de organización a nivel mental
- Desarrollo del pensamiento lógico

Condiciones para que el juego libre (o espontáneo) funcione

Tiempo

- Lapsos de tiempo suficiente, sin interrupciones. Entre una hora y cuarto y dos horas sería adecuado.

Espacio y juguetes

- Entorno físico agradable y seguro, con juguetes que permitan

el desarrollo sensomotriz, de la creatividad y que favorezcan un buen ambiente social.

- Cuantos menos juguetes, mejor. Esto aquietta los estímulos y calma. El exceso de juguetes produce déficit de atención, hiperactividad y/o apatía.

• Juguetes sencillos, ya que a mayor sencillez, mayor creatividad y versatilidad (maderitas, piedras, muñecas de tela), de materiales nobles y variados, para enriquecer los sentidos (a más sutileza, más desarrollo sensorial).

Estímulos para el juego: La imitación

- La temática del juego puede ser interferida por elementos nocivos y violentos procedentes de la TV, las pelis, los juegos electrónicos.

• En cambio, un adulto que realiza de manera atenta y concentrada actividades como manualidades o domésticas o el jardín, promueve que los niños se centren en su juego y a la vez tengan estímulos para imitar.

- Actividades como leer, mirar el celular o la computadora son contraproducentes.

Ambiente anímico

• Los niños absorben como esponjas el ambiente anímico, tanto el familiar como el de la maestra. Debemos poner especial atención en nuestros propios estados. Esto se ve reflejado en el juego. Estar centrados y relajados repercutirá positivamente en el juego. Si estamos alterados, el ambiente se alterará. Por ello es fundamental trabajarnos a nosotros mismos, conocernos y transformarnos.

• Mientras los niños juegan, el adulto debe mostrarse disponible, pero interferir lo menos posible.

- Dedicar momentos de atención exclusiva a cada niño en los momentos de cuidado: al acostarse, en el momento del saludo, del aseo, la comida.

Garantizar un desarrollo sensomotriz adecuado

• Las dificultades en la integración sensorial, la coordinación y el control corporal, la ingesta de azúcares y conservadores provocan comportamientos que dificultan el juego armónico.

- Todo está interrelacionado: problemas físicos y anímicos se reflejan en un juego caótico, en tirar todo y no jugar con nada o en apatía.

• Hay que ayudar, mediante actividades guiadas conscientemente, a organizar el cuerpo para que puedan jugar armónicamente, como las rondas, canciones, rimas con movimiento, los cuentos... actividades que ayudan a integrar el cuerpo y fomentan el vínculo adulto-niño.

Un día típico en un jardín de infancia Waldorf

• No hay nada de actividad intelectual, cognitiva de aprendizaje formal dirigido

- Una actividad manual por día, paralela al juego libre

- 90 minutos de juego libre dentro del aula

- 15 minutos de rondas, juegos de dedos, rimas con movimiento y canciones

- 90 minutos de juego libre fuera del aula

- 15 minutos de cuento

Propuestas para casa

- Máxima restricción de medios audiovisuales. Cuidar las imágenes que ofrecemos a nuestros niños.

- Ser ejemplo digno de ser imitado.

- Elegir actividades conscientemente para hacer delante del niño.

- Trabajar las propias limitaciones y emociones negativas.

Fuente: <https://www.tamarachubarovsk.com/2018/10/25/por-que-es-importante-el-juego-libre/>

Habilidades Sociales



Imagen: Juego libre en preescolar Escuela Waldorf de Cuernavaca

Las habilidades sociales y la capacidad de ser socialmente competente no son asignaturas que aparezcan explícitamente en ningún currículo escolar, pero su cultivo es un objetivo central y transversal de toda la educación Waldorf. El desarrollo del entendimiento social basado en la sensibilidad hacia los demás es una facultad que implica esencialmente la educación de la voluntad. Para que eso tenga lugar, el entorno de los niños debe incluir la aptitud social en las relaciones que les rodean. Llegar a ser socialmente competente depende del compromiso interior hacia el desarrollo ético de cada adulto en la comunidad escolar.

La interacción social requiere también la habilidad de escuchar y entender a las otras personas y ser capaces de expresar nuestros propios puntos de vista. Otra habilidad social clave es la iniciativa autodirigida y la capacidad de trabajar en algo. El impulso innato de los niños a ser activos ha de focalizarse en el juego, ha de transformarse a partir del juego creativo en la capacidad de trabajar que permite al individuo reconocer las necesidades en el mundo y ser capaz de responder.

Paradójicamente, en una época en la que los medios de comunicación electrónicos se han extendido hasta la ubicuidad, parece crecer la incapacidad de comunicarse claramente o desarrollar empatía con los demás. Los niños necesitan haber desarrollado verdaderas habilidades de comunicación antes de verse expuestos a los medios electrónicos de comunicación.

El currículo Waldorf proporciona muchas oportunidades interdisciplinarias de cultivar la conciencia social de maneras apropiadas a la edad. A continuación damos algunos ejemplos:

PRIMERO A TERCERO

En pintura y dibujo los niños aprenden a reconocer que la forma sale a partir de la cualidad del color y que hay fronteras sutiles entre los colores. Cada color es explorado para descubrir sus características individuales y también se experimentan las distintas maneras en que los colores entran en contacto. Este proceso es la base vital para entender que los procesos sociales no están definidos con precisión o que son arbitrarios en sus relaciones mutuas. Por medio del movimiento y el dibujo de formas, los niños experimentan diferentes perspectivas, a veces enfrentándose con el mundo desde dentro, a veces como si estuvieran fuera y mirasen hacia dentro. Encontrarse en los puntos de cruce y negociar derechos de paso son también experiencias sociales importantes.

En la lectura y la escritura los niños experimentan que la relación intrínseca entre símbolo, sonido y significado no es arbitraria, que la forma y el contenido se pertenecen mutuamente, otra habilidad social importante.

El trabajo con los números es particularmente social en el énfasis Waldorf de ir de la totalidad a las partes. Experimentar la división como un compartir ayuda a establecer el principio de la justa distribución del valor añadido.

Aprender a cantar y a tocar la flauta es una magnífica educación de las habilidades de escuchar y responder a los demás. Eso también sucede con las clases de lenguas extranjeras, en las que el niño aprende a entender lo que quiere decir la otra persona basándose en una percepción no semántica (tono de la voz, lenguaje corporal) y a través del hablar mismo.

La destreza manual crea una base para la posterior captación conceptual de ideas complejas. El trabajo manual también refuerza el intenso sentido de dependencia mutua entre las personas: el granjero que comparte la lana y las personas que compran una prenda de lana, y entre el ser humano y los reinos de la naturaleza.



Imagen: oficios en tercer grado Escuela Waldorf de Cuernavaca

Hay importantes dimensiones sociales en los bloques que involucran agricultura, habilidades de trabajo y construcción de casas, especialmente por lo que respecta a los principios básicos de la economía.

CUARTO A SÉPTIMO

Se aplica la aritmética en la vida práctica y se escogen ejemplos que fortalezcan la conciencia moral y social, en lugar de abstracciones o situaciones hipotéticas. (Ejemplo de esto es La Tiendita de sexto grado.) Allí donde sea posible, es necesario que la experiencia sea directa y moderna. En la lengua materna no solamente se practican las habilidades de comunicación, sino que el estudio de la gramática hace que las relaciones sean más conscientes. ¿Quién hizo qué, a quién, cómo, dónde y por qué? No se puede menospreciar la relevancia del lenguaje directo e indirecto en la responsabilidad social.

En historia, los niños aprenden las formas de las primeras sociedades, modelos históricos importantes de procesos sociales y políticos, relaciones interculturales, las revoluciones,



Imagen: La Tiendita de sexto grado Escuela Waldorf de Cuernavaca

¿Cuál es la relación entre las pantallas, la escuela y los hábitos de aprendizaje?

Es importante que los niños y jóvenes aprendan la diferencia entre estar en la calle, estar en la escuela y estar frente a una pantalla. Cada uno de estos contextos es diferente y los niños tienen que aprender a distinguir cómo comportarse, cómo hablar e interactuar en cada uno de ellos; los adultos les vamos enseñando a ajustar su forma de comportarse y relacionarse con los otros en cada lugar.

En esta "nueva normalidad" que hemos construido y en la que hemos quedado atrapados por las pantallas, estas han llegado a las escuelas en forma de *edutainment*, una educación que entretiene, como ver videos durante el día escolar. Se sabe que cuando los niños juegan videojuegos o ven videos de Youtube, sus niveles de dopamina se elevan. Justo de eso se trata: de divertirse, de pasarla bien mientras uno juega videojuegos o ve videos; y esos niveles de dopamina pueden durar una hora o más. Enseñar a los niños bajo esa condición de altos niveles de dopamina es sumamente difícil puesto que algunas veces, francamente, el aprendizaje no es divertido, no siempre trae placer. El aprendizaje puede representar una confrontación de problemas y exige un esfuerzo.

Un estudio reciente y extenso sobre hábitos de aprendizaje sugiere que hay una relación casi directa entre el aumento del uso de pantallas y la disminución de las habilidades sociales y la disminución de la determinación para afrontar adversidades.

Esto es algo que realmente me preocupa, que la determinación o la adaptabilidad disminuyan, porque son algo que hoy se necesita para tener éxito en el mundo. Esa determinación se necesita, en gran medida, para ser trabajador independiente (*freelancer*), empresario o trabajador basado en proyectos. Lo que dice este estudio es que tener determinación, capacidad para resolver problemas o para permanecer en algo está siendo afectado por el aumento en el uso de pantallas. Esto es una señal importante en la cual debemos pensar seriamente.

El estudio habla también sobre la marcada relación que hay entre hiperactividad y falta de atención, por un lado, con el uso de pantallas, por el otro. Los niños diagnosticados con trastorno de déficit de atención, en realidad, no tienen un déficit de

las libertades individuales, entre otras. La geografía da énfasis a la geografía humana. Steiner destacó el significado social de la enseñanza de la geografía del modo siguiente:

Enseñando al niño de esta manera lo situamos en el espacio, y él estará interesado por el mundo, por el mundo entero. Veremos los resultados de eso en muchas direcciones. Un niño con el que estemos estudiando geografía de esta manera tendrá una relación más amistosa con sus semejantes que otro que no tenga ni idea de lo que significa la proximidad en el espacio, porque vivirá para sentir que vive junto con otros seres humanos y llegará a tenerlos en cuenta y a respetarlos. Estas cosas juegan un papel muy importante en la educación moral de los niños, y la falta de atención a la geografía es parcialmente responsable del espontáneo declive del amor fraternal, amor que tendría que prevalecer entre ellos.

El estudio de la naturaleza y de las ciencias cultiva también una conciencia ecológica, y la biología humana, en particular temas como la nutrición y la salud, ofrecen un importante equilibrio para enfrentarse a la influencia de la publicidad y del consumismo.

OCTAVO EN ADELANTE

Los estudiantes deberían asumir cada vez más responsabilidades sociales dentro de la comunidad escolar, como brindar apoyo a los niños pequeños, ayudar a la comunidad local, etc. Las actividades y representaciones artísticas de grupo, los viajes y excursiones escolares son todos campos llenos de experiencia social. Toda la enseñanza hay que relacionarla con la vida real y debe ser preparatoria para ella. Todos los aspectos de la artesanía y la tecnología, por ejemplo, deberían relacionarse con sus orígenes geográficos y recursos naturales, por un lado, y con sus aspectos económicos, por el otro. Es importante despertar en los niños y jóvenes un verdadero interés por los asuntos económicos y su comprensión. Con eso se relaciona la importancia de la experiencia del trabajo real en el lugar laboral con tareas que tengan sentido.

Los párrafos anteriores dejan claro que las ciencias sociales impregnan todo el currículo Waldorf de una manera transversal e interdisciplinaria; el estudio curricular sitúa al ser humano y la sociedad en el núcleo de la enseñanza, pero es algo más que un puro contenido docente. Las estructuras escolares de autogestión y las prácticas de trabajo colegiado tienen una gran influencia a la hora de formar buenos hábitos de trabajo. En el aula, la actitud respetuosa del maestro ante cada alumno, su valor para ser veraz, su autoridad y generosidad influyen hondamente en el desarrollo de actitudes sociales en el alumno. Cuando se enseña a los alumnos cómo trabajar, cómo enfrentar los desafíos y, sobre todo, cómo aprender de los errores de una manera positiva, se está promoviendo el cambio interno en el alumno hacia conductas constructivas. A medida que los alumnos crecen, el proceso de poner en marcha su propia actividad ha de irse haciendo cada vez más consciente.

El hecho de ser socialmente competente nunca es realmente un asunto de conocimiento. La aptitud social está basada en el juicio cuerdo, que requiere un *pensamiento vivo* fundamentado en la experiencia de la realidad. Captar la dinámica de los procesos sociales requiere un pensamiento móvil basado en conceptos pictóricos capaces de crecimiento, adaptación y desarrollo a través de nueva experiencia y reflexión constantes. Desarrollar un pensamiento vivo es la clave para crear verdadera competencia social.

Fuente: Adaptado por Mtra. Cristina Franco del *Plan de Estudios de la Pedagogía Waldorf Steiner*, de Tobias Richter (2000), Editorial Rudolf Steiner, Pág. 161-164.

atención, al contrario: tienen un exceso de atención, pero también tienen dificultades para enfocar su atención priorizando lo que el ambiente les está pidiendo. ¿Cómo ayudar al niño a saber priorizar sus focos de atención? De modo que el niño pueda hacer lo que de él se espera en el momento en que debería hacerlo, partiendo de que todos tenemos características individuales. Lo que este estudio sugiere es que el uso de pantallas tiene un efecto dramático en la capacidad de estos niños para priorizar sus focos de atención. Relaciono esto con otro estudio que realicé con otra colega en que vimos que cuando a los niños en esta condición de dificultad de enfocar su atención según la demanda externa, se les retira de las pantallas, cuando se baja la cantidad de actividades en que se les involucra o se les reduce la cantidad de imágenes que se les pide absorber (vengan de una pantalla o no), entonces son niños a los que les puede enseñar, contactar y hacen más o menos lo que de ellos se espera.

Los niños que presentan una tendencia hacia la actividad o hacia la ensoñación, expuestos a las pantallas en exceso o a una vida demasiado agitada, pueden sufrir una alteración en esa tendencia de tal forma que se manifieste como un trastorno. Bajar la velocidad al ritmo cotidiano, incluyendo retirar las pantallas, y rodear al niño de imágenes bellas, verdaderas permite al niño transformar su 'tendencia potencial a ser trastorno' en su mayor don: su hiperactividad se manifiesta en el momento apropiado para ser líderes, para ser los niños que hacen que las cosas sucedan. Eso mismo que les estaba causando problemas se convierte en su genialidad.

La pregunta es: ¿Qué les aportan a los niños los dispositivos? Pienso que no mucho. En lugar de ver como una debilidad su incapacidad para integrar todos esos estímulos, veámosla como una señal en el camino de lo que estamos haciendo. No pedirles algo que de todas maneras no les aporta nada, dejarlos experimentar el silencio y el aburrimiento sí les abre el camino a su genialidad, a hacer lo que han venido a hacer al mundo, de manera efectiva; no de manera frenética.

Fuente: Kim John Payne este texto es una traducción y transcripción de una conferencia oral, impartida en noviembre de 2016.