

# ACTIVIDADES PARA LOS PROCESOS SENSORIALES

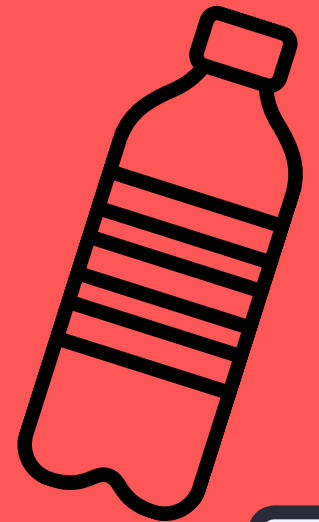
## ¿POR QUÉ SON IMPORTANTES LAS ACTIVIDADES SENSORIALES?

Las actividades sensoriales ayudan a que los niños con autismo interactúen, procesen, y adapten sus respuestas a las experiencias sensoriales

¡Además de trabajar los procesos sensoriales, estas actividades pueden ayudar con la atención, la coordinación, y las habilidades motrices!

## ACTIVIDADES PARA LA VISTA

Llene una botella de agua con brillantina, pegamento, colorante, y objetos pequeños (como botones) y deje que su niño le de vueltas y mantenga la atención



Juega con juguetes que tengan luces en espacios oscuros

Colocar vasos o bloques uno encima de otro



## ACTIVIDADES PARA EL TACTO

Llene un contenedor con arena y agua para crear un "océano." Deje que su niño explore el recipiente con sus manos o con vasos y cucharas

Llene un recipiente con granos secos (frijoles, arroz, y/o pasta) y/o objetos y juguetes pequeños con diferentes texturas (cinta, hojas, pajitas)

Crea "slime" mezclando harina de maíz y agua, añadiendo brillantina y colorante



Pinte con los dedos

## ACTIVIDADES PARA EL GUSTO

Meta juguetes en gelatina y deje que su hijo juegue con ello usando sus manos o cucharas



Juega con la comida, creando pulseras con caramelos, pintando con broccoli, o construyendo una casa con fruta, introduciendo que su niño le de besos y saboree la comida

## ACTIVIDADES PARA EL OLFATO

Añade jugo de limón, canela, vainilla, o menta a la plastilina y haz que su niño adivine el olor

Meta flores, cafe, o jabón, en jarras y cúbrealas para que su niño tenga que adivinar el olor

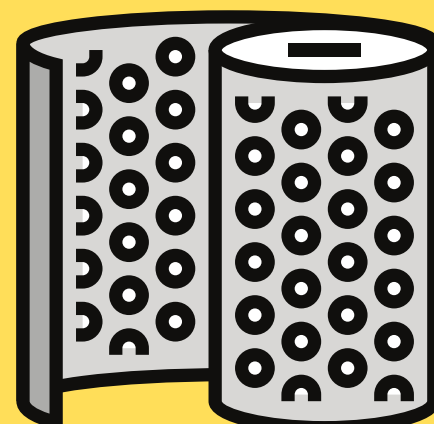


## ACTIVIDADES PARA EL OÍDO

Deja que su niño escuche música de relajación



Explote papel de burbujas



Crea instrumentos de música en casa usando botellas de agua como maracas, ollas y cucharas de madera usándolas como tambor



# ACTIVIDADES PARA EL EQUILÍBRIO Y MOVIMIENTO

Saltar en un trampolín



Usar columpios



Dar vueltas en una silla de ruedas



Sentarse en una pelota de yoga o ejercicio

## ACTIVIDADES PARA LA CONSCIENCIA DEL CUERPO

Actividades en el que su hijo tenga que soportar su peso y usar su cuerpo entero, por ejemplo saltar como ranas, gatear como un oso, dar volteretas, caminar como carretilla, y yoga



Masticar chicle



Actividades en el que su hijo tenga que aplicar resistencia como las peleas con almohadas, la lucha de la cuerda, y la natación

## ACTIVIDADES PARA LOS MENSAJES INTERNOS DEL CUERPO (COMO EL HAMBRE Y EL TENER QUE IR AL BAÑO)

Yoga



Ejercicios de respirar



Hablar de los sentimientos físicos y emocionales con su niño



Usar apoyos visuales para ir al baño, cuando es la hora de comer o beber, y que ropa debe llevar antes de salir afuera



Hablar de las diferencias que hay en temperatura (frío y calor), y que ropa debe usar dependiendo del clima