



Actividades Sensoriales Enriquecedoras

La mayor función de una terapeuta ocupacional pediátrica es ayudar a los niños con su trabajo, el trabajo de ser niños. Crecer, aprender, adquirir nuevas habilidades, todas estas son partes del trabajo de ser un niño. Los niños crecen y adquieren nuevas habilidades. Lo hacen a través del juego. Juegos exploratorios (aprender a caminar, a correr, a trepar, aprender a desarmar y volver a armar objetos) que empujan al niño a desarrollar sus músculos y sistema neurológico y sobrellevar los desafíos de cada día de la vida.

Por debajo de las habilidades motrices más básicas se encuentran el procesamiento de información sensorial. Nuestro sentido de la vista, la audición, el tacto, el olfato y el gusto nos proveen de importante información sobre el mundo que nos rodea. Nuestro sentido del equilibrio, posicionamiento y movimiento nos dice dónde nos encontramos en relación a los objetos que nos rodean y esto es esencial para el desarrollo de la coordinación motriz necesaria para llevar a cabo hasta las actividades más básicas. Absorber y procesar esta información sensorial para producir una respuesta significativa es lo que se llama Integración Sensorial.

Usted puede crear actividades sensoriales básicas con juguetes y materiales que tal vez ya tiene en casa. A continuación le presentamos algunas actividades para ayudar a su hijo a explorar experiencias sensoriales.

- Buscar objetos pequeños en crema de afeitar (ej. legos, cuentas, dados)
- Empujar/jalar objetos pesados en la tina de la ropa de lavar, carriola o carro del mandado.
- Jugar a atrapar o botar una pelota grande y/o pesada.
- Hacer plastilina en casa (para la receta visite: <http://www.momswhothink.com/preschool/playdough-recipe.html>)
- Baile “Pare-Siga” juntos. Toque música y baile con movimientos grandes, pero cuando pare la música, ¡todos deben parar!!
- Lave las ventanas usando una botella de espray y limpie con una toalla.
- Haga una pila de almohadas y ¡brinque en ellas!
- Juegue carreras de carretilla o caminando como cangrejo

