

# ¿A qué jugamos?

Guía de  
juguetes para que sean  
quienes quieran ser

# Jugar es aprender

¿En qué consiste jugar? ¿Por qué jugamos en la infancia? ¿Alguna vez te has parado a pensarlo? Jugar es una actividad innata, algo que empezamos a hacer desde muy temprano con un único objetivo: ¡jugar! El juego es una necesidad y también una de las mayores fuentes de aprendizaje. Decía **María Montessori** que «el juego es el trabajo de los niños». Jugando desarrollan su mente, su cuerpo, sus emociones y sus capacidades sociales y éticas, experimentan, imitan y asimilan las normas y valores de la sociedad en la que viven.

En resumen: van entendiendo y adaptándose al mundo que les rodea. A veces mediante el juego también expresan cosas que les preocupan o les han impactado de alguna manera. Gran parte de los aprendizajes más importantes se hacen jugando, especialmente en los primeros años de vida. Según Albert Einstein «el juego es la forma más elevada de la investigación».

## ¿Sabías que...?

*Jugar es un derecho reconocido en la Convención de Derechos de la Infancia de Naciones Unidas*

Por todo ello es importante que entendamos algo: cuando elegimos un juguete o proponemos un juego estamos dando una **herramienta para aprender**. Podemos ayudarles a **desarrollar todas sus capacidades y así hacerles más libres y darles más oportunidades en el futuro**, o bien podemos encasillarles y limitar sus opciones futuras. Normalmente cuando nos preguntan qué queremos que sean de mayores solemos pensar una cosa: felices ¿No lo serán más si les dejamos ser lo que quieran ser? ¿No será mejor poner a su alcance todas las opciones y oportunidades?



## ¿Sabías que...?

*La humanidad ha jugado desde siempre. Se han encontrado muñecos entre restos arqueológicos prehistóricos y en algunas excavaciones de Mesopotamia y Egipto han hallado boliches y dados. Los mitos griegos contaban que fue el dios Baco quien inventó el columpio.*

# Jugar es imitar

Cuando las criaturas juegan imitan lo que observan en la vida adulta. Si te paras a pensarlo, verás que una de las cosas que aprendemos jugando durante la infancia es cómo ser hombres y cómo ser mujeres en el futuro (o cómo no serlo). Desde muy pronto los juegos y juguetes destinados a las niñas están centrados en las tareas de la casa y la belleza mientras que a los niños se les ofrecen juguetes dinámicos, científicos o de aventura, generalmente basados en la competición y el poder. Tendemos a pensar que esto es así por naturaleza, que ellas son más tranquilas y ellos más inquietos pero ¿Nunca has oído eso de que son “esponjas”? Lo cierto es que no es ninguna exageración: observan y entienden lo que pasa mucho más de lo que creemos. Primero miran, luego imitan, y al imitar van interiorizando cómo se espera que se comporten .

Una vez más tenemos aquí la oportunidad de decidir si queremos seguir repitiendo las formas de siempre o no. Podemos ofrecerles algo aún mejor, la posibilidad de imaginar nuevas maneras de ser y de relacionarse.

¿No tienen los niños derecho a disfrutar del cuidado y a permitirse expresar sus emociones? ¿No tienen las niñas derecho a ser independientes y a realizarse como ellas decidan? Tal vez sería mejor un mundo diverso, donde todas las personas tengan las mismas oportunidades. **Sin duda ese sería un mundo menos violento y más libre.**

¿Alguna vez te has preguntado cuánto influyó tu infancia en el tipo de persona que eres hoy? ¿En tus gustos, tus intereses, tu trabajo? Desde que nacemos nos etiquetan según seamos niñas o niños, nos visten de unos colores u otros, nos regalan unos juguetes u otros. A menudo se esperan cosas diferentes de nosotras y nosotros. Incluso se ha observado que a las niñas tendemos a cogerlas con más delicadeza mientras a los niños los manejamos de forma algo más ruda desde el principio. Quienes no encajan ni en un molde ni en el otro reciben rechazo. Todo esto marca nuestro futuro personal y profesional y dirige a las niñas hacia el hogar, el cuidado y la belleza y a los niños hacia el éxito laboral y la competitividad.

Pongamos un ejemplo: para una niña que nunca ha visto a una mujer astronauta y que nunca ha tenido juguetes espaciales será muy complicado soñar con visitar el espacio. Para un niño que no juega con muñecas y que nunca ve a hombres cuidando será complicado ser un buen cuidador el día de mañana. **Si marcamos sus juegos y juguetes estamos marcando también su futuro.** Cuantas más opciones demos a nuestra infancia más fácil será que en el futuro elijan el trabajo, las aficiones y la forma de ser que realmente deseen.

Tenemos la oportunidad de ofrecerles un horizonte mucho más amplio para que el día de mañana **tanto los cuidados como la vida pública y profesional estén repartidos entre mujeres y hombres**, y para que las **relaciones que establezcan sean más sanas, basadas en el respeto y el cuidado mutuo** y no en el control y la violencia.

## ¿Sabías que...?

*Hay ciertos prejuicios que aprendemos de forma muy temprana. En 2017 el estudio Global Early Adolescent Study, realizado con más de 400 menores de varios países, demostró que a los 10 años de edad la mayoría ya ha interiorizado la idea de que las niñas son vulnerables y los niños fuertes e independientes.*

## ¿Sabías que...?

*No fue hasta bien entrado el S. XX que comenzó a considerarse el rosa como color de niñas y el azul como color de niños. La revista estadounidense Ladies' Home Journal publicaba en 1918 el siguiente consejo: «el rosa, que es un color más decidido y fuerte, es más adecuado para el niño, mientras que el azul, que es más delicado, es más bonito para la niña». Es más, hasta el siglo XIX bebés y niños llevaban falda, fueran chicos o chicas, pues era más sencillo cambiar pañales y aprender a ir al baño sin ayuda.*

# Jugar a ser

Habrás observado que muchas veces cuando juegan inventan historias y se convierten en personajes: juegan a ser. Hay muchas maneras de hacer esto: con muñecas y muñecos, con disfraces, con un videojuego, viendo una película o leyendo un cuento, por ejemplo. La historia pueden crearla o puede venir ya dada.

Casi siempre este tipo de juego contiene algo de imitación: simulan el trabajo de mamá o papá, se ponen a limpiar o a cocinar, les dicen a sus muñecos cosas que han oído decir a las personas adultas o deciden ser los personajes de su videojuego favorito... como ya dijimos antes, es una forma de interiorizar lo que ven y, poco a poco, van formando su personalidad y su forma de entender el mundo.

Una forma de ayudarles a imaginar una realidad mejor es ofrecerles buenas herramientas para ello. Por ejemplo, podemos prestar atención al tipo de muñecas o disfraces que les ofrecemos ¿Qué sentido tiene que un disfraz de enfermera lleve falda? Quizás estaría más cómoda con unos pantalones (como las enfermeras reales) para poder hacer bien un trabajo tan importante ¿Qué mensaje les estamos lanzando a las niñas con este tipo de disfraces? Que lo más importante es estar guapa ¿De verdad queremos enseñarles esto? Algunas muñecas y muñecos representan a mujeres y hombres muy limitados: ellas muy bellas, con cuerpos imposibles y más pasivas y ellos fuertes y listos para la acción ¿Así queremos que sean en el futuro?

## ¿Sabías que...?

*Si la muñeca Barbie fuera una mujer real sus proporciones serían imposibles: sus tobillos y su cuello se romperían por el peso del cuerpo y la cabeza porque son demasiado finos y los órganos no le cabrían en el cuerpo porque es demasiado delgado.*

Es especialmente importante que prestemos mucha atención a los contenidos audiovisuales que les ofrecemos. Frente a ellos están en estado de indefensión, apenas pueden reflexionar, solo “mastican y tragan”, por así decirlo. Ten en cuenta que cuando juegan a un videojuego o ven una película toman un papel pasivo: reciben información y la guardan. Mientras juegan u observan van a identificarse con los personajes y con las acciones que aparecen en pantalla.

## ¿Sabías que...?

*Según el estudio Género, gamers y videojuegos (2020) más del 70% de las personas que juegan habitualmente reconocen haber detectado contenidos machistas: las mujeres que aparecen son sumisas y pasivas y son frecuentes las escenas de prostitución, acoso y violencia contra las mujeres.*



## Preguntas que puedes hacerte antes de elegir

¿Hay personajes femeninos relevantes?  
¿Hay personajes diversos?

¿De quién depende la acción? ¿Quién permanece pasivo?  
¿Quién toma las decisiones?

¿Cómo se representa a hombres y mujeres?  
¿Qué tipos de cualidades psicológicas y físicas se les atribuyen?

¿Aparecen las mujeres como objetos que solo se valoran por su físico?

¿Fomenta la competitividad o la cooperación? ¿Cómo trata a los personajes más débiles?

¿Aparece la violencia como algo normal, incluso útil? ¿Vale cualquier cosa con tal de lograr el objetivo?

Por último, recordemos que los cuentos son una fuente de placer pero también una forma de aprender y asimilar vivencias. Se ha demostrado que la lectura en voz alta a bebés estimula su desarrollo cognitivo y emocional desde los primeros meses de vida. Cuando son un poco mayores se identifican con los personajes, imaginan, desarrollan el lenguaje, canalizan sus emociones, amplían su vocabulario y también interiorizan determinados valores. La literatura infantil, igual que las películas o los videojuegos, transmite valores y modelos sociales, tanto con el lenguaje como con las imágenes que utiliza. Por ello es importante elegirlos bien, tratando de escoger aquellos que abran horizontes y fomenten la igualdad, la cooperación, la diversidad y la expresión de las emociones.

## Los buenos juguetes

De todo lo que llevamos dicho hasta ahora podemos sacar una primera conclusión: a la hora de elegir un juguete no tiene mucho sentido preguntarse si es para una niña o para un niño. El tipo de preguntas que debemos hacernos son otras: ¿Qué edad tiene? ¿En qué momento del desarrollo está? ¿Qué capacidades puede desarrollar ahora? ¿Qué intereses o habilidades queremos fomentar? En el caso de que sea la criatura quien ha pedido un determinado juguete podemos preguntarnos por qué ha elegido ese en concreto ¿Cuánto ha influido la publicidad, la presión de grupo, el querer ser como...? ¿Podemos hablarlo y tratar de fomentar otros intereses? No será sencillo pero solo tener esa charla ya es importante.

**En realidad, un juguete es cualquier objeto que invite al juego.** Hay una idea que suele repetirse: cuanto menos concreto sea un juguete, mejor. Más trabajará su imaginación. El educador Franceso Tonucci dice que «se deberían tener pocos juguetes pero buenos». A veces consumimos demasiado y en realidad no necesitan tantas cosas. Podemos utilizar para el juego objetos que ya tenemos en casa o fabricar nuestros propios juguetes. Esto último les resultará divertido y fomentará su creatividad.

## ¿Sabías que...?

*Aunque los juguetes son cada vez más sofisticados, los llamados "juguetes primarios" se han mantenido inmutables desde la antigüedad hasta hoy y aparecen en todas las culturas a lo largo del planeta. Hablamos de sonajeros, muñecas y muñecos, animales, cacharritos, boliches, pelotas, sogas...*



A continuación te damos algunas claves para ayudarte a elegir juguetes o juegos. Es fundamental revisar siempre las etiquetas para asegurarnos que el juguete es adecuado para su edad y sus intereses y cumple las normas de seguridad.

## De 0 a 2 años

En los primeros años de vida el **juego funcional** nos ayuda en nuestro desarrollo motor y sensorial. Es un juego sin lógica ni reglas, consiste en moverse, mirar, tocar... Cualquier juguete que fomente el movimiento, la manipulación, la experimentación y la observación es adecuado. También **juguetes sensoriales** que aporten experiencias auditivas, táctiles, visuales suaves (evita músicas estridentes, luces, etc.).

Una vez que comienzan a caminar es útil un **andador** o carrito de arrastre que permita libertad de movimiento.

## De 2 a 6-7 años

Un poco más adelante aparece el **juego simbólico**, mediante el que representan experiencias vividas o imaginadas. Si quieres elegir un juguete, los adecuados para esa edad son aquellos que puedan usar para recrear todo tipo de escenas cotidianas o fantásticas:

- Cocinitas, utensilios de limpieza, bebés, carritos, etc. para jugar a recrear la vida doméstica. Para los niños es igual de importante que para las niñas aprender a desenvolverse en casa para ser más independientes el día de mañana. Además, si juegan a cuidar desde muy pronto tendrán relaciones más sanas cuando sean mayores.
- Herramientas profesionales de todo tipo: maletín médico, materiales de laboratorio, herramientas mecánicas, cajas registradoras, etc. Para las niñas es igual de importante que para los niños explorar todas las profesiones, así como acercarse al mundo tecnocientífico a través del juego.
- Casas de muñecas y muñecos. Figuras o marionetas para recrear historias.
- Peluches u otro tipo de animales.
- Disfraces. Evitar las versiones "sexis" para niñas.
- Tiendas de campaña o similares.
- Materiales expresivos y manipulativos: plastilina, arena mágica, pinturas, etc.
- Instrumentos musicales.



También en esta edad afianzan sus **capacidades motoras** y son adecuados los juguetes que les ayudan a ello: materiales deportivos, triciclos, bicicletas, caballitos, coches para arrastrar, etc.

Podemos comenzar también con los primeros **juegos de inteligencia**, aún sencillos: asociar, diferenciar formas y colores, memorizar, etc.

## De 7 a 12 años

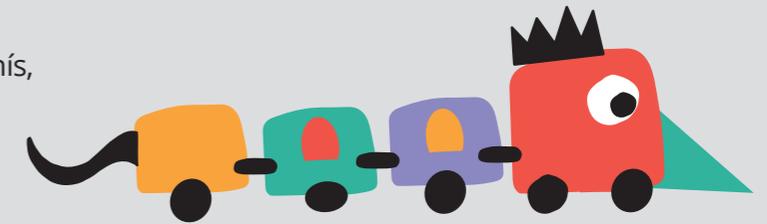
En torno a los 7 años aparece el **juego de reglas**, que pueden ser físicos (pilla pilla, carreras, puntería...) o intelectuales (juegos de mesa de todo tipo). Se trata de jugar siguiendo unas normas y para lograr un objetivo concreto. En esta etapa podemos regalar:

Elementos para el **juego físico**: balones, raquetas, dianas y dardos, bolos, etc.

**Juegos de mesa** adaptados a la edad e intereses. Entre ellos destacan los **juegos cooperativos**. Existen editoriales que ofrecen diferentes juegos de mesa, puzzles y libro-juegos cuya lógica es cooperativa y no competitiva.

**Juegos tradicionales**: dominó, ajedrez, parchís, juegos de cartas, etc.

**Juegos de inteligencia** más complejos.



## Para todas las edades

El llamado juego de **construcción** es transversal, comienza a los 12 meses y se va volviendo cada vez más complejo. Los juguetes de construcción (encajables, bloques de madera, puzzles, etc.) adaptados a la edad siempre son una buena idea.

Regalar **actividades** propias de su edad también puede ser una opción ¿Y si les regalamos una tarde de hacer lo que quieran? Puedes hacer o comprar un vale, les encantará pasar tiempo contigo haciendo lo que más les gusta.

A partir de los 3 años aproximadamente un **huerto urbano** puede ser una buena manera de acercarles a la naturaleza. Así aprenden a cuidar una semilla, verla crecer, respetar sus tiempos y disfrutar los resultados.

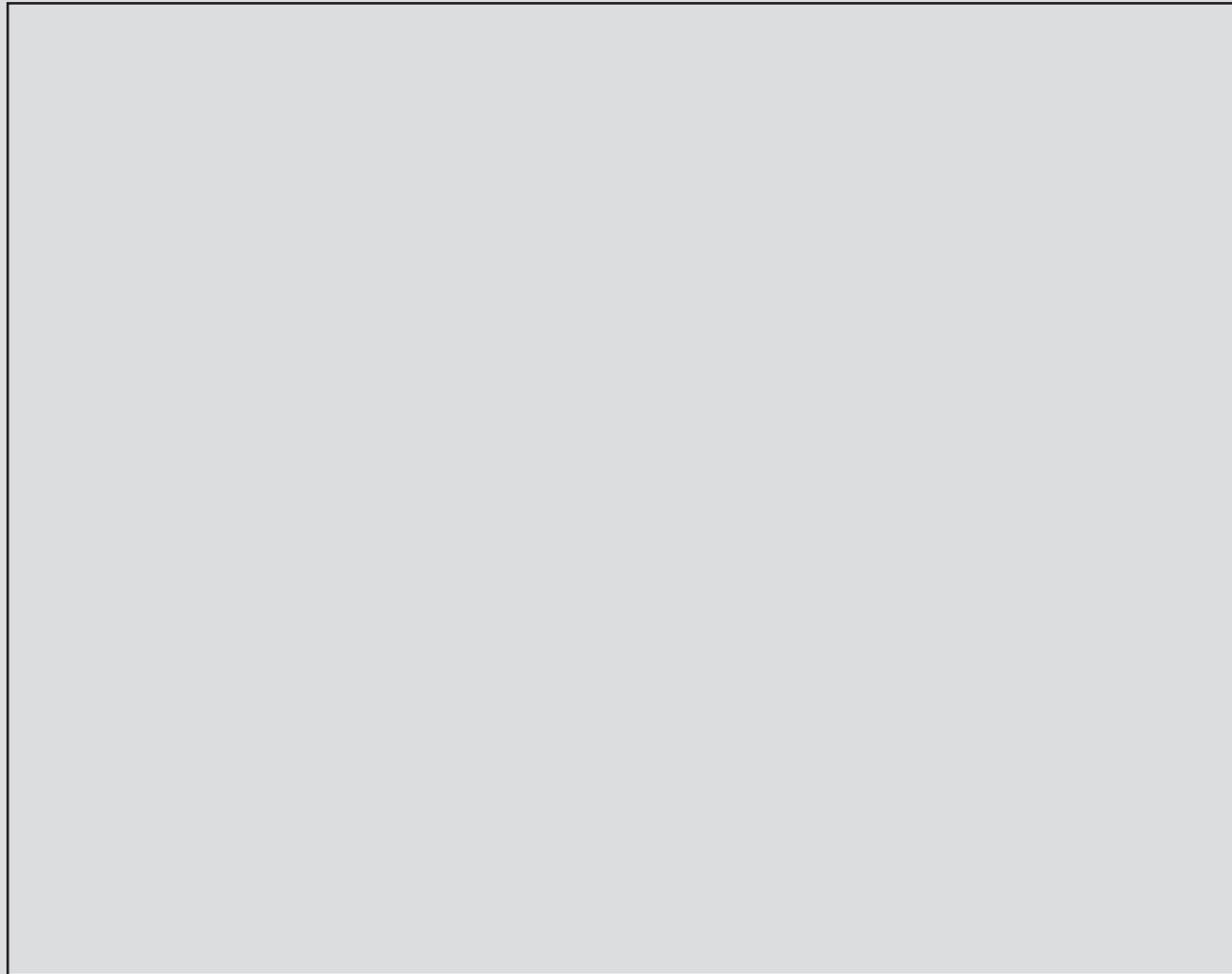
## 10 ideas para elegir juguetes que les ayuden a ser lo que quieran ser

1. Los juegos y juguetes son herramientas para aprender. Los mejores juguetes son los que potencian la creatividad, la curiosidad, la imaginación...
2. Es mejor tener pocos juguetes y buenos que muchos y malos.
3. Elige juguetes que puedan gustar indistintamente a cualquier peque. Y recuerda que todos los colores son para todas las personas.
4. Los juegos de hoy influyen en las decisiones de mañana: en qué trabajará, qué aficiones tendrá, cómo se relacionará con otras personas... Cuando regalas un juguete tienes la oportunidad de fomentar nuevos intereses y oportunidades.
5. El juego es un buen momento para potenciar la empatía, el respeto, el cuidado, la solidaridad y la diversión compartida.
6. Elige juegos y juguetes que fomenten el trabajo en equipo y la ayuda mutua en lugar de centrarse en quién gana y quién pierde: cooperar antes que competir.
7. Si vas a regalar un videojuego analiza los contenidos y elige los que te parezcan más educativos y apropiados para la edad.
8. Evita los juguetes que hacen creer a las niñas que su cuerpo y su belleza es lo más importante. No son adultas, son niñas, deja que se vistan y diviertan como tales.
9. Evita los juguetes que fomentan la violencia.
10. Los juegos y juguetes pueden ayudar a un futuro en el que todas las personas tengan los mismos derechos y oportunidades.

# Juegós para otro mundo



# Hola, soy Equis



Utiliza las pegatinas que acompañan a este libro para darme forma.

Lanza el dado y descubre mi color favorito

## 1. Mi juguete favorito es:

- ▲ Blanco: balón
- ▲ Rojo: muñecas
- ▲ Negro: cocinitas
- ▲ Verde: juego de construcción
- ▲ Amarillo: coches y camiones
- ▲ Violeta: patinete

## 2. De mayor quiero dedicarme a:

- ▲ Blanco: la ciencia ¡Me encanta hacer experimentos!
- ▲ Rojo: el cuidado de peques ¡Sería muy feliz trabajando en un cole!
- ▲ Negro: la repostería ¡Me chiflan los dulces!
- ▲ Verde: el deporte profesional ¡Nunca paro de moverme!
- ▲ Amarillo: la biología marina ¡Quiero saberlo todo acerca de los peces y el mar!
- ▲ Violeta: el cuidado de animales ¡Poder curarles sería estupendo!

## 4. Mi cualidad más destacada es...

- ▲ Blanco: la valentía, nada me frena.
- ▲ Rojo: la timidez, necesito tiempo cuando conozco a gente nueva.
- ▲ Negro: la sensibilidad, me emociono con facilidad.
- ▲ Verde: la empatía, siempre me pongo en el lugar de las demás personas.
- ▲ Amarillo: el entusiasmo, disfruto de casi todo lo que hago.
- ▲ Violeta: la curiosidad, siempre estoy preguntando cosas.

## 5. Mi prenda favorita es...

- ▲ Blanco: mi vestido amarillo
- ▲ Rojo: mi camisa de flores
- ▲ Negro: mi pantalón negro
- ▲ Verde: mi sombrero rojo
- ▲ Amarillo: mi pañuelo de lunares
- ▲ Violeta: mi jersey con un corazón

*¡Hola! Soy Equis, acabo de llegar a la Tierra ¿Sabes? Al aterrizar creo que me he dado un golpe en la cabeza porque no recuerdo bien quién soy ¿Me ayudas a recordar mi historia?*

*Puedes usar el dado que encontrarás en la siguiente página.*

# Equis no entiende la tierra

Este es un juego de personajes. Una de las personas que juega será Equis y el resto serán representantes de La Tierra. De forma ordenada tienen que ayudar a Equis a resolver sus dudas. Quien hace de Equis también puede inventar nuevas preguntas. Pueden invitar a alguna persona adulta a jugar.

Equis dice: ¿Tú vives aquí en La Tierra? No está mal. Mi planeta se llama Aequs y es bastante diferente al tuyo. Hay algunas cosas que no entiendo, quizás tú me las puedes explicar.

¿Qué es una chica? ¿Y un chico? ¿Y una persona trans? En mi planeta eso no existe.

Oí a un señor decir que los niños no juegan con muñecas pero yo acabo de ver a uno jugando ¿Por qué dice eso?

¿Es que hay juguetes de chicas y juguetes de chicos? ¿Por qué? En mi planeta cada criatura juega con los juguetes que más le divierten y nadie le critica por ello.

También oí que el rosa es un color de chicas pero yo no entiendo cómo pueden ser los colores de alguien. En mi planeta los colores son de todo el mundo.

¿Por qué es divertido jugar con espadas y pistolas? Me sorprende que jueguen a hacerse daño.

También vi a una niña que tenía 5 balones en casa ¿Para qué necesita tantos? ¿No valdría con uno?



Recorta el dado y los personajes para jugar y divertirte







Igualdad



Instituto  
Canario  
de Igualdad



Gobierno  
de Canarias

