



# REPORT to PARENTS

RP 27:9

## The Importance of Play

**P**lay is a child's "job." Unfortunately, between television, computers, and scheduled activities, children are left with very little time in which to do their job. Playing provides great learning opportunities and also gives children some much-needed time to simply be children. Playing also helps children develop their imaginations and build motor and social skills. Here are some great tips to help get your children playing.

**Limit TV.** Children spend too much time in front of the television and computer. Limiting access will encourage them to engage in other activities. If they need or enjoy the background noise, turn on the radio. Music will entice your children to sing, dance, and use their imaginations.

**Don't rush.** Just like adults, children need time to unwind and time for their imaginations to start working. Try to provide daily time for unstructured and unscheduled play; time when your children can decide what, when, and how to play.

**Be creative.** Children don't need the latest and greatest toys. All you really need are a few basic essentials such as crayons, dress-up clothes, books, and balls. Keep "open-ended" materials around—things that children can use for more than one type of play, from modeling clay to old sheets to wooden blocks to cardboard boxes.

**Don't believe the hype.** Many educational toys tout benefits you might never see. Before you spend a lot of money on educational toys or electronics, ask your child's teacher or principal for

recommendations. While that electronic globe looks great and has a lot of features, puzzles or a craft kit might better serve your child's needs. Involve your child in the discussion and purchase of toys. You want to make sure you choose toys with which they will actually play.

**Run around.** Regardless of whether or not your child plays organized sports, make time several days a week for them to run around and exercise. From swinging a bat to swinging on a swing set, physical activity helps kids grow strong and release some energy.



**Play games.** When children play games, they learn important social lessons. Team games help teach skills such as how to work together, how to handle conflict, and how to strategize. Board games teach skills such as sharing, taking turns, and the art of compromise. Playing games also teaches children how to be graceful winners and good losers. While parents and caregivers can be game "partners," it's more important to have children interact with siblings or peers.

**Expect play.** After-school and summer childcare programs can be wonderful opportunities for children to play—or they can be play busters. When looking at these programs, ask how much time your child will have to play and how much time is spent watching TV and playing computer or video games. Choose a program you feel allows your child enough time to play and use his or her imagination.

The most important thing is to allow your children to be children and learn through play.



# INFORME a los PADRES

RP 27:9

## La Importancia del Juego

**E**l juego es el “trabajo” del niño. Desafortunadamente, entre la televisión, las computadoras, y las actividades programadas, a los niños les queda muy poco tiempo para hacer su trabajo. Jugar les proporciona oportunidades para aprender y también les da el tiempo necesario para ser niño. El juego también ayuda a los niños a desarrollar la mente y las destrezas motrices y sociales. Los siguientes son algunos consejos para ayudarle a lograr que sus niños jueguen.

**Limite la televisión.** Los niños pasan demasiado tiempo enfrente de la televisión y la computadora. Limitar el acceso a ellos les animará a participar en otras actividades. Si ellos necesitan o disfrutan de un ambiente bullicioso, encienda la radio. La música animará a sus niños a cantar, bailar, y usar sus imaginaciones.

**No se precipite.** Igual que los adultos, los niños necesitan tiempo para relajarse y para que sus imaginaciones comiencen a trabajar. Trate de dedicar tiempo para juegos sin estructura y no programados; durante este tiempo sus niños podrán decidir qué, cuándo, y cómo jugar.

**Deje que usen la creatividad.** Los niños no necesitan los últimos y mejores juguetes. Lo únicos que usted necesita son algunos suministros básicos tales como lápices de color, ropa para disfrazarse, libros, y pelotas. Mantenga en casa algunos materiales “abiertos”—cosas que los niños pueden usar para varios tipos de juegos, desde greda hasta sábanas viejas, bloques de madera, y cajas de cartón.

**No crea en las exageraciones publicitarias.** Muchos juguetes educacionales promueven beneficios que usted quizás nunca verá. Antes de gastar mucho dinero en juguetes educacionales o electrónicos, solicite algunas recomendaciones del maestro o

director de la escuela de su niño. Aunque aquel globo electrónico se vea bien y contenga muchas opciones, algunos rompecabezas o un equipo de artesanía podría servir más y estar de acuerdo a las necesidades de su niño. Deje que su niño participe en la discusión sobre la compra de juguetes. Usted querrá asegurarse de elegir juguetes con los cuales ellos jugarán de verdad.

**Déjelos que corran.** Aunque su niño participe en deportes organizados, dedique tiempo cada semana para que él o ella pueda correr y hacer ejercicio. Desde batear hasta columpiarse, las actividades físicas ayudan a los niños a crecer fuertes y gastar energía.



**Juego juegos.** Cuando los niños juegan, ellos aprenden lecciones sociales importantes. Los juegos en equipo les enseñan destrezas tales como trabajar juntos, maneras de resolver conflictos, y formar estrategias. Los juegos de tablero enseñan destrezas tales como la importancia de compartir, tomar turnos, y el arte de los compromisos. Jugar juegos también sirve para enseñarle a los niños a

ganar y perder de una forma delicada. Mientras que los padres y tutores pueden servir como “compañeros”, es más importante que los niños tengan intercambios con sus hermanos o compañeros de su edad.

**Espere que jueguen.** Los programas extraescolares y veraniegos pueden presentar excelentes oportunidades para que los niños jueguen—o puedan eliminar las oportunidades para jugar. Mientras investigue estos programas, pregunte cuánto tiempo tendrá su niño para jugar, mirar televisión, y jugar juegos en la computadora o videojuegos. Elija un programa que usted considere que dedique suficiente tiempo para que su niño juegue y utilice su imaginación.

Lo más importante es permitir que sus niños sean niños y que aprendan a través del juego.