

**Play is essential for healthy brain development.**



Through play, children learn to think, move, use language, solve problems, and get along with others.

Provide materials, time and space for your child to play at home every day. In child care or in preschool, at least one out of every three hours should be play. Children who spend more time playing in preschool do better in school later.

You will benefit by playing, too. When you play with children, they feel safe and loved. They be more willing to accept your guidance and less likely to challenge you with problem behaviors. For that reason, play is essential to family relationships, too!

**Jugar es esencial para el desarrollo saludable del cerebro.**



A través del juego, niños aprenden a pensar, moverse, usar lenguaje, resolver problemas y llevarse bien con otros.

Provea materiales, tiempo y espacio para su hijo para que juegue en el hogar todos los días. En la guardería o en el kinder, por lo menos una de cada tres horas al día deben de ser para jugar. Niños quienes pasan más tiempo jugando en kinder les va mejor en la escuela después.

Usted se beneficiará jugando, también. Cuando usted juega con niños, ellos se sienten seguros y amados. Ellos podrían ser más dispuestos a aceptar su orientación, y menos propensos a desafiarlo con conductas problemáticas. Por esa razón, jugar es esencial para las relaciones familiares, también.