



Desarrollo Mental 1: Síganme

Preparación

Pida a los niños que se paren dejando suficiente espacio para moverse.

Reglas

- La regla 1 es observar qué hago yo.
- La regla 2 es hacer lo mismo que hago yo.

Pasos

1. Colóquese frente a los niños.
2. Haga un movimiento.
3. Espere a que todos los niños hagan el mismo movimiento.
4. Repita los pasos 2 y 3 con un movimiento diferente (vea más abajo sugerencias de movimientos).

Consejos

- Juegue durante solo unos minutos cada vez.
- Juegue por lo menos dos veces al día.
- Añada movimientos más complejos a medida que los niños se acostumbran al juego.
- Use el juego para atraer la atención de los niños a la hora de hacer transiciones entre actividades.
- Añada elementos como cintas, maracas o palillos rítmicos.

Movimientos sugeridos

Sencillos

Tocar una parte del cuerpo con las dos manos
Pararse estirado
Agacharse encogido
Hacer el cuerpo más ancho
Hacer el cuerpo más pequeño
Aplaudir
Dar una vuelta
Doblar las rodillas
Golpear el piso con los pies

Complejos

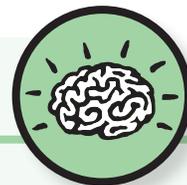
Tocar con cada mano una parte diferente del cuerpo
Trazar círculos grandes/pequeños con los brazos/pies.
Trazar ochos en el aire con los brazos/pies
Balancear los brazos de manera alternativa
Caminar sin moverse del sitio
Caminar en puntas de pie
Tocar con la mano derecha una parte izquierda del cuerpo
y viceversa
Mantener el equilibrio sobre un solo pie

Aumentar el reto

Atención (A), Memoria operativa (MO), Control inhibitorio (CI)

- Use movimientos complejos. (A)
- Repita el mismo movimiento un determinado número de veces. Pida a los niños que hagan lo mismo. (A, MO)
- Haga dos o más movimientos seguidos. Pida a los niños que hagan lo mismo. (A, MO)
- Use una indicación verbal con un movimiento o en vez del mismo. (A, MO)
- Pida a los niños que no se muevan hasta que usted no se lo indique verbalmente. (A, MO, CI)

Desarrollo Mental 2: ¿Por Dónde?



Preparación

El símbolo que necesitará para jugar este juego está en la página siguiente. Fotocópielo antes de jugar.

Pida a los niños que se paren dejando suficiente espacio para moverse.

Reglas

- **La regla 1 es observar hacia dónde señalan mis brazos.**
- **La regla 2 es señalar con sus brazos en la misma dirección.**

Pasos

1. Colóquese frente a los niños.
2. Estire los dos brazos señalando en la misma dirección (hacia arriba, abajo, izquierda o derecha).
3. Espere a que los niños señalen con sus brazos en la misma dirección.
4. Repita los pasos 2 y 3 con direcciones diferentes.

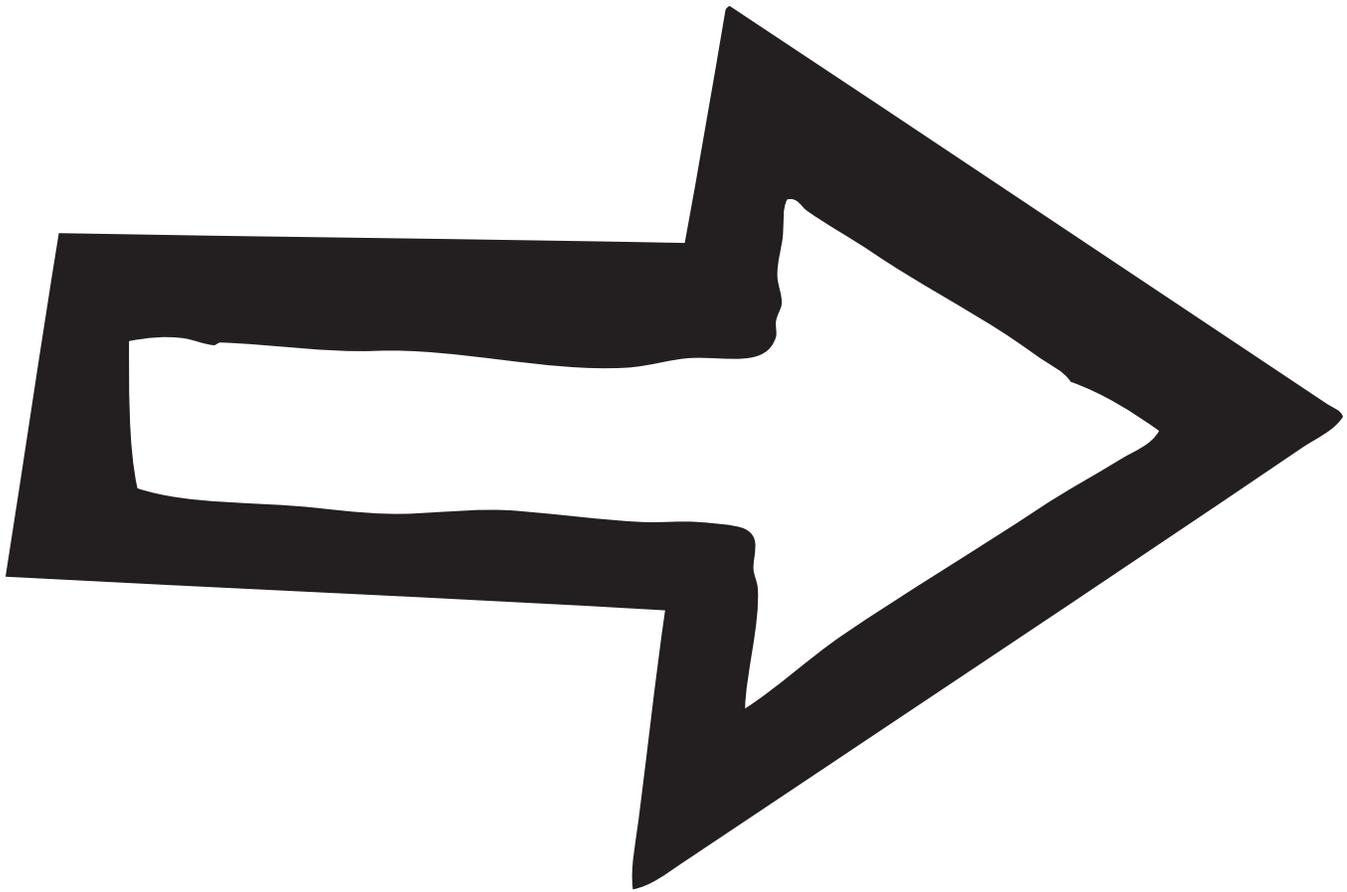
Consejos

- Juegue durante solo unos minutos cada vez.
- Juegue por lo menos dos veces al día.
- Aumente la dificultad a medida que los niños se acostumbran al juego.
- Use el juego para atraer la atención de los niños a la hora de hacer transiciones entre actividades.

Aumentar el reto

Atención (A), Memoria operativa (MO), Control inhibitorio (CI)

- Repita la misma dirección un determinado número de veces. Pida a los niños que hagan lo mismo. (A, MO)
- Indique dos o más direcciones seguidas. Pida a los niños que hagan lo mismo. (A, MO)
- Mueva los brazos en direcciones opuestas. Pida a los niños que hagan lo mismo. (A, MO)
- Use una indicación verbal con un movimiento o en vez del mismo. Diga: **Arriba/Abajo** o **Por aquí/Por allá**. (A, MO)
- Use un símbolo (vea la flecha en la página siguiente) para indicar la dirección. (A, MO)
- Use un símbolo (vea la flecha en la página siguiente) y una indicación verbal. (A, MO)
- Pida a los niños que no se muevan hasta que no vean el símbolo y/o no oigan su indicación verbal. (A, MO, CI)
- Señale con sus brazos hacia una persona o un objeto específico (por ejemplo, una mesa, el reloj o la puerta). Luego pida a los niños que nombren la persona o el objeto y que hagan la acción. (A, MO, CI)
- Pida a un niño que diga en qué dirección quiere que señalen sus brazos. Haga la acción. Pida al resto de los niños que hagan la acción. (A, MO, CI)



Desarrollo Mental 3: Para y Empieza



Preparación

El símbolo que necesitará para jugar este juego está en la página siguiente. Fotocópielo antes de jugar.

Pida a los niños que se paren dejando suficiente espacio para moverse.

Reglas

- La regla 1 es que cuando yo digo “Empieza”, ustedes se mueven en su espacio.
- La regla 2 es que cuando yo digo “Para”, ustedes me muestran la postura de parados.

Pasos

1. Demuestre cómo es la postura de parados (vea más abajo sugerencias para la postura).
2. Diga: **Empieza**. Los niños se mueven en su espacio correspondiente.
3. Diga: **Para** y muestre la postura de parados. Espere a que todos los niños muestren la misma postura.
4. Repita los pasos 2 y 3.

Consejos

- Juegue durante solo unos minutos cada vez.
- Juegue por lo menos dos veces al día.
- Use la misma postura de parados a lo largo de todo el día o durante toda la semana.
- Aumente la dificultad a medida que los niños se acostumbran al juego.

Use el juego para hacer transiciones entre las actividades. Diga: **Para** para atraer la atención de los niños. Luego diga: **Empieza** _____ (a limpiar, a hacer la fila para el recreo, a moverse para ir a un lugar diferente).

Posturas de parados sugeridas

Sencillas

Tocar una parte del cuerpo con las dos manos
Pararse derecho
Agacharse encogido
Hacer el cuerpo más ancho
Hacer el cuerpo más pequeño

Complejas

Tocar con cada mano una parte diferente del cuerpo
Tocar con la mano derecha una parte izquierda del cuerpo y viceversa
Hacer formas con las manos/los brazos
Hacer letras con todo el cuerpo
Mantener el equilibrio sobre un solo pie

Aumentar el reto

Atención (A), Memoria operativa (MO), Control inhibitorio (CI)

- Añada una acción a la instrucción de “empieza”: **Empieza** _____ (a caminar, saltar, gatear, estirarte). (A, MO)
- Proponga diferentes formas de locomoción (tren, avión), animales (pájaro, perro), etc., para la acción de empieza. Pida a los niños que propongan posturas de parados para cada diferente acción de empieza. (A, MO)
- Demuestre una secuencia de dos o más acciones para la postura de parados. (A, MO)
- Diga: **Para**, sin mostrar la postura de parados. (A, MO)
- Use un símbolo (vea la señal de pare en la página siguiente) con la instrucción verbal o en lugar de ella. (A, MO)
- Aumente el tiempo que los niños permanecen parados. (A, CI)



Desarrollo Mental 4: Aplauda y Abajo, Chasquea y Arriba



Preparación

Los símbolos que necesitará para jugar este juego están en las páginas siguientes. Fotocópielos antes de jugar.

Pida a los niños que se paren dejando suficiente espacio para moverse.

Reglas

- **La regla 1 es que cuando me oyen aplaudir, ustedes se sientan.**
- **La regla 2 es que cuando me oyen chasquear los dedos, saltan hacia arriba.**

Pasos

1. Colóquese frente a los niños.
2. Aplauda o chasquee los dedos.
3. Los niños responden haciendo la acción correspondiente. Cuando usted aplaude, se sientan; cuando chasquea los dedos, saltan hacia arriba. Espere a que todos los niños terminen la acción.
4. Repita los pasos 2 y 3.

Consejos

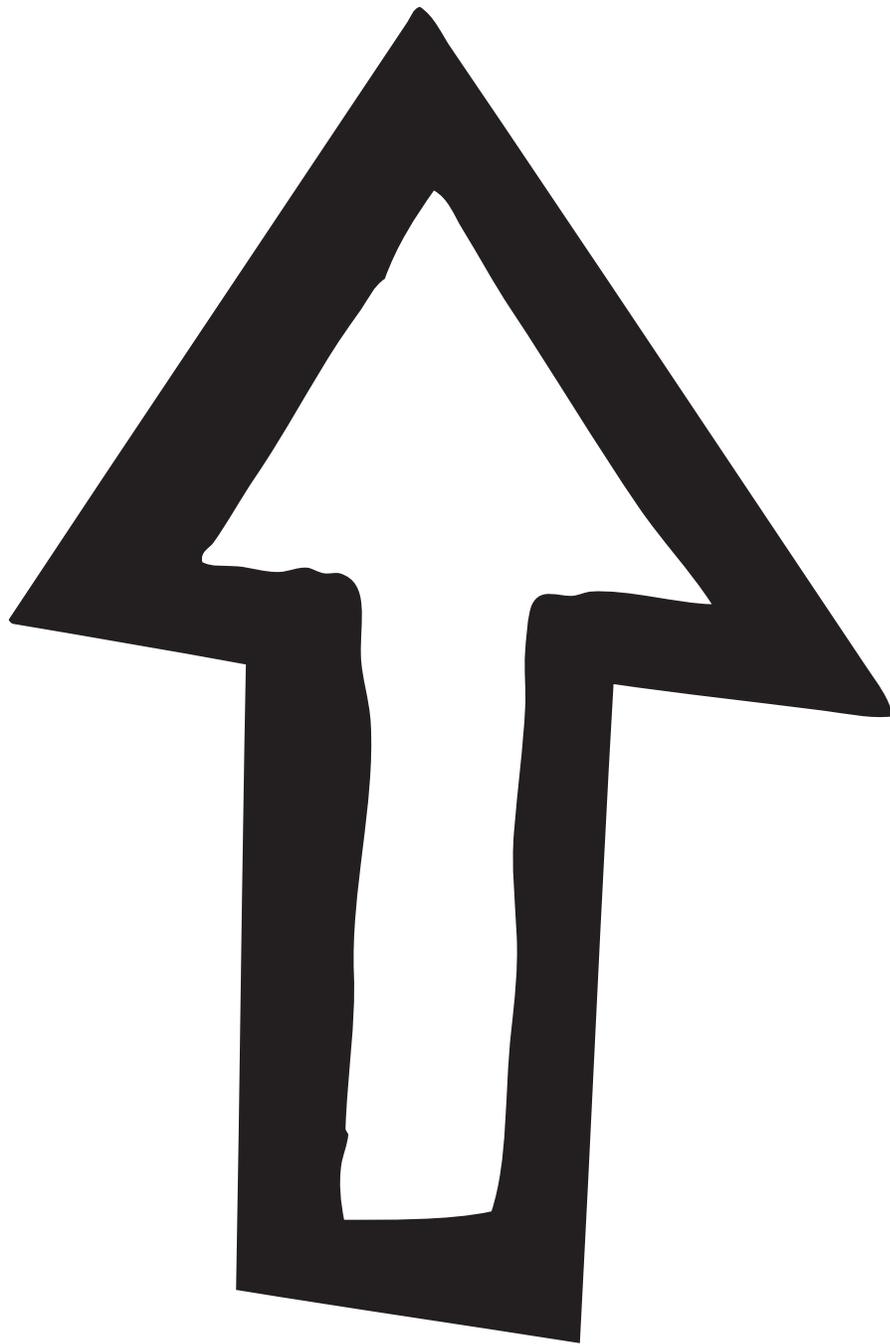
- Juegue durante solo unos minutos cada vez.
- Juegue por lo menos dos veces al día.
- Aumente la dificultad a medida que los niños se acostumbran al juego.
- Use el juego para atraer la atención de los niños a la hora de hacer transiciones entre actividades.

Aumentar el reto

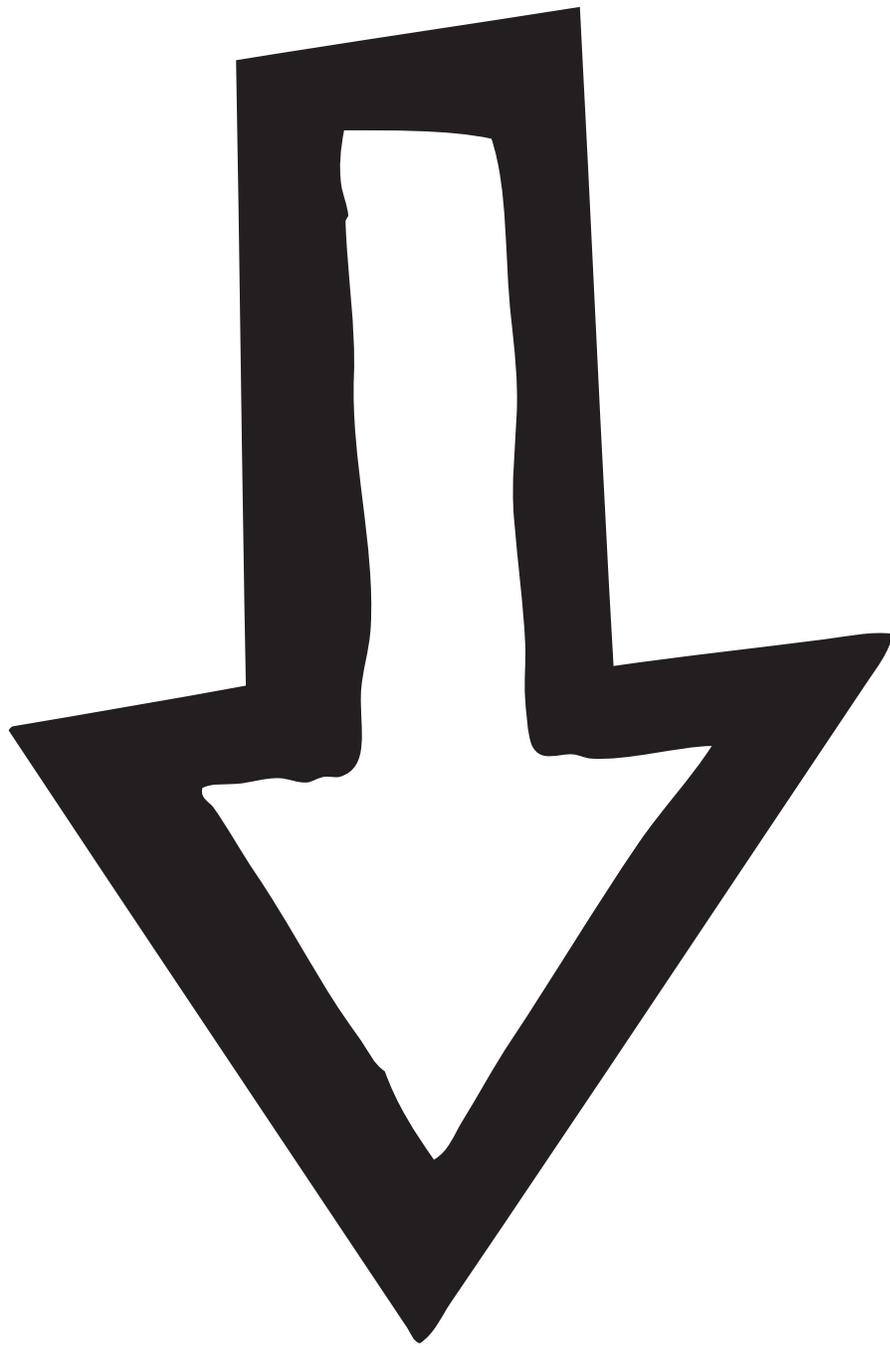
Atención (A), Memoria operativa (MO), Control inhibitorio (CI)

- Diga: **¡Aplauda y abajo!** o **¡Chasquea y arriba!** Los niños responden haciendo la acción correspondiente. (A, MO)
- Diga: **¡Aplauda!** **¡Chasquea!** Los niños responden haciendo la acción correspondiente. (A, MO)
- Diga: **¡Aplauda** (pausa) **abajo!** o **¡Chasquea** (pausa) **arriba!** Los niños esperan hasta que oyen “abajo” o “arriba” antes de hacer la acción. (A, MO, CI)
- Diga: **¡Aplauda!** o **¡Chasquea!** Los niños dicen “abajo” o “arriba” y luego hacen la acción correspondiente. (A, MO, CI)
- Aplauda o chasquee los dedos. Los niños dicen “¡Aplauda abajo!” o “¡Chasquea arriba!”. Luego hacen la acción. (A, MO, CI)
- Muestre los dos símbolos (vea las manos aplaudiendo, los dedos chasqueando y las flechas hacia arriba y hacia abajo en las páginas siguientes). Los niños dicen “¡Aplauda y abajo!” o “¡Chasquea y arriba!” y luego hacen la acción. (A, MO, CI)
- Diga: **¡Aplauda y abajo!** o **¡Chasquea y arriba!** Los estudiantes hacen la acción contraria. (A, MO, CI)
- Muestre los dos símbolos (vea las manos aplaudiendo, los dedos chasqueando y las flechas arriba y abajo en las páginas siguientes). Los niños dicen los símbolos y hacen la acción contraria. (A, MO, CI)











Desarrollo Mental 5: ¡Eco, Eco!

Preparación

Pida a los niños que se sienten.

Reglas

- **La regla 1 es escuchar la palabra que yo digo.**
- **La regla 2 es pararse y decir la misma palabra.**

Pasos

1. Colóquese frente a los niños.
2. Diga una palabra (como escuchar, enfocarse, atención, conversación, feliz, triste, enojado, etc.).
3. Los niños se paran y repiten la palabra.
4. Pida a los niños que se sienten de nuevo.
5. Repita los pasos 2, 3 y 4 con palabras diferentes.

Consejos

- Juegue durante solo unos minutos cada vez.
- Juegue por lo menos dos veces al día.
- Aumente la dificultad a medida que los niños se acostumbran al juego.
- Use el juego para atraer la atención de los niños a la hora de hacer transiciones entre actividades.

Aumentar el reto

Atención (A), Memoria operativa (MO), Control inhibitorio (CI)

- Diga dos (o tres o más) palabras. Los niños se paran y repiten las palabras. (A, MO, CI)
- Enseñe a los niños acciones específicas para algunas palabras (por ejemplo, escuchar significa pararse, atención significa saltar, hablar consigo mismo significa agacharse, feliz significa dar una vuelta, triste significa tocarse los hombros, etc.). Los niños hacen la acción cuando oyen la palabra. (A, MO, CI)
- Pida a los niños que repitan la palabra y que digan la acción antes de hacerla. (A, MO, CI)
- Proponga acciones más complejas (por ejemplo, pararse y aplaudir). (A, MO, CI)
- Divida a los niños en dos (o más) grupos. Asigne a cada grupo un par diferente de palabra-acción. Los niños responden solo si oyen su par de palabra-acción. (A, MO, CI)

Desarrollo Mental 6: Objetos Perdidos



Preparación

Reúna unos pocos objetos que hagan ruido, como una pelota, instrumentos musicales o juguetes que hagan sonidos.

Pida a los niños que se paren dejando suficiente espacio para moverse y que cierren los ojos.

Reglas

- **La regla 1 es recordar que objeto digo que se perdió.**
- **La regla 2 es escuchar para encontrar el sonido en el salón.**
- **La regla 3 es señalar hacia donde oyeron el ruido.**

Pasos

1. Colóquese frente a los niños. Asegúrese de que todos los niños tienen los ojos cerrados.
2. Dígalos que objeto se perdió y demuestre el sonido que hace: **Se perdió la campana.**
Toque la campana.
3. Vaya a un lugar diferente del salón.
4. Tras unos momentos, haga sonar el objeto perdido de nuevo.
5. Pida a los niños que señalen hacia donde oyeron el ruido.
6. Pida a los niños que abran los ojos. Diga: **¡Encontraron la campana!**
7. Repita los pasos con objetos diferentes.

Consejos

- Juegue durante solo unos minutos cada vez.
- Juegue por lo menos dos veces al día.
- Aumente la dificultad a medida que los niños se acostumbran al juego.
- Use el juego para atraer la atención de los niños a la hora de hacer transiciones entre actividades.

Aumentar el reto

Atención (A), Memoria operativa (MO), Control inhibitorio (CI)

- Cambie el timbre, volumen o tono de su voz. (A)
- Haga que una persona sea el “objeto perdido”. (A, MO)
- Haga otros sonidos que distraigan a los niños de lo que están esperando escuchar. (A, MO)
- Para el paso 2, haga el sonido y pida a los niños que adivinen cuál es el objeto. Haga los pasos 3 a 6 con ese objeto. (A, MO)
- Presente dos (o tres o más) objetos para el paso 2. Haga los pasos 3 a 6 con cada objeto al azar. Pida a los niños que averigüen cuál objeto encontraron basándose en su sonido antes de abrir los ojos. (A, MO)
- Presente un objeto para el paso 2. Muévase a diferentes puntos del salón y haga sonidos con diferentes objetos que presentó en otras rondas del juego. Los niños esperan a señalar de dónde viene el sonido hasta que oigan el objeto del paso 2. (A, MO, CI)



Desarrollo Mental 7: Cambia la Forma

Preparación

Pida a los niños que se paren dejando suficiente espacio para moverse.

Reglas

- La regla 1 es mirar la forma que hace mi cuerpo.
- La regla 2 es que cuando yo digo “¡Cambia la forma!”, ustedes hacen la misma forma que yo.
- La regla 3 es permanecer completamente quietos hasta que yo muestre una forma nueva.

Pasos

1. Colóquese frente a los niños.
2. Haga una forma con su cuerpo (por ejemplo, una forma estrecha, una forma ancha, una forma alta, una forma pequeña, etc.).
3. Diga: **¡Cambia la forma!** Los niños hacen la misma forma y permanecen quietos.
4. Repita los pasos 1 y 2 con formas diferentes.

Consejos

- Juegue durante solo unos minutos cada vez.
- Juegue por lo menos dos veces al día.
- Pida a los niños que se turnen para dirigir el juego.
- Aumente la dificultad a medida que los niños se acostumbran al juego.
- Use el juego para atraer la atención de los niños a la hora de hacer transiciones entre actividades.

Aumentar el reto

Atención (A), Memoria operativa (MO), Control inhibitorio (CI)

- Muestre a los niños una secuencia de dos (o más) formas del cuerpo. Pídales que se queden quietos manteniendo la última forma. (A, MO, CI)
- Añada una regla nueva: Los niños deben cambiar las formas de la secuencia solo si usted dice antes “¡Cambia la forma!”. (A, MO, CI)
- Añada efectos de sonidos para acompañar los cambios de una forma del cuerpo a la siguiente (por ejemplo, empiece con una forma pequeña, diga: **¡Pop!** y cambie a una forma alta y ancha). (A, MO, CI)

Desarrollo Mental 8: Nadar o Hundirse



Preparación

Pida a los niños que se paren en línea a lo largo de un lado de un espacio grande (un espacio abierto en el exterior será apropiados). Diga: **Ustedes están en la orilla de un río. El objetivo del juego es que todos naden hasta la otra orilla, aquí, donde yo estoy.** Demuestre cómo hacer el movimiento de natación. Diga a los niños que escuchen las reglas.

Reglas

- **La regla 1 es que cuando yo digo “¡Naden!”, ustedes nadan a través del río.**
- **La regla 2 es que cuando yo digo “¡Húndanse!”, ustedes se hunden hasta el fondo del río.**
- **La regla 3 es quedarse quietos en el fondo del río hasta que me oigan decir de nuevo “¡Naden!”.**

Pasos

1. Permanezca en pie en la otra orilla del río.
2. Diga: **¡Naden!** Los niños empiezan a nadar hacia usted.
3. Después de unos segundos, diga: **¡Húndanse!** Los niños se hunden despacio.
4. Después de unos segundos, diga: **¡Naden!** otra vez.
5. Repita los pasos 2 a 4 hasta que todos los niños hayan cruzado el río.

Consejos

- Juegue durante solo unos minutos cada vez.
- Juegue por lo menos dos veces al día.
- Pida a los niños que se turnen para dirigir el juego.
- Aumente la dificultad a medida que los niños se acostumbran al juego.
- Use el juego para atraer la atención de los niños a la hora de hacer transiciones entre actividades.

Aumentar el reto

Atención (A), Memoria operativa (MO), Control inhibitorio (CI)

- Combine nadar y/o hundirse con otras acciones (por ejemplo, nadar y aplaudir, nadar y saltar, nadar y rebotar, hundirse y girar, hundirse y mecerse, etc.). (A, MO)
- Pida a los niños que permanezcan hundidos durante periodos de tiempo cada vez más largos. (A, CI)
- Nombre otras acciones en lugar de “¡Naden!” Los niños pueden moverse solo cuando usted diga “¡Naden!” (A, MO, CI)
- Introduzca una regla de los opuestos: Los niños nadan cuando usted dice “¡Húndanse!” y se hunden cuando usted dice “¡Naden!”. (A, MO, CI)
- Cambie el escenario y las acciones cada pocas rondas. Por ejemplo, diga: **Ustedes están en una banda que va caminando por la calle.** Las acciones son caminar y descansar. O diga: **Ustedes son conejitos que van saltando por el jardín.** Las acciones son saltar y agacharse. (A, MO, CI)



Desarrollo Mental 9: ¿Quién Lleva Algo Rojo?

Preparación

Pida a los niños que se paren dejando suficiente espacio para moverse. Empiece el juego eligiendo un color que vea en la ropa de la mayoría de los niños.

Reglas

- La regla 1 es que cuando yo diga “¿Quién lleva algo rojo?” corran sin moverse del sitio solo si llevan algo rojo.
- La regla 2 es seguir corriendo en el sitio hasta que yo diga un color diferente.
- La regla 3 es que si ustedes no llevan nada rojo, permanecen quietos.

Pasos

1. Colóquese frente a los niños.
2. Diga: **¿Quién lleva algo rojo? Corran sin moverse del sitio si llevan algo rojo.** Demuestre cómo correr sin moverse del sitio.
3. Los niños que llevan algo rojo corren en el sitio. Los otros niños permanecen quietos.
4. Repita los pasos 2 y 3 con otros colores y acciones (vea los pares de color-acción abajo).

Consejos

- Juegue durante solo unos minutos cada vez.
- Juegue por lo menos dos veces al día.
- Aumente la dificultad a medida que los niños se acostumbran al juego.
- Use el juego para atraer la atención de los niños a la hora de hacer transiciones entre actividades.

Pares de color-acción

Color	Acción
Rojo.....	Rascar la cabeza
Rosa.....	Reír con ganas
Naranja.....	Nadar en el lugar
Amarillo.....	Abrir mucho los brazos
Verde.....	Volar como un pájaro
Azul	Agarrar el aire
Morado.....	Manejar un auto
Marrón	Mover los dedos
Gris.....	Girar en el lugar
Blanco.....	Bostezar con la boca muy abierta

Aumentar el reto

Atención (A), Memoria operativa (MO), Control inhibitorio (CI)

- Añada una regla nueva: Si usted solo dice la acción, los niños se sientan. (A, MO, CI)
- Pida a los niños que continúen haciendo la acción del primer color. Luego añada la acción para un segundo color a fin de crear una secuencia. Si los niños llevan algo del mismo color, añaden también la acción para ese color. (A, MO, CI)
- Haga la pregunta sin dar instrucciones para la acción. Los niños hacen la acción. (A, MO)
- Mantenga en alto cartas de colores sin hablar. Los niños hacen la acción si llevan algo de ese color. (A, MO)
- Pida a los niños que se coloquen frente a un compañero(a). Los niños hacen las acciones que corresponden a los colores que llevan sus compañeros. (A, MO, CI)

Desarrollo Mental 10: ¡Confusión de Reglas!



Preparación

Pida a los niños que se paren dejando suficiente espacio para moverse.

Reglas

- La regla 1 es que cuando yo diga “Toquen su nariz”, ustedes tocan los dedos de los pies.
- La regla 2 es que cuando yo diga “Den una palmadita en su espalda”, ustedes dan una palmadita en su estómago.
- La regla 3 es que cuando yo diga “Tóquense las rodillas”, ustedes tocan sus oídos.

Pasos

1. Colóquese frente a los niños.
2. Diga: **Tóquense la nariz.** Los niños tocan los dedos de sus pies.
3. Diga: **Den una palmadita en su espalda.** Los niños dan una palmadita en su estómago.
4. Diga: **Tóquense las rodillas.** Los niños se tocan los oídos.
5. Repita los pasos 2 a 4 con otras reglas contradictorias (vea ejemplos abajo).

Consejos

- Juegue durante solo unos minutos cada vez.
- Juegue por lo menos dos veces al día.
- Aumente la dificultad a medida que los niños se acostumbran al juego.
- Use el juego para atraer la atención de los niños a la hora de hacer transiciones entre actividades.

¡Confusión de reglas!

Instrucción	Acción
Saltar alto	Agacharse
Dar una vuelta	Sentarse
Mover los dedos de los pies.....	Mover los dedos de las manos
Mirar hacia abajo	Mirar hacia arriba
Saltar hacia atrás.....	Saltar hacia adelante
Aplaudir.....	Golpear el piso con los pies

Aumentar el reto

Atención (A), Memoria operativa (MO), Control inhibitorio (CI)

- Pida a los niños que digan la acción de la regla contradictoria antes de hacerla. (A, MO, CI)
- Pida a los niños que repitan la instrucción que usted da y la acción correspondiente antes de hacerla. (A, MO, CI)
- Haga más corto o más largo el tiempo de espera entre las acciones. (A, CI)
- Pida a los niños que se paren frente a un compañero(a). Un niño(a) hace la acción que usted dice y el otro(a) hace la acción de la regla contradictoria. (A, MO, CI)
- Diga dos (o más) instrucciones seguidas. Los niños hacen la acción de la regla contradictoria. (A, MO)



Desarrollo Mental 11: Palmada y Pasos con Mi Compañero(a)

Preparación

Pida a los niños que se paren frente a un compañero(a).

Reglas

- La regla 1 es que cuando yo digo “Adelante”, ustedes empiezan a caminar sin moverse del sitio.
- La regla 2 es que cuando yo digo “Palmada”, ustedes dan una palmada juntando sus manos.
- La regla 3 es que cuando yo digo “Torta”, ustedes dan palmadas en las manos de su compañero(a).
- La regla 4 es seguir caminando y dando palmadas hasta que yo diga “Paren”.

Pasos

1. Colóquese frente a los niños.
2. Diga: ¡Adelante! Los niños empiezan a caminar sin moverse del sitio.
3. Diga: **Palmada** Los niños dan una palmada juntando sus manos.
4. Diga: **Torta**. Los niños dan palmadas en las manos de su compañero(a).
5. Continúe diciendo **palmada torta** mientras los niños caminan y dan palmadas. Luego diga: **Paren**.
6. Repita los pasos 2 a 5 con otros otros patrones de palmadas (vea ejemplos abajo).

Consejos

- Juegue durante solo unos minutos cada vez.
- Juegue por lo menos dos veces al día.
- Aumente la dificultad a medida que los niños se acostumbran al juego.
- Use el juego para atraer la atención de los niños a la hora de hacer transiciones entre actividades.

Patrones de palmadas

Palmada, torta, palmada, torta
Palmada, palmada, torta, torta
Palmada, torta, torta, palmada
Torta, palmada, torta, palmada
Torta, torta, palmada, palmada
Torta, palmada, palmada, torta

Aumentar el reto

Atención (A), Memoria operativa (MO), Control inhibitorio (CI)

- Haga el patrón de palmadas más rápido o más lento. (A, MO, CI)
- Combine dos o más patrones de palmadas (A, MO)
- Añada una regla contradictoria: Cuando usted diga “Palmada”, los niños dan palmadas en las manos de su compañero(a); cuando usted diga “Torta”, los niños dan una palmada juntando sus manos. (A, MO, CI)
- Cambie la acción de torta: Los niños dan una palmada con su manos derechas y luego otra con sus manos izquierdas. (A, MO, CI)

Desarrollo Mental 12: Detener al Compañero(a)



Preparación

Los símbolos que necesitará para jugar este juego están en las páginas siguientes. Fotocópielos antes de jugar.

Pida a los niños que se paren dejando suficiente espacio para moverse.

Reglas

- La regla 1 es que cuando yo doy una palmada, ustedes caminan por el salón.
- La regla 2 es que cuando digo “Pausar”, paran de caminar y se paran con la puntas de sus pies tocando las de un compañero(a) de clase.
- La regla 3 es que cuando yo digo “Reproducir”, ustedes empiezan a caminar de nuevo.

Pasos

1. Colóquese frente a los niños.
2. Empiece a aplaudir. Los niños caminan por el salón.
3. Pare de aplaudir y diga: **Pausar**. Los niños buscan un compañero(a) de clase y se paran con las puntas de los pies tocando las del compañero(a).
4. Diga: **Reproducir** y empiece a aplaudir. Los niños empiezan a caminar de nuevo.
5. Repita los pasos 2 a 4 con sonidos diferentes y con distintos tipos de movimientos (como gatear, rebotar, saltar, rodar y brincar).

Consejos

- Juegue durante solo unos minutos cada vez.
- Juegue por lo menos dos veces al día.
- Pida a los niños que se turnen para dirigir el juego. Permítales que elijan el tipo de movimiento y el sonido.
- Aumente la dificultad a medida que los niños se acostumbran al juego.
- Use el juego para atraer la atención de los niños a la hora de hacer transiciones entre actividades.
- Haga un “mando a distancia” para apuntar a los niños mientras da las instrucciones.

Aumentar el reto

Atención (A), Memoria operativa (MO), Control inhibitorio (CI)

- Diga: **¡Avanzar rápido!** Los niños se mueven más rápidamente. (A, MO)
- Diga: **¡Retroceder!** Los niños se mueven hacia atrás. (A, MO)
- Diga: **¡Detenerse!** Los niños se detienen en el sitio. (A, MO)
- Use símbolos (vea los botones del mando en las páginas siguiente) en lugar de órdenes verbales. (A, MO)
- Aumente el tiempo de pausa. (A, MO, CI)
- Cambie la acción de pausa de los compañeros (por ejemplo, diga a los niños que se paren hombro con hombro, espalda contra espalda o dedo con dedo). (A, MO, CI)
- Haga sonidos distintos o ponga música mientras los niños se están moviendo (por ejemplo, golpee un tambor, entrechoque unos palillos rítmicos, sacuda una pandereta o ponga un CD). (A)
- Enseñe a los niños tipos específicos de movimientos para sonidos diferentes (por ejemplo, aplaudir significa caminar, el sonido de un tambor significa saltar, el de los palillos rítmicos significa gatear, etc.). (A, MO)

