



DOI: <https://doi.org/10.23857/dc.v9i1>

Ciencias Técnicas y Aplicadas

Artículo de Investigación

Actividades lúdicas para la expresión de las emociones en niños de 1 a 3 años

Playful activities for the expression of emotions in children from 1 to 3 years old"

Atividades lúdicas para a expressão das emoções em crianças de 1 a 3 anos

Cristhian Vargas Caicedo ¹
cvargas@itsjapon.edu.ec

Correspondencia: cvargas@itsjapon.edu.ec

***Recibido:** 29 de diciembre de 2022 ***Aceptado:** 12 de enero de 2023 * **Publicado:** 28 de febrero de 2023

- I. Ingeniero en ciencias gastronómicas con concentración en administración de empresas de alimentos y bebidas, universidad particular de especialidades Espíritu Santo, Ecuador.

Actividades lúdicas para explorar las emociones de los niños y niñas de 1 a 3 años de edad

Resumen

Los niños de 1 a 3 años están en una etapa crucial de desarrollo emocional, por lo que, durante este período, aprenden a reconocer y expresar sus emociones, así como a entender las emociones de los demás. Las actividades lúdicas pueden ser una forma divertida y efectiva de ayudar a los niños a explorar y comprender sus emociones. Una actividad lúdica que se puede hacer con niños de 1 a 3 años para explorar las emociones es el juego de "caras felices y tristes". Para este juego, simplemente se debe dibujar caras felices y tristes en tarjetas o papel y mostrarles a los niños las diferentes expresiones faciales y se puede pedir que imiten y hagan su propia cara feliz o triste y se puede preguntarles cómo se sienten cuando ven cada tipo de cara. Otra actividad es el "juego de las emociones". Para esto, se necesita una variedad de juguetes o muñecos que representen diferentes emociones, como la alegría, la tristeza, el miedo y la ira. Con lo descrito, se puede pedir a los niños que identifiquen qué emoción representa cada juguete y solicitar que expliquen por qué creen que el juguete se ve así.

Palabras claves: Actividades lúdicas; explorar emociones; niños; 1-3 años.

Abstract

Children from 1 to 3 years old are in a crucial stage of emotional development, so during this period, they learn to recognize and express their emotions, as well as to understand the emotions of others. Playful activities can be a fun and effective way to help children explore and understand their emotions. A playful activity that can be done with children from 1 to 3 years old to explore emotions is the "happy and sad faces" game. For this game, you simply draw happy and sad faces on cards or paper and show the children the different facial expressions and you can ask them to imitate and make their own happy or sad face and you can ask them how they feel when they see each type. face. Another activity is the "game of emotions". For this, you need a variety of toys or dolls that represent different emotions, such as joy, sadness, fear, and anger. With the above, children can be asked to identify which emotion each toy represents and asked to explain why they think the toy looks that way.

Keywords: Playful activities; explore emotions; children; 1-3 years.

Resumo

As crianças de 1 a 3 anos encontram-se numa fase crucial do desenvolvimento emocional, pelo que durante este período aprendem a reconhecer e a expressar as suas emoções, bem como a compreender as emoções dos outros. As atividades lúdicas podem ser uma maneira divertida e eficaz de ajudar as crianças a explorar e entender suas emoções. Uma atividade lúdica que pode ser feita com crianças de 1 a 3 anos para explorar as emoções é o jogo das “carinhas felizes e tristes”. Para este jogo, você simplesmente desenha rostos felizes e tristes em cartões ou papel e mostra às crianças as diferentes expressões faciais e pode pedir que imitem e façam suas próprias caras felizes ou tristes e você pode perguntar como eles se sentem quando veem cada um tipo. face. Outra atividade é o “jogo das emoções”. Para isso, você precisa de uma variedade de brinquedos ou bonecos que representem diferentes emoções, como alegria, tristeza, medo e raiva. Com o exposto acima, as crianças podem ser solicitadas a identificar qual emoção cada brinquedo representa e a explicar por que acham que o brinquedo é assim.

Palavras-chave: Atividades lúdicas; explorar emoções; crianças; 1-3 anos.

Introducción

Las actividades lúdicas son una herramienta importante en el desarrollo de los niños y jóvenes, ya que les permiten aprender de manera activa y creativa. Según varios estudios de investigación, las actividades lúdicas pueden mejorar el bienestar emocional, cognitivo y social de los niños, así como promover la creatividad y el pensamiento crítico. Las actividades lúdicas también pueden ser utilizadas en diferentes contextos educativos y adaptadas a las necesidades y habilidades individuales de los niños. Además, en la era digital, las actividades lúdicas digitales pueden ser una herramienta efectiva para complementar las actividades lúdicas tradicionales. En este trabajo, se revisarán estudios recientes sobre las actividades lúdicas y su impacto en el aprendizaje y desarrollo de habilidades en los niños y jóvenes.

Actividades lúdicas para explorar las emociones de los niños y niñas de 1 a 3 años de edad

Por lo descrito, (Gómez, Molano, & Ridríguez, 2015) describen que las actividades lúdicas son una forma efectiva y atractiva de enseñar a los niños y jóvenes habilidades importantes y promover su desarrollo cognitivo, emocional y social.

En cuanto al juego y las actividades lúdicas, (Aparicio & Pérez) certifican que estos procesos son esenciales para el desarrollo de los niños y jóvenes, ya que les permiten experimentar y explorar el mundo de una manera segura y atractiva.

Por otro lado, (Latorre, Sierra, & Lozano, 2021) aseveran que las actividades lúdicas pueden ser una herramienta efectiva para la inclusión de todos los niños en el aprendizaje y la socialización, al adaptarse a las necesidades y habilidades individuales de los niños.

En cuanto a la era digital, (Rodrigues & Alsina, 2023), manifiestan que las actividades lúdicas digitales pueden proporcionar una experiencia de aprendizaje atractiva y divertida para los niños, y complementar las actividades lúdicas tradicionales.

A su vez, para el desarrollo emocional se puede usar libros infantiles para ayudar a los niños a explorar las emociones. Leer historias que muestren personajes que experimentan diferentes emociones, y hablar con los niños sobre cómo se sienten los personajes y por qué. Se podría pedir que los actores del aprendizaje identifiquen las emociones en las ilustraciones y que describan lo que ven.

En síntesis, las actividades lúdicas pueden ser una forma efectiva y divertida de ayudar a los niños de 1 a 3 años a explorar y comprender sus emociones. Al involucrarlos en juegos y actividades interactivas, se les está ayudando a desarrollar habilidades emocionales importantes que les servirán a lo largo de su vida.

Metodología

Al iniciar esta investigación, se describe que es importante identificar las palabras claves relevantes para la búsqueda, como "actividades lúdicas", "explorar emociones", "niños", "1-3 años", y otras palabras relacionadas. Una vez identificadas las palabras claves, se realizó una búsqueda en línea utilizando el motor de búsqueda de Google, introduciendo las palabras claves relevantes, y se examinó los resultados de búsqueda. Se utilizó operadores booleanos (como "AND", "OR" y "NOT") para afinar los resultados de búsqueda, y hacerla más precisa.

Actividades lúdicas para explorar las emociones de los niños y niñas de 1 a 3 años de edad

Posteriormente, las bases de datos académicas utilizadas fueron Latindex, Scielo, Ebsco y Scopus, y en dichas bases de datos se buscó a través de palabras claves relevantes en la base de datos, y se examinó los resultados.

Finalmente, la búsqueda se hizo en revistas científicas indexadas y libros especializados. La búsqueda se basó en revistas y libros especializados en el tema, como publicaciones de psicología infantil o educación temprana. También se buscó en bibliotecas virtuales y catálogos en línea, utilizando los motores de búsqueda especializados en revistas y libros, como Google Scholar.

Discusión

Las actividades lúdicas son una herramienta importante en el desarrollo y aprendizaje de los niños, ya que les permiten explorar y experimentar de manera activa y creativa. Sin embargo, existen diversas opiniones y estudios sobre las ventajas y desventajas de las actividades lúdicas en los niños. Por lo que, se ha demostrado que las actividades lúdicas pueden mejorar el bienestar emocional, cognitivo y social de los niños, así como su rendimiento académico. Asimismo, algunas críticas han señalado que las actividades lúdicas pueden distraer a los niños de su aprendizaje y resultar en una pérdida de tiempo.

Razón por la cual, (Caballero, 2020), puntualiza que las actividades lúdicas pueden proporcionar un ambiente seguro y divertido para los niños, en el cual pueden aprender y desarrollar habilidades importantes de manera activa y participativa. En este sentido, el uso de las actividades lúdicas en el aula puede mejorar la motivación y el interés de los niños en el aprendizaje, así como su rendimiento académico (Velásquez, Monsalve, Meza, Toledo, & Illanes, 2022).

En este mismo orden de ideas, las actividades lúdicas pueden ser una forma efectiva de ayudar a los niños a desarrollar habilidades sociales y emocionales, como la empatía y la resolución de conflictos, (Rodríguez, 2021), aunque las actividades lúdicas pueden ser beneficiosas para el desarrollo de los niños, es importante asegurarse de que no se conviertan en una distracción para su aprendizaje y que se utilicen de manera efectiva (Pedraza, 2019).

Igualmente, en la era digital, se puede decir que ha transformado la forma en que los niños aprenden y se divierten, ya que el uso de tecnología en las actividades lúdicas ha abierto nuevas posibilidades para el aprendizaje interactivo y personalizado, y ha permitido el acceso a recursos educativos y juegos en línea en cualquier momento y lugar. Sin embargo, también ha surgido la preocupación de

Actividades lúdicas para explorar las emociones de los niños y niñas de 1 a 3 años de edad

que el uso excesivo de la tecnología pueda afectar negativamente el desarrollo cognitivo, emocional y social de los niños.

Por lo descrito, (Bocanegra & Saldaña, 2022) asevera que el uso de la tecnología en las actividades lúdicas puede ser una forma efectiva de motivar a los niños y mejorar su aprendizaje, siempre y cuando se utilice de manera adecuada y se integre con actividades físicas y sociales. También se podría expresar que el uso excesivo de la tecnología en las actividades lúdicas puede resultar en una pérdida de la creatividad y la imaginación de los niños, así como en un menor desarrollo de habilidades sociales y emocionales (Martínez, 2022).

De hecho, es importante que los padres y educadores sean conscientes de los riesgos y beneficios del uso de la tecnología en las actividades lúdicas, y que trabajen en conjunto para establecer límites y fomentar el uso responsable y equilibrado de la tecnología (Serrada Fonseca, 2007). En cuanto a las emociones, el autor de esta investigación afirma que son una parte fundamental del desarrollo infantil, y jugar puede ser una forma efectiva de explorar y expresarlas. En el caso de los niños y niñas de 1 a 3 años de edad, las actividades lúdicas pueden ser una herramienta útil para fomentar su desarrollo emocional y social. Igualmente, (Laban, 2020) certifica que las actividades lúdicas que involucran emociones pueden ayudar a los niños y niñas a desarrollar habilidades sociales y emocionales, como la empatía, la autorregulación y la resolución de conflictos. Es importante las actividades lúdicas para explorar las emociones, mismas que deberán ser adecuadas para la edad y el nivel de desarrollo de los niños y niñas, y que se les brinde un ambiente seguro y de apoyo para experimentar y expresar sus emociones (Carrión, 2020).

Las actividades lúdicas pueden ser una herramienta útil para fomentar el bienestar emocional de los niños y niñas, siempre y cuando se utilicen de manera equilibrada y se complementen con otras formas de interacción social y emocional (Anaya, 2021).

Conclusiones

Las actividades lúdicas son una herramienta efectiva para explorar las emociones de los niños de 1 a 3 años. Los niños a menudo aprenden mejor a través del juego y la exploración, y las actividades lúdicas pueden ser una forma efectiva y atractiva de enseñarles sobre sus emociones. Así pues, las actividades lúdicas pueden ser adaptadas a las necesidades y habilidades individuales de los niños, y es importante adaptar las actividades lúdicas para que se ajusten a la edad y nivel de desarrollo de los

Actividades lúdicas para explorar las emociones de los niños y niñas de 1 a 3 años de edad

niños, así como a sus intereses y habilidades individuales. Entre otros, los adultos pueden desempeñar un papel importante al guiar y facilitar las actividades lúdicas, por tal razón, los adultos pueden ayudar a los niños a entender las emociones y proporcionar una orientación y apoyo adecuados mientras juegan. En conclusión, las actividades lúdicas pueden ser una herramienta efectiva y atractiva para explorar las emociones de los niños de 1 a 3 años, ya que, al adaptar las actividades para satisfacer las necesidades y habilidades individuales de los niños, y al proporcionar una orientación y apoyo adecuados, los adultos pueden ayudar a los niños a desarrollar habilidades emocionales importantes que les serán útiles a lo largo de sus vidas.

Referencias

1. Anaya, N., & Murcia, L. (2021). Estrategias lúdico pedagógicas para fortalecer el desarrollo socio-afectivo de los niños y las niñas del nivel de transición del Instituto Pedagógico Pequeños Gigantes en Barrancabermeja.
2. Aparicio, Y., & Pérez, M. (s.f.). *Storytelling. La lectura de álbumes ilustrados en la enseñanza de la lengua inglesa*. Madrid: Ediciones Pirámide.
3. Bocanegra Fonseca, G y Saldaña Blanco, L. (2022). Propuesta de un sistema de inventario en MiPymes que tienen almacenamiento en bodegas. Universidad Santo Tomás.
4. Caballero, Y. (16 de Marzo de 2020). *Desarrollo del pensamiento computacional en Educación Infantil mediante escenarios de aprendizaje con retos de programación y robótica educativa*. Obtenido de <http://repositorio.grial.eu/handle/grial/1980>.
5. Carrión, A. L. A. (2020). El juego y su importancia cultural en el aprendizaje de los niños en educación inicial. *Journal of Science and Research: Revista Ciencia e Investigación*, 5(2), 132-149.
6. Gobiernos Educativos Laban, M. A. (2020). y Planeamiento: "La educación emocional: estrategia pedagógica para fortalecer vínculos en la convivencia escolar" (Bachelor's thesis).
7. Gómez, T., Molano, O., & Ridríguez, S. (2015). *La actividad lúdica como estrategia pedagógica para fortalecer el aprendizaje de los niños de la institución educativa Niño Jesús de Praga*. Obtenido de <https://repository.ut.edu.co/handle/001/1537>.

Actividades lúdicas para explorar las emociones de los niños y niñas de 1 a 3 años de edad

8. Latorre, C., Sierra, V., & Lozano, R. (2021). *El docente del siglo XXI: Enfoques y metodologías para la transformación educativa*. Prensas de la Universidad de Zaragoza. Obtenido de [https://books.google.com.ec/books?op=lookup&id=dsZAEAAAQBAJ&continue=https://books.google.com.ec/books%3Fid%3DdsZAEAAAQBAJ%26dq%3DPor%2Botro%2Blado,%2B\(de%2BCastro%2By%2BSim%25C3%25B5es,%2B2020\)%2Bafirman%2Bque%2Blas%2Bactividades%2B1%25C3%25BADicas%2Bpue](https://books.google.com.ec/books?op=lookup&id=dsZAEAAAQBAJ&continue=https://books.google.com.ec/books%3Fid%3DdsZAEAAAQBAJ%26dq%3DPor%2Botro%2Blado,%2B(de%2BCastro%2By%2BSim%25C3%25B5es,%2B2020)%2Bafirman%2Bque%2Blas%2Bactividades%2B1%25C3%25BADicas%2Bpue).
9. Martínez Pretel, E. D. (2022). Propuesta de mejora de la creatividad e imaginación mediante el lenguaje poético y artístico (Bachelor's thesis).
10. Rodrigues, J., & Alsina, Á. (2023). La educación steam y el aprendizaje lúdico en todos los niveles educativos. *Revista Praksis*, 188-212. Obtenido de <https://periodicos.feevale.br/seer/index.php/revistapraksis/article/view/3170/3126>.
11. Rodríguez Valladares, E. J. (2021). Taller de Improvisación Teatral para promover el liderazgo empático de los estudiantes del primer grado de educación secundaria de la IEP Benjamín Barton, ubicada en el distrito del Rímac.
12. Pedraza Guamán, G. (2019). Actividades Lúdicas Ecológicas para el desarrollo de una Conciencia Ambiental en la asignatura de Ciencias Naturales con los estudiantes de 8vo año de la Unidad Educativa "FRADELL" 2019-2020. Trabajo de titulación previo a la obtención del Título de Licenciado en Ciencias de la Educación. Mención Ciencias Naturales y del Ambiente, Biología y Química. Carrera de Ciencias Naturales y del Ambiente, Biología y Química. Quito: UCE. 128 p.
13. Serrada Fonseca, M. (2007). Integración de actividades lúdicas en la atención educativa del niño hospitalizado. *Educere*, 11(39), 639-646.
14. Velásquez, J., Monsalve, C., Meza, S., Toledo, J., & Illanes, L. (Agosto de 2022). Actividad Física y desarrollo de funciones cognitivas de niños y niñas de 4 a 5 años: revisión sistemática. *Revista Educación Física Chile* (274), 32. Obtenido de <http://revistas.umce.cl/index.php/refc/article/view/2428>.

Actividades lúdicas para explorar las emociones de los niños y niñas de 1 a 3 años de edad

©2023 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-
NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0)
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).|