

El Juego al Aire Libre

Existen nuevas y cambiantes presiones y condiciones sociales que van en aumento, las cuales limitan las experiencias que los niños puedan tener para estar en el aire libre.

¿Por qué pasan los niños más tiempo dentro de casa?

- horas más largas de trabajo y la ausencia de uno de los padres en el hogar durante el día
- familias reducidas donde no hay un hermano/a mayor que pueda vigilar a los menores
- tal vez no haya familiares o parientes que vivan cerca, en cuyo caso la oportunidad que los abuelos, por ejemplo, estén con los nietos en el aire libre se limita
- el aumento de la vivienda en villas y apartamentos y casas con jardines o patios limitados
- más uso de la televisión, juegos electrónicos y computadoras
- el conducir en coche a centros de cuidado y actividades
- familias que trabajan para asistir a sus muchas obligaciones domésticas cuando se encuentran en casa y tal vez tengan tiempo limitado para supervisar a los niños fuera de la casa.



La angustia de la seguridad ha contribuido que los niños pasen más tiempo dentro de casa

La angustia de la seguridad de los niños también contribuye a la cultura de la protección que puede limitar al acceso que los niños puedan tener al aire libre. Las inquietudes de la seguridad varían entre 'el temor a los extraños' [stranger danger] a la seguridad de las calles, al temor de lesiones y a inquietudes sobre la exposición al sol. El resultado es que hay un aumento en el tiempo que los niños pequeños pasan dentro de sus hogares. Ver televisión, jugar juegos electrónicos y sentarse frente a la pantalla del computador hace que los niños tengan una vida más sedentaria, poniéndolos en riesgo de la obesidad. Adicionalmente, las experiencias de los niños y la apreciación de la naturaleza del mundo puede ser muy limitada. Esto conlleva a la pregunta de cómo podemos manejar estas inquietudes y riesgos mientras aún se permite que los niños tengan plenas oportunidades de jugar, explorar y aprender en el entorno del aire libre.

¿Por qué es importante jugar en el aire libre?

El ambiente del aire libre facilita que los niños tengan una serie de oportunidades de un aprendizaje basado en el juego que mejora su desarrollo. Permite que los niños exploren, descubran y participen en un entorno natural. El juego al exterior contribuye a todo tipo de desarrollo de niños. El aire libre es un lugar para correr, relajarse y escapar la restricción de estar dentro, es más que un lugar más amplio y de espacio físico libre. Para algunos niños, el aire libre es un lugar especial con lugares escondidos para la imaginación y contemplación; como las actividades tranquilas que incluye la lectura, el dibujo y jugar con materiales naturales. Para otros, el aire libre mejora las experiencias del juego dramático o les da la oportunidad de observar la naturaleza.

El juego al aire libre ofrece a los niños oportunidades únicas para que

- experimenten nuevos desafíos físicos
- desarrollen más fuerza y resistencia física
- usen los músculos grandes y los pequeños de diferente modo
- se expresen verbalmente usando diferentes volúmenes de voz
- participen en la solución de problemas mientras juegan en el aire libre
- la interacción física con los amigos al correr, hablar y jugar
- la apreciación de la naturaleza y la protección del medio ambiente.

Los niños disfrutan del aire libre. Un reciente estudio australiano preguntaba a los niños sobre su ambiente preferido y una respuesta fuerte fue que los niños ofrecieron fue que prefieren el aire libre. Las muchas y variadas razones que ofrecieron sobre esta preferencia reflejan la multitud de experiencias valiosas que ofrece el aire libre.

Esta información para padres se puede obtener en diferentes lenguas comunitarias y se puede bajar del sitio web del 'Early Childhood Connections' [Conexiones de la Niñez Temprana] www.ecconnections.com.au

Una iniciativa de



Con el respaldo de



National Childcare Accreditation Council



Australian Government
Department of Families,
Community Services and
Indigenous Affairs