

Seis juegos para jugar con bebés (6 meses)

¿Por qué es importante el juego para los bebés? 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 bebés a desarrollar **las funciones ejecutivas**. Con juegos para esconderse, jugar con los dedos y conversar, como los que se muestran a continuación, enséñeles a enfocar 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



Jugar al escondite

A los bebés les encantan los juegos de escondite. Este tipo de juego desafía a los bebés a recordar quién se esconde y los ayuda a practicar habilidades básicas de autocontrol. Para variar el juego, puede hacer que el bebé espere a que muestre su cara o dejar que el bebé maneje el ritmo del juego.

2



“Trot Trot to Boston”

Ponga al bebé de rodillas, frente a usted. Mientras canta, haga rebotar al bebé suavemente. Puede jugar con las palabras y decirlas de manera muy rápida o muy lenta: “Trot trot to Boston, Trot trot to Lynn. Watch out little [nombre del bebé] or you might fall in!”

3



“Pat-a-Cake”

Cante “Pat-a-cake, pat-a-cake, baker’s man. Bake me a cake as fast as you can! Roll it, and pat it, and mark it with a [primer nombre del bebé], then put it in the oven for the baby and me!” Aplauda, mueva y acaricie suavemente las manos del bebé mientras canta. Aumente la velocidad a medida que repite la canción.

4



Juegos para esconderse

Esconda un juguete debajo de un paño, una taza o una caja y aliente al bebé a buscarlo. Una vez que puedan encontrarlo rápidamente, escóndalo, muéstrela al bebé que lo movió y alíentelo a que lo encuentre de nuevo.

Cuando el bebé encuentre el objeto, muéstrela emocionado y diga: “¡Lo encontraste!”. Repita el juego siempre que el bebé parezca interesado. Si el bebé deja de prestar atención o se queja, trate de descifrar qué le dice su estado de ánimo o qué es lo que le interesa hacer a continuación. El juego puede cambiar.

5



Juegos para conversar

Los bebés de 6 meses comienzan a hacer sonidos como “ga”, “ma”, y “ba”. Siéntese con el bebé boca arriba en su regazo y haga sonidos graciosos. Haga una pausa y espere a ver si el bebé “responde”. Cuando balbucee, chille o haga una mueca tonta, haga los mismos sonidos y mire hacia atrás.

Cuéntele al bebé una historia que sea significativa para usted. Puede contarles sobre el día en que nacieron o un evento importante de su vida. Durante el proceso, deténgase y hágale preguntas. Aunque no obtendrá respuestas “reales”, el bebé agregará sus propios detalles de color.

6



Juegos con los dedos

A los bebés les encantan las canciones y los cantos con simples movimientos de las manos. Si practican, pueden aprender a copiar movimientos y recordar secuencias. Algunos ejemplos en inglés son *Eensy Weensy Spider* y *Where is Thumbkin?* Muchos otros juegos con los dedos se pueden encontrar en diferentes idiomas y culturas.



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

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