

10 Juegos para hacer con tu bebé de menos de 1 año

Estimular a tu hijo durante los primeros meses es una tarea que, además de resultar muy gratificante, puede convertirse en un **divertido juego**. Te enseñamos una serie de actividades para hacer con él hasta que cumpla su primer añito. De esta forma le ayudarás a explorar el entorno, pasaréis momentos únicos en familia y crearéis vínculos entre vosotros.

Estos juegos para bebés de 1 año son muy sencillos. Muchos de ellos se basan **en la imitación, uno de los modos más efectivos que tienen de aprender**. Cuando hagas estas actividades tienes que tener en cuenta que, al ser tan pequeño, tendrá periodos de atención muy cortos por lo que hay que trabajar sus sentidos de diferentes maneras.

1. Canciones, cuentos e historias

Aunque te parezca muy pequeño para esta actividad, a él le encanta escuchar tu voz. **Narra historias o cuéntale cuentos** utilizando diferentes voces para los personajes y exagerando tu tono. Así mejorará el desarrollo de su lenguaje y seguirá con atención todo lo que dices. Las canciones también les encantan, les relajan y estimulan su sentido de la audición.

2. Muecas

Más de una vez habrás notado cómo reaccionan los niños cuando alguien les hace alguna mueca graciosa. Trabaja esta posibilidad y verás que enseguida **tratan de imitar los gestos** y, a medida que vaya creciendo, los ruidos que realizas. Un divertido juego de imitación con el que los más pequeños, de hasta 6 meses, potenciarán su lenguaje.

3. Juegos de agua

Llena la bañera y enséñale a que **chapotee y descubra lo divertido que es salpicar**. A medida que crezca también puedes hacer algunos juegos de agua en los que apreciará la diferencia de temperatura entre el elemento líquido y el hielo o descubrirá cómo se comporta dentro de otro recipiente, como un globo de plástico.

4. Tira la torre

Seguro más de una vez te has preguntado por qué los niños se divierten tirando torres de piezas al suelo. Aunque pueda parecer extraño, es una actividad que debes promocionar

porque, de este modo, desarrollan su **psicomotricidad y aprenden a controlar su cuerpo**. Además, poco a poco descubrirán la relación causa-efecto.

5. Reflejos

Un objeto cotidiano que les encanta son los espejos. Les sorprenden ver las imágenes, por lo que intentarán alcanzarlas hasta que descubran que, en realidad, no es una segunda persona sino el reflejo de la primera. Juega a **esconderte y dejar ver tu imagen en el espejo**. A los niños les fascina ver cómo apareces y desapareces. Haz el mismo ejercicio con alguno de sus peluches favoritos para **favorecer su desarrollo visual y emocional**.

6. Juegos con sombras

Otro motivo con el que incitarlos entre los 0 y 6 meses, son las sombras. Para ellos casi se trata de un elemento mágico que **tiene movimiento propio**. Prueba hacer algunas figuras sencillas con las manos en una especie de teatro de sombras con el que se quedará sorprendido.

7. Pompas

No hay nada más fácil de hacer y que les guste más que las pompas de jabón. Con estos juegos para bebés de 1 año solo tienes que **lanzar burbujas al aire**. Haz que caigan cerca de su cara y manos para que trate de cazarlas al vuelo. De este modo tan sencillo fomentas su psicomotricidad, el sentido de la vista y la atención.

8. Bebé bailarín

La música calma a los bebés y con el balanceo **mejoran su equilibrio y coordinación**. Tómallo en brazos y baila con él moviendo sus extremidades al ritmo. Además se trabaja el oído y el lenguaje ya que, poco a poco, tratará de imitar los sonidos.

9. Sigue el sonido

Seguimos con el oído mediante un juego muy fácil con el que también **descubrirás la capacidad auditiva de tu pequeño**. Coloca cerca de él, pero sin que esté a su vista, un objeto que haga ruido. Puedes utilizar un patito de goma que suene, una radio o un despertador. También puedes moverlo en diferentes direcciones para conseguir que siga la trayectoria del ruido.

10. Seguimiento

Los móviles que cuelgan de su cuna o los objetos blandos y suaves pueden convertirse en un buen juego de estimulación. Mueve el elemento que hayas elegido a cierta distancia de su cara para que trate de seguirlo con su mirada. En los primeros meses **prueba a utilizar imágenes de colores**, que contrasten entre sí, para trabajar la capacidad visual.