

Cinco juegos para jugar con niños pequeños (18 meses)

¿Por qué es importante el juego para los bebés y los niños pequeños? Ayuda a desarrollar una estructura cerebral robusta, los cimientos de una buena salud para toda la vida y los componentes básicos de la resiliencia.

Las interacciones lúdicas con los adultos también ayudan a los niños pequeños a desarrollar **las funciones ejecutivas**. Con juegos de simulación, canciones y juegos de combinación, como los que se muestran a continuación, enséñeles a centrar la atención, usar la memoria operativa y practicar habilidades básicas de autocontrol.

Cuando juegue con un bebé, **¡siga la iniciativa del bebé!** Elija juegos en los que muestren interés y, siempre que sea posible, *permítales* decidir cuánto tiempo jugar y cuándo pasar a otra cosa.

1



¡Igual que tú!

A esta edad, los niños pequeños pueden comenzar a disfrutar de juegos de simulación. Pueden representar los comportamientos y las rutinas que observan en los adultos o los hermanos. ¡Juegue con ellos! Si un niño pequeño finge revolver la comida en un bol, diga: “¿Qué estás revolviendo? ¿Estás haciendo un pastel? ¡Huele delicioso! ¡Vamos a ponerlo en el horno!”. O, si simula alimentar a una muñeca, diga: “¡Estás cuidando tan bien al bebé! ¿Es hora de hacerlo eructar?”. Ayude a fomentar el juego de simulación; para esto, deles a los niños pequeños objetos seguros para usar, como una escoba, un trapo para limpiar, un cepillo para el cabello, ollas y sartenes, etc.

2



Hacer que las tareas del hogar sean divertidas

A los niños pequeños les encanta ayudar, y ahora es el momento de alentarlos haciendo que las tareas del hogar sean divertidas. Esta es una forma de dramatización. Actividades simples como barrer el piso, guardar juguetes o libros, o poner la ropa en el cesto de la ropa son excelentes para practicar nuevas habilidades. Haga que las tareas del hogar sean divertidas; para esto, escuche música, configure un cronómetro y aliéntelos a ir lo más rápido que puedan, o convierta una canasta de ropa sucia en un aro de baloncesto y arroje la ropa. Al principio, hagan las tareas del hogar juntos y dé instrucciones verbales y recordatorios para que el niño obtenga confianza. Con el tiempo, el niño puede hacer las tareas por su cuenta o junto a usted mientras usted se ocupa de otra cosa.

3



Juegos y canciones con los dedos

A los niños pequeños les encantan las canciones y los cánticos que implican mover las manos, especialmente cuando el ritmo varía o hay una parte sorpresa. Si practican, pueden copiar movimientos y recordar secuencias. Los juegos con los dedos y las canciones con movimiento se pueden encontrar en muchos idiomas y culturas. “*Open, Shut Them*”, “*Head, Shoulders, Knees, and Toes*” y “*The Wheels on the Bus*” son algunos de los más populares en inglés. Puede encontrar muchos ejemplos de canciones con movimientos en YouTube.

4



Juego de memoria

Busque tres vasos y tres objetos pequeños que pueda esconder debajo, como un auto de juguete, una pelota pequeña o una figura de animal. Muestre al niño cada juguete, diga su nombre (“Esto es un auto”) y déjelo ver que lo esconde debajo de uno de los vasos. Luego pregunte, “¿Dónde está el auto?” y aliéntelo a levantar el vaso debajo del cual cree que está el objeto. Si acertó, felicítelo y pídale que encuentre el siguiente objeto. Si no acertó, aliéntelo a buscar debajo de otro vaso. Varíe el juego agregando más (o menos) vasos y objetos o moviendo los vasos *después* de esconder los objetos.

5



Juegos para combinar y clasificar

Los niños pequeños están comenzando a comprender cómo combinar y clasificar objetos que se parecen en color o forma. Los juguetes clasificadores listos para usar son muy útiles, pero usted también puede elaborar sus propios juegos. Coloque trozos de papel de diferentes colores en el piso, dele al niño algunos objetos de colores y pídale que coloque los objetos sobre el trozo de papel con el mismo color. Otra opción es darle al niño un grupo pequeño de objetos similares, como animales de juguete, excepto dos, por ejemplo, personas de juguete. Vea si el niño puede agrupar los objetos similares. Incorpore la clasificación para que ordenar también sea divertido: “¡Vamos a guardar todos los bloques!”



Para ver más ideas de juegos para ejercitar la mente para niños de todas las edades, visite:

<https://developingchild.harvard.edu/brainbuildingthroughplay>