

# 10 JUEGOS EN CASA PARA ADOLESCENTES



Hay vida más allá de las pantallas de los celulares, aunque a veces nuestros hijos adolescentes no son capaces de verlo. Los adultos debemos enseñarles que existe otro tipo de actividades dentro del hogar que, además de ser entretenido, nos permite pasar un rato juntos. Por eso, a continuación, les proponemos algunas actividades y juegos en casa para que los adolescentes encuentren alternativas divertidas y de manera conjunta puedan disfrutar en familia.

Algunos de sus beneficios que no podemos obviar son:

- Facilita el contacto con otras personas.
- Hace que los adolescentes desconecten de las rutinas.
- Desarrolla la creatividad.
- Y lo más importante, les divierte.

Actividades

## 1. Teléfono Dañado

Es un juego tradicional muy divertido para el que no necesitamos ningún material. Se trata de pasar un mensaje al oído, diciéndolo lo más rápido posible y la última persona que lo escuche tiene que descifrar de qué se trata. Para jugar necesitamos ser mínimo 4 personas.

## 2. Jugar a las películas

Lo ideal es jugar por equipos, mínimo dos y dos personas en cada equipo, pero podemos jugar solo dos personas. Se trata de hacer con mímica y gestos el título de una película y que la otra persona de tu equipo la adivine. Se puede hacer lo mismo, pero adivinando palabras.

### 3. Juegos de tablero

Ajedrez, damas o Backgammon; Juegos de toda la vida que ponen a prueba y entrenan la capacidad de planificación de los jugadores, el pensamiento estratégico, la atención y la concentración.

### 4. Juegos de lápiz y papel

Los juegos con lápiz y papel son una excelente alternativa, juegos como el stop (también conocido como tutti frutti, bachillerato o basta)

### 5. El mentiroso

Se trata de un juego de cartas, en el que podemos jugar dos o más personas. El objetivo del juego es ir echando cartas al centro, turno por turno, hasta nos quedemos sin cartas. En cada turno, cada jugador tiene que deshacerse poco a poco de sus cartas, diciendo en voz alta qué cartas tira. Puede ser verdad o mentira. El jugador que va a continuación puede creerse o no la jugada. Si la cree, pasa y tira sus cartas, si no la cree, levanta las cartas. Si pilla al mentiroso, este se llevará todas las cartas que haya en el centro, pero si ha dicho la verdad, el jugador que destapa las cartas se lleva todas las del centro y pierde su turno.

### 6. Juegos de cartas individuales

A las cartas podemos jugar en familia, pero también cada uno en solo. ¿Has enseñado a tus hijos adolescentes a jugar al clásico Solitario?

### 7. Preguntas y respuestas

El adolescente elige a un adulto en quien confíe, luego escribirá preguntas de todo tipo en pedazos de papel y el adulto las responde. Esta es una buena manera de fomentar la conversación saludable.

### 8. Las mil y una historias

Con este juego, se pone a prueba la creatividad e imaginación inventando una y mil historias. Necesitamos papel y lápiz para cada participante, y un mínimo de tres personas para jugar.

- 1) Los participantes se sientan en ronda
- 2) cada uno/a elige una palabra preferida y por turno la dice en voz alta
- 3) Los/as participantes escriben todas las palabras que se dijeron en su hoja de papel. Recordará que todos/as escribimos a un ritmo diferente. Es por ello que debemos ser pacientes hasta que todos terminen.
- 4) Con todas las palabras, y agregando las que quiere, cada participante deberá armar una frase. No se puede faltar ninguna palabra de las propuestas en la ronda.
- 5) Cada participante leerá en voz alta.

## 9. De cuatro en cuatro

Fomenta la organización y la cooperación con estos juegos colaborativos que puedes hacer con unos vasos de plástico, un elástico y un poco de hilo o lana. Amontona los vasos unos encima de otros. Por otra parte, ata a la goma a cuatro hilos diferentes de modo que se establezca un cuadrado elástico. Los participantes tendrán que coger los vasos de uno en uno tirando y aflojando sus hilos hasta atraparlos con el elástico. Una vez en su poder tienen que bajarlos de la torre que has creado, darles la vuelta y formar con ellos una pirámide. Las estrategias de equipo para conseguir el resultado final serán importantes.



## 10. En parejas

La coordinación en las parejas aquí es fundamental. Cada grupo tendrá que lanzar la pelota al equipo contrario. La segunda pareja la recogerá con su tela y volverá a lanzarla a los otros. Perderá quien antes la deje caer al suelo.



## BIBLIOGRAFÍA

[www.guía infantil.com](http://www.guía infantil.com)