



ACTIVIDADES LUDICAS PARA NIÑOS PEQUEÑOS CON TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA CON SUS FAMILIAS





SUGERENCIAS ACTIVIDADES PARA NIÑOS PEQUEÑOS CON TEA

RECOMENDACIONES GENERALES

En esta contingencia, los niños están mucho tiempo en casa, y a estas alturas se aburren con facilidad y la creatividad de todos disminuye considerablemente, apareciendo situaciones difíciles de manejar.

Estas actividades están dirigidas principalmente a niños pequeños con TEA, de todas formas, algunas de ellas pueden ser compartidas por hermanos y padres.

Es muy importante supervisar y entregar instrucciones verbales, breves, concretas, en el espacio en el cual el niño/a realiza actividades habitualmente.

Las actividades en mesa, requieren de una mesa despejada, sin otros objetos que no sean los necesarios para utilizar en cada actividad sugerida.

También es recomendable guardar los materiales en cajas (pueden ser de zapatos o bolsas de cartón), o bolsas ziploc para evitar confusiones al momento de realizar actividades en mesa. Por ej. los lápices de cera en un estuche, tijeras y pegamento separados en otro envase, distintos tipos de hojas en una carpeta (cartulina, papel lustre, celofán, papel volantín, revistas, hojas blancas, etc.)

Se puede colocar una etiqueta, o escribir con plumones para marcar los materiales guardados en las cajas. Estos elementos son para ocupar junto con el niño/a o hermanos, y siempre con uno de los padres. Es importante que sea acompañado y en algún momento del día donde todos estén disponibles, especialmente mamá y/o papá. No dejar al niño/a a cargo de hermanos mayores.



Recomiendo practicar la actividad para ensayar los pasos, antes de realizarlos con el niño.

No es necesario obligar, estas opciones se pueden mostrar a través de fotos y que pueda elegir el que le interesa más.

Realizar una secuencia de tres actividades como máximo y de diferente tipo, si no es posible, escoja la/s que sean más atractivas para el niño/a.

Finalmente, esto no se trata de una terapia por sí misma, sino que alternativas para el día a día en el encierro, y no solo ver TV o juegos de tablet, videos específicos de youtube, como suele suceder, aunque tengan carácter de educativos, o mantengan calmado al niño, esto durará un tiempo y comenzará a aburrirse. O estar demasiado tiempo realizando una acción, una y otra vez, o moviendo su cuerpo y caminando constantemente.

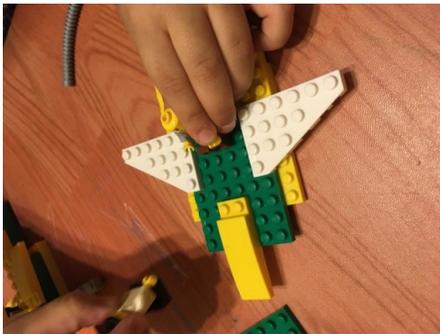
Es muy probable que algunas de las sugerencias o alternativas, los niños se resistan o se produzcan pataletas, ustedes como familia conocen a su pequeño e intereses. Pueden iniciar con una actividad agradable y ofrecer una novedosa (no siempre es necesario sentarse en la mesa, sino que también en el suelo). Muchas veces puede ser frustrante, si esto ocurre con frecuencia, recomiendo interrumpir o espaciar la frecuencia.

Lo más importante es realmente JUGAR, no “hacer como que se juega”, o convertirse en una especie de profesor o imponer las actividades, de que tengan los niños una respuesta rápida. Cada uno tiene su ritmo, sus capacidades y formas de relacionarse con sus familias y los objetos. Un ambiente lúdico es lo primordial. Si usted o ustedes se sienten contentos y disfrutan a pesar del desorden, es la consigna y principal objetivo de estas sugerencias.

JUEGO CON LEGOS

Esta actividad requiere de motricidad fina en el caso de piezas pequeñas, en las fotos se muestra como el niño intenta realizar diferentes tipos de aviones, que es uno de sus temas preferidos. Muchas veces se frustra, y grita, en ese caso se le dice “ayuda” y se muestra una forma de encastrar más fácil.

También se puede hacer con legos grandes, a algunos pintarles ojos, ventanas, puertas y construir animales, personas, robots, casas simples etc. El ser ayudante del interés del niño (si ocurre) y extender las ideas de este tipo de material, promueve la imitación y la interacción, aunque sea solamente usted como padre, estar sentado cerca y con los materiales a disposición.



PARTES DE LA CARA

Esta actividad se puede realizar con un dibujo de una cara en cartulina gruesa o cartón con papel color piel de una cara. Y con cartulina española u otro tipo de cartulina, dibujar pares de ojos de diferente diseño, narices de diferente diseño, bocas de diferente diseño. La sugerencia de utilizar material más duro, para que no se deteriore con facilidad. Otro material que es de utilidad es el paño lency, el cual no se rompe y se crean los mismos elementos mencionados. Buscar en casa si tienen estos materiales, si no es posible, comprar online.

Colocar en un caja todos los elementos, con las diferentes partes en sus respectivos contenedores (las bandejas para completos pueden ser muy prácticas!)





Partes del señor cara de papa en plasticina.

Una alternativa, es utilizar un gran trozo de plasticina, formando una cara gruesa para poder insertar las piezas principales del señor cara de papa, por ej. Ojos, boca, nariz, orejs, pelo.

También pueden aprovechar de completar un cuerpo completo.

PINTAR CON TÉMPERA

Una alterativa al uso de pinceles, es utilizar elementos caseros, por ej. cortar una esponja para lavar loza. Creando figuras geométricas, y utilizarlas para estampar dibujos simples de acuerdo a los intereses y capacidades de los niños.

En niños hipersensibles al tacto, se puede pegar sobre la parte áspera una tela gruesa (pañó de cocina). Si se mancha, y el niño se desespera por limpiarse, se puede utilizar una tela de polar, toalla húmeda, o pañó de cocina, que esté al lado del niño y modelarlo para que no se desespere o tenga que pararse de la mesa con frecuencia.

Las bandejas suelen ser muy útiles para no manchar todo el espacio y delimitar la disposición de los materiales.

Es importante considerar que la ropa, paredes, suelo, sillas pueden mancharse en el juego con niños pequeños, es natural y hasta beneficioso como parte de la exploración de texturas. A las témperas se le pueden agregar brillos o texturas como sémola o trozos de hojas secas de árboles o plantas.

Cuando esta pintura se seca completamente, usted puede pincelar tres capas de cola fría para que pueda mantenerse por mayor tiempo.

También se puede utilizar copos de algodón, cotonitos (los que se usan para limpiar oídos o nariz) para pintar con “puntitos”, dibujar líneas o pintar dibujos pequeños o medianos.

Es importante imprimir actividades y/o personajes que le interesan al niñ@, es mucho más motivante y divertido.

También es importante acompañar al niñ@ en las actividades, sentándose al lado, compartiendo material y escoger dibujos diferentes. Tomar el mismo ritmo que el niño, si lo necesita y lo pide de alguna manera ayudar a completar una parte de la pintura, para que finalice.

También el mezclar colores es interesante, de manera guiada o libre. Recordar que son actividades dentro de un contexto lúdico.

Estampado con esponjas de cocina







Estampados con algodón

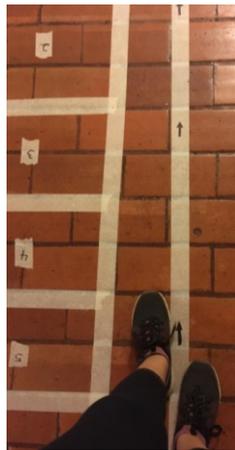


CAMINOS

Para gastar un poquito de energía física, los caminos o circuitos pueden ser útiles. En las fotos aparecen sugerencias, pero también puede crear de acuerdo al espacio disponible.

1. **Circuito Simple.** Con masking tape, demarcar cuadrados, en este caso con números del uno al seis. También puede colocar hojas de colores por cada espacio, o una figura simple (corazón, estrella, cuadrado, triángulo, círculo, flor, sol, etc.). cuando se llega al final

del circuito puede colocar una cinta de masquing tape con flechas para volver a iniciar el circuito.



2. Ruta con obstáculos. Se pueden sumar otros elementos para aumentar la dificultad. Por ejemplo, una mesa para pasar bajo ella.





Colocar una silla para trepar a la silla y bajar por el otro lado.



Otras alternativas.

Inicio del camino



Paso siguiente, pasar por debajo de la cinta



Pasar por sobre la línea



Termina el camino saltando dentro del cuadrado y recibe un premio (por ej. Una galleta, un dulce, un juguete que le guste y no ha utilizado hace un tiempo)



3. Masking o cuerdas entre sillas.

Un par de sillas con masking tape a una altura de 20 centímetros, después a 1 metro y medio de distancia de las sillas. Se pueden variar el número de sillas, alturas de ellas y altura del masking en relación al suelo. Pueden pasar por debajo, por arriba, de lado, etc. Sin tocar la cuerda o la cinta, el que la toca, se lo “come” un dinosaurio, un cocodrilo o un fantasma como juego.



La mesa escondida. Otro elemento que se puede añadir al circuito o hacerlo de manera individual, es colocar una mesa, completamente tapada por una manta, idealmente de polar, para usar en estas actividades.

Se puede pasar por debajo y salir al otro lado. Algunas otras ideas, es entrar con una linterna, y encontrar objetos que se han escondido previamente.





LA CASITA

Una actividad clásica para los niños, es crear casas o campamentos con las sillas y mesas disponibles (incluso las de comedor), con diferentes tipos y tamaños de mantas. Dentro de la “casita”, se pueden colocar autos, hacer “camas” con cojines, jugar con linternas, jugar a los fantasmas o los cazadores, etc.





ACTIVIDADES TIPO PRE-ESCOLAR.

PEGAR FIGURAS.

Pegar láminas o recortes de artículos habituales, según se le va indicando o el niño va nombrando. Puede ser crear una “despensa” o tipo supermercado, casa, paisajes. Mas que un collage, crear un paisaje o un espacio conocido por los niños.

En las secuencia de fotos, se utilizaron imágenes de artículos de mercadería conocida por el niño. Es importante organizar los materiales previamente.



Alternativa. Uso de paño lency, para completar un paisaje o dibujo de interés del niño. Esto puede ser con papel lustre, papel de revistas, etc.

Es importante preparar con anticipación los materiales, y mantenerlos a mano, para no interrumpir el proceso y la motivación del niño.





PINTAR CON LAPICES

Esta es una actividad conocida por todos, pero se pueden realizar algunas modificaciones, como es pintar los personajes favoritos de los niños. Los dibujos para niños pequeños deben ser simples, sin mayores detalles, de tamaño mediano y de bordes gruesos. Se pueden utilizar, lápices de madera, lápices de cera, tiza, témpera solida. Si es posible, decorar con sticker.



PLASTICINA CON MOLDES Y ALGUNOS ACCESORIOS DE COCINA

Los elementos clásicos son los cortagalletas para moldear diferentes figuras. También se pueden utilizar tenedores, o rueda para “cortar empanadas”. Vasos de plástico para cortar formas redondas. Decorar con trocitos de cartulina o de palitos de fósforo, haciendo una “torta”, etc. Se puede jugar a hacer comidas y ofrecerlas a otros miembros de la familia, figuras de acción, peluches, juguetes favoritos, etc.



JUEGOS CON SEMILLAS

Este juego puede ser un desastre o una excelente oportunidad para descubrir y experimentar los objetos de otra manera. Si usted sabe que su pequeño, lanza objetos, se introduce todo a la boca, es muy impulsivo, recomiendo intentarlo sin semillas, sino que con algodones o probar con las precauciones pertinentes.

En niños que pueden ser guiados y permiten el contacto con texturas, es posible realizar diferentes actividades: trasvasijar con cucharas, vasos, manos, desde la caja donde se encuentran las semillas (puede ser porotos, maíz curagua, garbanzos, de los más baratos que pueda encontrar o que al revisar la alacena están vencidos por una gran cantidad de tiempo).

Esconder objetos planos en el fondo del recipiente, tales como: llave, tarjetas, botones, pinzas, juguetes pequeños, fotos o imágenes pequeñas de interés del niño, etc.

Disponer de los materiales de manera ordenada antes de presentarla al niño. Usted le muestra HACIENDO parte de la actividad y reforzar verbalmente.



Secuencia de actividad del "descubrimiento" de objetos en el recipiente con semillas.



Trasvasijados.





LA MANTA

Levantarse una sábana o una manta gruesa. Si es posible, hacer nudos en cada esquina para un mejor agarre.

Contando 1,2 y 3. Subir y luego dejar caer una manta. El niño queda al centro, de pie, sentado, acostado o como quiera, quedará escondido bajo la manta.

Cuando la manta cubra completamente su cuerpo, deberá salir por su cuenta de la manta. Estimular a que diga “aquí estoy”, o que pida ayuda, “auxilio” para que otro miembro de la familia lo saque de la manta.

También se puede esconder un juguete o peluche, etc. Antes de que el niño esté bajo la manta, estimular que el niño ingrese a la manta, lo encuentre y salga con él de la manta.

También pueden cubrirse todos los integrantes de la familia, o por pares, etc.

Se pueden rotar turnos de esta actividad con papá, mamá, hermano/a. de acuerdo a las capacidades del niño.