Jocs per al desenvolupament del bebé de 0 a 18 mesos

written by Magda Camps | 3 de September de 2023



La Universitat de Harvard amb el suport de la Fundació LEGO ha publicat una guia amb suggeriments de jocs i activitats lúdiques en funció de l'edat. Una ajuda clau en este període en què comença el curs escolar i en què mantenim reunions d'inici de curs amb famílies per a orientar les claus que ajudaran al desenvolupament saludable dels seus fills i filles.

Com ja hem vist en articles anteriors, el joc exerceix un paper important en la vida de les xiquetes i xiquets. Des de menuts els ajuda a desenvolupar una arquitectura cerebral sòlida, les bases de la bona salut per a tota la vida i els elements bàsics per a la resiliència. I és també a través del joc i les activitats lúdiques com els xiquets practiquen i enforteixen les habilitats executives que els seran útils durant tota la vida. Per què el joc és important per als bebés? Les interaccions lúdiques amb els adults ajuden els xiquets i xiquetes a centrar la seua atenció, utilitzar la memòria de treball i exercir l'autoconcepte bàsic.

Les activitats que proposa la guia estan dissenyades perquè els adults participen amb els més menuts, mentre que les adreçades als xiquets i xiquetes més grans fomenten la seua independència, passant a jugar amb els seus amics i

amigues. La guia presenta diversitat de jocs i activitats des dels 6 mesos fins als 17 anys. En este article presentem alguns jocs fins als 18 mesos.

Als bebés de 6 mesos és important seguir-los el ritme, que juguem a jocs pels quals mostren interés i que els deixem a ells i elles que decidisquen quan passar a una altra activitat. Exemples: ¡*cucú–tras*!, al pas… al trot… al galop!, palmells…

- Els **jocs de conversa** són importants; es refereixen a l'emissió de sons als quals el bebé contesta amb un balboteig, xisclet o ganyota. És molt important contestar fent els mateixos sons o ganyotes.
- També li podem explicar una història significativa: pots **narrar-li** com va ser el dia del seu naixement o explicar-li un esdeveniment important de la teua vida. És important parar i fer alguna pregunta, encara que no s'obtinga resposta real. Segur que el bebé afegeix algunes pinzellades de color al teu relat.

Per als bebés de 9 mesos destaquen els jocs amb moviments que es repeteixen, en què aprenen a recordar el joc i anticipar l'emoció dels moviments (que pugen i baixen, que fan saltets, pessigolles…)

- Podem captar l'atenció del bebé **amagant objectes** a diferents llocs i mostrar molt d'entusiasme quan els trobe.
- Els **jocs d'imitació** són claus: l'adult fa gestos senzills (ganyotes, ficar alguna cosa dins d'un recipient, cotxes de fila, pila de blocs…) davant del bebé perquè l'imite, per torns. I també al contrari: quan el bebè fa algun gest, l'adult l'imita.
- Podem aprofitar quan anem al supermercat, per a **assenyalar i comentar** els diferents aliments, vore

què li crida l'atenció i parlar-ne. Si el nadó imita algun so en resposta, escolta'l atentament i continua la conversa. Encara que no conteste amb paraules, desenvolupa les seues habilitats del llenguatge escoltant l'adult.

Als 12 mesos pots convidar el bebé a copiar les teues accions quan jugueu junts, acompanyar-lo en la seua exploració posant-te al seu nivell, animant-lo a que faça exploracions per terra.

- En esta edat també comencen a entendre el concepte de **joc imaginari**. Per exemple, que li truquen per telèfon i s'ha de posar amb un objecte senzill o amb la mà.
- També els encanta posar **objectes dins d'un recipient** i després bolcar-lo per buidar-lo, una vegada i una altra.
- Gaudeixen **amagant-se** i escoltant com els busques en veu alta mentre fan un seguiment mental d'on estàs.

Als 18 mesos comencen a gaudir del joc d'imitació de comportaments o rutines que fan els adults o els germans. Podem proporcionar-los objectes segurs que poden utilitzar: granera, raspall dels cabells, olles, paelles, cotxes…

- Hem de fer que les **feines de casa** siguen divertides; als xiquets menuts els encanta ajudar, és el moment de fer-ho amb tasques: posar la roba a la cistella, recollir les joguines… Podem començar fent-les juntes, donant-li instruccions verbals i recordatoris perquè vaja adquirint confiança. I per a fer-les més divertides podem posar música, un temporitzador i animar-los a fer-ho el més ràpid possible.
- Els xiquets menuts adoren les **cançons amb gestos** de les mans, especialment quan el ritme varia o hi ha alguna sorpresa a la cançó. Amb pràctica copien els

moviments i recorden les seqüències.

- Els **jocs de memòria** són molt recomanables, amagant diversos objectes que li demanes que trobe, permetent-li que veja com els amagues.
- Els xiquets menuts comencen a comprendre com s'associen i classifiquen els objectes que tenen **colors o formes** iguals. Hi ha jocs específics per a fer-ho, però també podem crear els nostres propis jocs. Podem divertir-nos recollint primers els blocs vermells… després els grocs…

Són jocs senzills que aconseguiran fer gaudir les famílies alhora que milloraran el desenvolupament dels més petits.

[Imatge: Freepik]