

# 30 Actividades Funcionales y Lúdicas para Terapia Ocupacional en el Trastorno del Espectro Autista

Una guía completa de actividades terapéuticas que transforman el juego en una intervención clínica efectiva. Diseñada para terapeutas ocupacionales, estudiantes de TO y profesionales de la salud que trabajan con niños en el espectro autista.



# Comprendiendo la Intervención Basada en el Juego en el TEA

## El Poder del Juego

El juego no es solo recreación; es el vehículo principal a través del cual los niños aprenden, desarrollan y practican habilidades esenciales para la vida. Para los niños con Trastorno del Espectro Autista, las actividades lúdicas estructuradas proporcionan un contexto seguro y atractivo para desarrollar competencias en múltiples dominios del desarrollo. Cuando se diseña cuidadosamente con objetivos terapéuticos en mente, el juego se convierte en una poderosa herramienta de intervención que motiva la participación mientras aborda las metas clínicas.

La investigación demuestra consistentemente que las intervenciones basadas en el juego producen una mayor participación, períodos de atención más largos y una mejor generalización de habilidades en comparación con los enfoques tradicionales basados en la repetición. Los niños son más propensos a participar activamente cuando las actividades son divertidas en lugar de exigentes, creando oportunidades naturales para la repetición y la práctica sin fatiga ni resistencia.

## Marco Clínico

Cada actividad en esta guía ha sido diseñada con objetivos terapéuticos específicos alineados con los marcos de práctica de terapia ocupacional. Abordamos las habilidades motoras finas, la coordinación motora gruesa, el procesamiento sensorial, la comunicación social, el funcionamiento ejecutivo y las actividades de la vida diaria, todo dentro de contextos que resultan naturales y motivadores para los niños.

Las actividades siguen una estructura consistente: objetivos clínicos claros, listas detalladas de materiales, instrucciones de implementación paso a paso y estrategias para graduar la dificultad. Este formato permite a los terapeutas seleccionar rápidamente actividades apropiadas, prepararse eficientemente y modificar las intervenciones para que coincidan con las necesidades y niveles de habilidad individuales.

# Cómo Usar Esta Guía

01

## **Evaluar las Necesidades del Niño**

Comience identificando los objetivos terapéuticos primarios basados en una evaluación integral. Considere el nivel de habilidad actual del niño, sus preferencias sensoriales, intereses y las áreas que requieren intervención.

02

## **Seleccionar Actividades Apropriadadas**

Elija actividades que se alineen con las prioridades terapéuticas y que coincidan con el nivel de desarrollo e intereses del niño. Las actividades están organizadas por dominio para facilitar una selección rápida.

03

## **Preparar Materiales y Entorno**

Reúna todos los materiales necesarios antes de la sesión. Prepare el espacio terapéutico para minimizar distracciones y apoyar la participación exitosa en la actividad.

04

## **Implementar con Flexibilidad**

Siga las instrucciones paso a paso, manteniéndose receptivo a las señales del niño. Esté preparado para modificar la dificultad, el ritmo o el formato según las observaciones en tiempo real.

05

## **Documentar y Dar Seguimiento al Progreso**

Registre las observaciones sobre la participación, la demostración de habilidades y las áreas de modificación. Utilice estos datos para informar la planificación de futuras sesiones y seguir el progreso hacia los objetivos.

# Habilidades Motoras Finas y Coordinación

Las habilidades motoras finas constituyen la base de innumerables actividades diarias, desde tareas de autocuidado como abrocharse la ropa hasta habilidades académicas como la escritura a mano. Los niños con TEA a menudo experimentan desafíos con la coordinación motora fina, la fuerza de las manos, la coordinación bilateral y la manipulación dentro de la mano. Las siguientes actividades se enfocan en estas habilidades esenciales a través de formatos atractivos y lúdicos que fomentan la repetición y la práctica.

# Actividad 1: Obra de Construcción con Masa Sensorial

1

## Objetivos Clínicos

- Fortalecer los músculos de la mano y los dedos a través del juego resistivo
- Desarrollar habilidades de coordinación bilateral
- Mejorar la tolerancia táctil y la modulación sensorial
- Mejorar la manipulación intrapalmar y el uso de herramientas

2

## Materiales Necesarios

- Masa terapéutica casera o comercial (varias resistencias)
- Pequeños vehículos de construcción y figuras
- Herramientas: rodillos, cortadores de galletas, cuchillos de plástico
- Objetos pequeños para esconder: botones, monedas, cuentas
- Superficie de trabajo o bandeja

## Implementación Paso a Paso

1. Introducir la masa con una narrativa temática de construcción para fomentar la participación y el contexto
2. Demostrar técnicas básicas de manipulación: rodar, aplanar, pellizcar, tirar
3. Esconder objetos pequeños dentro de la masa para que el niño los excave usando los dedos o herramientas
4. Crear "proyectos de construcción" que requieran acciones específicas: hacer troncos, construir paredes, hacer caminos
5. Incorporar vehículos para presionar patrones, crear huellas o transportar piezas de masa
6. Graduar la dificultad ajustando la resistencia de la masa y la complejidad de las construcciones



## Estrategias de Graduación

**Más fácil:** Usar masa más blanda, objetos más grandes, tareas bilaterales simples como sujetar un cuenco mientras se mezcla.

**Más difícil:** Aumentar la resistencia de la masa, requerir un agarre de pinza preciso para objetos pequeños, añadir proyectos de construcción de varios pasos que requieran planificación.

# Actividad 2: Desafío de Combinación de Colores con Pinzas de Ropa



## Objetivos Clínicos

- Fortalecer la oposición del pulgar y el agarre trípode
- Desarrollar la coordinación viso-motora
- Practicar el reconocimiento y la combinación de colores
- Fomentar la atención sostenida y la finalización de tareas

## Materiales Necesarios

- Pinzas de ropa de varios colores (tamaño estándar o mini)
- Círculos de cartón o platos de papel con segmentos de colores
- Opcional: secciones numeradas para practicar el conteo
- Temporizador para el modo desafío

**Implementación:** Cree ruedas de colores dividiendo círculos de cartón en segmentos de colores que coincidan con los colores de las pinzas de ropa disponibles. Demuestre el agarre adecuado de la pinza de ropa usando el pulgar y los dedos índice/medio. Haga que el niño coloque las pinzas de ropa en las secciones de colores correspondientes alrededor del borde de la rueda. Comience con 4-6 colores y progrese a patrones más complejos. Agregue elementos de desafío como competir contra un temporizador, alternar manos o sujetar en secuencias específicas.

**Consejo Terapéutico:** Esta actividad es excelente para desarrollar la fuerza y precisión manual necesarias para abrocharse la ropa. Monitoree patrones compensatorios y proporcione guía mano sobre mano para establecer la mecánica adecuada.

# Actividad 3: Estación de Enhebrar y Acordonar

## Enfoque Clínico

Coordinación ojo-mano, integración bilateral, concentración y seguimiento visual, todos ellos prerequisites esenciales para tareas funcionales como atarse los zapatos y coser.

## Requisitos de Configuración

Tarjetas de acordonar con orificios de varios tamaños, cordones o lana gruesa con puntas rígidas, cuentas de madera grandes, limpiapipas y patrones progresivamente desafiantes.

## Ruta de Progresión

Comenzar con cuentas grandes en limpiapipas, avanzar a enhebrar cuentas en cordones, luego tarjetas de acordonar sencillas, culminando en patrones complejos y práctica de atado de zapatos.

Cree un "desafío de enhebrado" con múltiples estaciones de dificultad creciente. La Estación 1 utiliza cuentas muy grandes y cordones rígidos. La Estación 2 introduce cuentas medianas que requieren más precisión. La Estación 3 presenta tarjetas de acordonar con orificios claros y espaciados. La Estación 4 ofrece patrones complejos o zapatos reales para la práctica funcional. Utilice horarios visuales para mostrar la progresión a través de las estaciones, fomentando una sensación de logro. Esta actividad fomenta naturalmente el cruce de la línea media a medida que los niños alcanzan los materiales y puede estructurarse para requerir que ambas manos trabajen en roles coordinados pero diferentes: una mano estabiliza mientras la otra enhebra.

La belleza de las actividades de enhebrado reside en su retroalimentación inherente: el éxito es inmediatamente visible, proporcionando un refuerzo natural para el esfuerzo y la atención.

# Actividad 4: Búsqueda del Tesoro con Pinzas

## Objetivos Clínicos

- Refinar los patrones de pinza y agarre trípode
- Desarrollar habilidades de uso de herramientas y estabilidad de la muñeca
- Mejorar el escaneo visual y la atención al detalle
- Practicar la liberación graduada y la precisión en la colocación

## Materiales Necesarios

- Varias pinzas: pinzas de cocina, pinzas médicas, pinzas de plástico, pinzas gigantes
- Objetos pequeños: pompones, cuentas, borradores pequeños, monedas
- Base sensorial: arroz, frijoles secos, perlas de agua, arena cinética
- Contenedores de clasificación: bandejas para cubitos de hielo, moldes para muffins, tazones pequeños
- Opcional: tarjetas de clasificación por color o categoría

## Guía de Implementación

Esconda objetos pequeños dentro de un cubo sensorial lleno de arroz, frijoles u otro material táctil. Proporcione pinzas apropiadas para la edad y demuestre el agarre adecuado con el pulgar en la parte superior. Desafíe al niño a encontrar tesoros escondidos y transferirlos a los contenedores de clasificación usando solo las pinzas, ¡sin usar los dedos!

Agregue elementos cognitivos al requerir la clasificación por color, tamaño o categoría. Cree un mapa del tesoro que muestre cuántos artículos de cada tipo debe encontrar. Use un temporizador para añadir emoción o realice carreras entre el terapeuta y el niño.

**Graduación:** Comience con pompones grandes y pinzas gigantes en recipientes poco profundos. Progrese a objetos más pequeños, pinzas de precisión, recipientes más profundos y tareas duales como clasificar mientras se cuenta.



# Actividad 5: Mosaico de Pegatinas



## Habilidades de Precisión

Despegar pegatinas requiere control de la punta de los dedos y una pinza fina precisa, lo que se traduce directamente en tareas funcionales como despegar etiquetas o quitar el respaldo de un vendaje.



## Integración Visomotora

Colocar pegatinas dentro de los espacios designados exige una coordinación visomotora precisa y conciencia espacial para una colocación controlada.



## Expresión Creativa

El arte abierto reduce la ansiedad mientras mantiene los beneficios terapéuticos, permitiendo la autoexpresión dentro de una actividad motora estructurada.

**Preparación:** Proporcione plantillas con secciones numeradas o coloreadas para la colocación de pegatinas, o papel en blanco para la creación libre. Ofrezca pegatinas de varios tamaños, desde grandes pegatinas de gomaespuma hasta pequeñas pegatinas de puntos. Cree temas basados en los intereses del niño: vehículos, animales, personajes favoritos.

**Proceso:** Comience demostrando el movimiento de "pelar y colocar", enfatizando el uso solo de las yemas de los dedos. Empiece con pegatinas más grandes que sean más fáciles de agarrar y manipular. Progrese a pegatinas más pequeñas que requieran un control más refinado. Fomente la colocación dentro de límites específicos o en puntos designados. Para los niños que tienen dificultades con la precisión, use plantillas con espacios más grandes inicialmente, reduciendo gradualmente el tamaño del objetivo a medida que mejora la habilidad.

# Habilidades Motrices Gruesas y Equilibrio

El desarrollo motor grueso proporciona la base para la movilidad funcional, el control postural y la participación física en las actividades diarias. Muchos niños con TEA demuestran desafíos con la planificación motora, el equilibrio, la coordinación bilateral y la conciencia corporal. Estas actividades se dirigen a la fuerza central, la coordinación, el equilibrio y la planificación motora a través de experiencias motivadoras y lúdicas que pueden implementarse en entornos clínicos o escolares.

Las siguientes actividades están diseñadas para adaptarse a diversas limitaciones de espacio y disponibilidad de equipo. Hacen hincapié en patrones de movimiento funcionales que se traducen directamente en actividades del mundo real como navegar por parques infantiles, participar en educación física y gestionar los desafíos ambientales de forma segura.

# Actividad 6: Carrera de Obstáculos de Caminata de Animales

## Caminata de Oso

Manos y pies en el suelo, trasero levantado. Fortalece hombros, core y promueve el soporte de peso a través de los brazos. Excelente para la coordinación bilateral y la planificación motora.

## Caminata de Cangrejo

Posición sentada, manos hacia atrás, levanta las caderas y camina hacia atrás. Desarrolla la fuerza de brazos y core mientras desafía la planificación motora y la conciencia espacial en dirección inversa.

## Salto de Rana

Sentadilla profunda con las manos entre las piernas, salto explosivo hacia adelante. Desarrolla la fuerza de la parte inferior del cuerpo, la potencia, el equilibrio y las habilidades de salto bilateral esenciales para actividades de juego.

**Implementación:** Cree una narrativa de aventura donde el niño debe moverse a través de diferentes "hábitats" utilizando caminatas de animales específicas. Configure un curso con marcadores visuales que indiquen qué movimiento animal usar en cada sección. Utilice cinta adhesiva en el suelo, conos o alfombras para definir los caminos. Incluya variaciones: "¡El río es ancho, usa grandes pasos de oso!" o "¡El túnel es bajo, camina como un cangrejo para pasar!" Incorpore sonidos y características de animales para aumentar la participación. Agregue desafíos cognitivos como recolectar tarjetas con imágenes o seguir una secuencia específica.

**Beneficios Terapéuticos:** Estas actividades de soporte de peso proporcionan información propioceptiva que muchos niños con TEA encuentran organizadora y calmante. Desarrollan la estabilidad del hombro necesaria para tareas de motricidad fina, al mismo tiempo que abordan la fuerza del core, la planificación motora y la conciencia corporal en un contexto divertido e imaginativo.

# Actividad 7: Ruta de Desafío en la Viga de Equilibrio

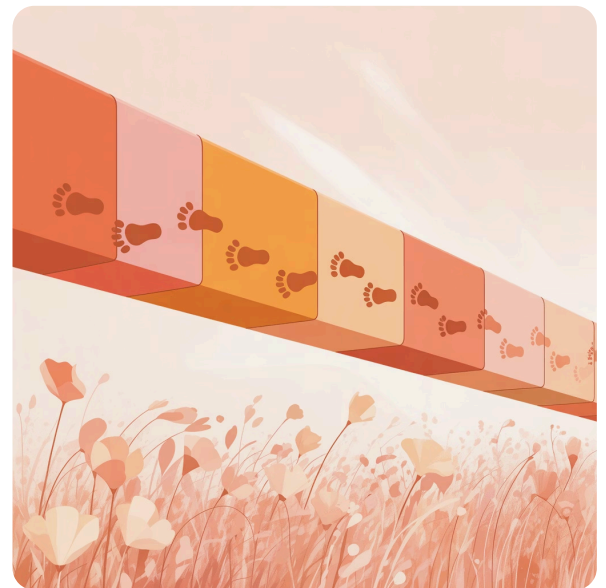
## Objetivos Clínicos

- Desarrollar habilidades de equilibrio estático y dinámico
- Mejorar el control postural y la estabilidad del tronco
- Mejorar la planificación motora y la conciencia corporal
- Fomentar la confianza con movimientos desafiantes

## Materiales y Preparación

- Viga de equilibrio (comercial o casera hecha con madera de 2x4)
- Bloques de espuma o flotadores de piscina para alturas variables
- Sacos de semillas, juguetes pequeños o imágenes para transportar
- Obstáculos para pasar por encima o rodear
- Marcadores visuales para la colocación de los pies

**Nota de seguridad:** Siempre supervise al niño de manera apropiada y asegúrese de que la altura de la viga sea adecuada para el nivel de habilidad. Comience con vigas a nivel del suelo antes de elevarlas.



## Desafíos Progresivos

1. Caminar hacia adelante sobre la viga con los brazos extendidos
2. Caminar transportando un objeto con ambas manos
3. Caminar hacia atrás (planificación motora más desafiante)
4. Caminar de lado, cruzando un pie sobre el otro
5. Detenerse a mitad de camino y completar un desafío de equilibrio
6. Pasar por encima de obstáculos colocados en la viga
7. Caminar mientras se juega a la pelota con el terapeuta

Cree caminatas temáticas en la viga: "cruzando el puente sobre lava", "caminando por la cuerda floja en el circo" o "caminando por el tablón en un barco pirata". Utilice apoyos visuales que muestren la colocación o dirección de los pies. Incorpore tareas duales como contar pasos, identificar colores en tarjetas o responder preguntas mientras se mantiene el equilibrio. Esta carga cognitiva hace que la actividad sea más funcional, ya que la vida real requiere manejar múltiples demandas simultáneamente. Documente el progreso anotando cuántos pasos se completaron de forma independiente, los tipos de asistencia necesaria y el nivel de confianza.

# Actividad 8: Práctica de Tiro con Sacos de Semillas



## Coordinación Bilateral

Lanzar requiere una coordinación sofisticada entre ambos lados del cuerpo, donde un lado estabiliza mientras el otro genera fuerza y libera.



## Habilidades Visomotoras

Apuntar y lanzar a un objetivo exige una integración precisa de la información visual con la respuesta motora para lograr precisión.



## Planificación Motora

Calcular la distancia, la fuerza y la trayectoria implica una planificación motora y una praxia complejas, habilidades que a menudo son un desafío en el TEA (Trastorno del Espectro Autista).

**Opciones de Configuración:** Utilice tableros de diana comerciales, dianas de cartón caseras con valores de puntos, aros de hula-hula en el suelo o cubos a diferentes distancias. Cree dianas temáticas que coincidan con los intereses del niño: lanzar a bocas de monstruos, derribar bolos o aterrizar en nenúfares numerados.

**Implementación:** Comience a corta distancia con dianas grandes. Demuestre la mecánica de lanzamiento adecuada: de cara al objetivo, pie opuesto hacia adelante, brazo hacia atrás, paso y lanzamiento. Proporcione retroalimentación inmediata sobre la precisión. Aumente gradualmente la distancia y disminuya el tamaño de la diana. Añada desafíos: lanzar con la mano no dominante, lanzar de pie sobre un cojín de equilibrio, lanzar por debajo del brazo versus por encima. Mantenga la puntuación para trabajar las habilidades matemáticas y mantener la atención en múltiples lanzamientos. Utilice horarios visuales que muestren "lanzar 5 veces, luego elegir una actividad de recompensa."

# Actividad 9: Voleibol con Globos

## ¿Por qué funcionan los globos?

Los globos se mueven lentamente por el aire, lo que proporciona un tiempo de reacción extendido que reduce la ansiedad y aumenta las tasas de éxito. Su naturaleza ligera permite que incluso los niños con fuerza limitada participen plenamente. El patrón de flotación impredecible desafía el seguimiento visual y la planificación motora en un formato indulgente.

## Objetivos Clínicos

- Mejorar la coordinación bilateral de los brazos
- Desarrollar el seguimiento visual y el sentido del tiempo
- Mejorar la estabilidad y la fuerza del hombro
- Practicar la planificación motora y la anticipación
- Fomentar la atención sostenida y el turno de juego

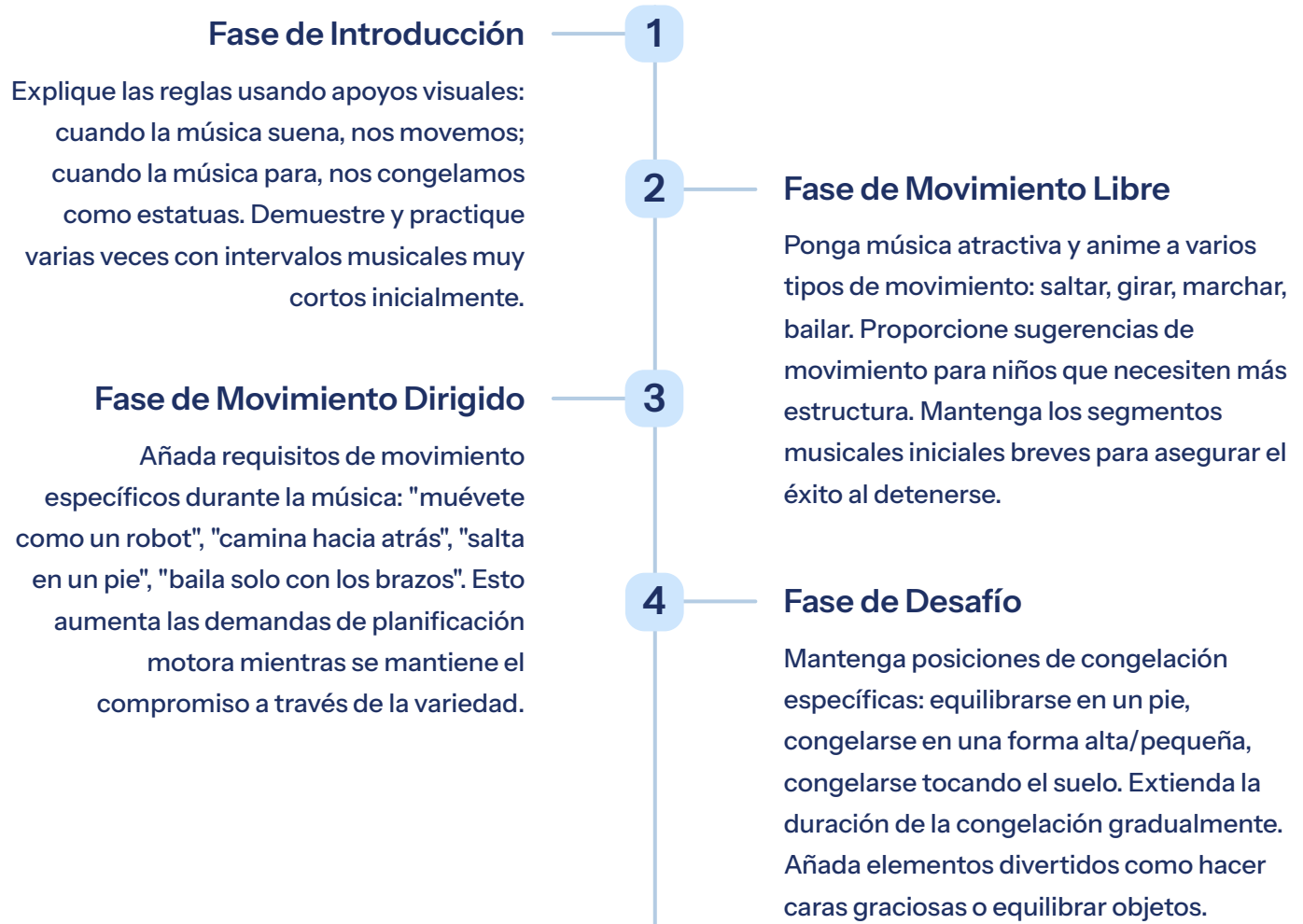
Transforme el juego con globos en una práctica estructurada de turno de juego estableciendo reglas claras: "Yo golpeo, tú golpeas, yo golpeo, tú golpeas". Utilice cuentas regresivas visuales o verbales antes de cada golpe para generar anticipación y atención. Incorpore el lenguaje nombrando colores o contando los golpes juntos. Esta actividad proporciona de forma natural una entrada propioceptiva organizativa a través de los movimientos de los brazos, al tiempo que desarrolla la atención sostenida y las habilidades motoras necesarias para la participación en juegos de grupo y actividades de educación física.

## Configuración y Variaciones

Utilice globos regulares o globos especiales con campanas en su interior para una retroalimentación auditiva. Cree una "red" con una cuerda o cinta. Juegue individualmente (mantener el globo en el aire), en parejas o en grupos pequeños. Establezca desafíos: usar solo la mano derecha, usar solo la mano izquierda, usar solo la cabeza, usar solo los pies, mantener dos globos en el aire simultáneamente.

**Estrategias de Gradación:** Las actividades más fáciles incluyen pelotas de playa grandes que se mueven lentamente, posiciones sentadas que reducen las demandas de equilibrio, y el terapeuta haciendo la mayor parte del posicionamiento. Las variaciones más difíciles usan globos más pequeños, requieren posiciones de pie o de rodillas, añaden reglas sobre los estilos de golpeo, o incluyen moverse para golpear desde diferentes posiciones.

# Actividad 10: Movimiento Musical y Baile Congelado



**Valor Terapéutico:** Esta querida actividad apunta al control de impulsos, procesamiento auditivo, planificación motora y conciencia corporal. La naturaleza de inicio y parada desarrolla habilidades de autorregulación y atención a las señales auditivas. Seleccione la música estratégicamente: use música más tranquila para efectos organizativos o música energética para estimular el movimiento. Los niños con TEA a menudo se benefician de patrones musicales predecibles y señales auditivas claras que indican las transiciones. Considere crear un temporizador visual que muestre cuánto tiempo falta para la próxima congelación o usar efectos de sonido específicos para las señales de parada.

# Habilidades Sociales y Actividades de Turnos

Las habilidades de interacción social representan un área de desafío central para muchos niños con TEA (Trastorno del Espectro Autista). La terapia ocupacional puede abordar las habilidades fundamentales que apoyan el éxito social: atención conjunta, imitación, tomar turnos, compartir espacio y materiales, leer señales sociales y regular las emociones durante las demandas sociales. Las siguientes actividades integran el aprendizaje social dentro de contextos atractivos y estructurados que reducen la ansiedad al tiempo que proporcionan oportunidades de práctica repetidas.

Estas actividades están diseñadas con reglas claras, apoyos visuales y estructuras predecibles que ayudan a los niños con TEA a navegar las expectativas sociales con éxito. Cada actividad puede adaptarse para sesiones individuales (terapeuta como compañero social), grupos pequeños o consulta en entornos de aula. El énfasis está en construir experiencias sociales positivas que puedan generalizarse gradualmente a situaciones sociales menos estructuradas.



# Actividad 11: Desafíos de Construcción Cooperativa

## Objetivos Clínicos

Esta actividad se centra en la atención conjunta, la resolución colaborativa de problemas, la comunicación de ideas, el compromiso y la flexibilidad, el disfrute compartido y el mantenimiento del compromiso con un compañero, todos ellos componentes esenciales de una interacción exitosa entre pares.

## Materiales Necesarios

Materiales de construcción como bloques, baldosas magnéticas, ladrillos LEGO o tablones de madera. Incluir tarjetas con imágenes que muestren estructuras para construir juntos, un temporizador para los desafíos y un horario visual de turnos. Una cámara para documentar las creaciones añade motivación.

## Estructura de Implementación

Presentar un desafío de construcción que requiera cooperación: "Construyan un puente lo suficientemente alto para que el coche pase por debajo" o "Creen una casa con una puerta y dos ventanas." Establecer roles claros usando apoyos visuales: el Socio 1 coloca los bloques, el Socio 2 entrega los bloques; luego intercambiar. Modelar lenguaje colaborativo: "¿Qué deberíamos construir a continuación?" "¡Me gusta tu idea!"

## Gradación para el Éxito

Comenzar con juego paralelo (construyendo lado a lado con materiales propios), progresar a materiales compartidos con roles asignados, avanzar a la planificación y construcción colaborativa, culminar en la negociación flexible de una creación conjunta sin roles asignados.



**Estrategias Terapéuticas:** Utilizar un tablero visual de turnos que muestre a quién le toca añadir un bloque. Establecer un temporizador para cada turno para evitar que un niño domine. Proporcionar andamiaje verbal: "Dile a tu compañero qué pieza necesitas." Celebrar el éxito conjunto con entusiasmo para construir asociaciones positivas con la colaboración. Si surge un conflicto, hacer una pausa y resolver el problema utilizando apoyos visuales que muestren opciones. Tomar fotos de los proyectos terminados para revisar los éxitos y desarrollar habilidades narrativas en torno a experiencias compartidas.

# Actividad 12: Charadas de Emociones

## Objetivos Clínicos

- Mejorar el reconocimiento de expresiones faciales y lenguaje corporal
- Desarrollar vocabulario emocional y etiquetado
- Practicar la comunicación no verbal intencional
- Desarrollar la toma de perspectiva y la cognición social
- Mejorar la imitación y la planificación motora para gestos sociales

## Materiales Necesarios

- Tarjetas de emociones con expresiones faciales claras
- Espejo para autoobservación
- Tablero de opciones visuales para adivinar
- Historias sociales sobre diferentes emociones
- Opcional: accesorios como sombreros o disfraces sencillos

## Proceso Paso a Paso

1. Revisar juntos las tarjetas de emociones, discutiendo cómo se ve cada emoción (ojos, boca, postura corporal)
2. Practicar cada expresión frente al espejo
3. El Jugador 1 saca una tarjeta de emoción sin mostrársela al compañero
4. El Jugador 1 representa la emoción usando la cara y el cuerpo
5. El Jugador 2 adivina usando el tablero de opciones visuales o verbalmente
6. Revelar la tarjeta y discutir: ¿Qué pistas te ayudaron a adivinar?
7. Intercambiar roles y repetir
8. Añadir complejidad: mostrar la emoción en contexto (representar un escenario)

**Adaptación:** Para principiantes, comience con solo dos emociones altamente contrastantes. Progrese a cuatro emociones básicas, luego agregue sentimientos más matizados como frustrado, orgulloso o avergonzado.

Esta actividad aborda directamente los desafíos de cognición social comunes en el TEA. Al desglosar los componentes de la expresión emocional y proporcionar práctica estructurada en un formato de juego de bajo riesgo, los niños pueden desarrollar habilidades que normalmente se adquieren incidentalmente a través de la observación. La estructura de turnos garantiza una participación equitativa, mientras que el formato de juego de adivinanzas mantiene el compromiso y la motivación.

# Actividad 13: Jenga de Conversación



## Preparación

Escribe iniciadores de conversación, preguntas o escenarios sociales en bloques de Jenga usando categorías como: "Cuéntame sobre tu día", "Hazle una pregunta a tu compañero", "Comparte algo que te guste", "Haz un cumplido."



## Tomen Turnos

Los jugadores se alternan sacando bloques, siguiendo las reglas estándar de Jenga. El desafío motor fino de retirar los bloques con cuidado añade una dificultad atractiva, mientras que el componente social se siente secundario, reduciendo la ansiedad.



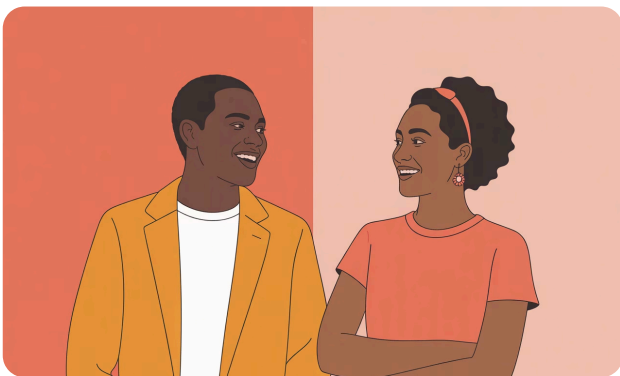
## Completa la Indicación

Después de sacar un bloque, el jugador lee (o tú lees) la indicación y responde. Anima a la elaboración más allá de palabras sueltas. El compañero practica la escucha activa manteniendo contacto visual y ofreciendo respuestas relevantes.



## Desarrolla Habilidades

El juego continúa hasta que la torre cae, proporcionando una repetición natural de las habilidades de conversación. La estructura predecible reduce la incertidumbre, mientras que las variadas indicaciones desarrollan la flexibilidad en la comunicación social.



**Valor Clínico:** Esta actividad combina brillantemente el desafío motor con las demandas sociales, evitando la hiperconcentración en un solo elemento. Los niños practican iniciar conversaciones, responder preguntas con suficiente detalle, hacer preguntas de seguimiento y mantener un intercambio recíproco, todos componentes clave de una conversación exitosa. La estructura del juego proporciona turnos y puntos finales naturales, abordando desafíos comunes relacionados con saber cuándo dejar de hablar o cuándo es el turno de otra persona. Adapta las indicaciones para objetivos específicos: hacer preguntas, compartir intereses, tomar perspectiva o discutir emociones.

# Actividad 14: Carrera de Obstáculos en Pareja



## Colaboración a Través del Movimiento

Cree una carrera de obstáculos que requiera que dos personas la completen con éxito. Los compañeros deben permanecer conectados (tomados de la mano, sujetando los extremos opuestos de una cuerda o manteniendo contacto con una pelota de playa entre ellos) durante todo el recorrido.

## Elementos del Recorrido

- Pasar por encima de obstáculos manteniendo el contacto
- Gatear juntos por debajo de barreras
- Caminar lado a lado por una viga de equilibrio
- Navegar alrededor de conos en movimiento sincronizado
- Completar una estación de tarea juntos (ambos construyendo algo)

**Objetivos Clínicos:** Esta actividad físicamente exigente trabaja la cooperación, la conciencia espacial, la comunicación, la planificación motora con un compañero y la resolución compartida de problemas. Los compañeros deben ajustar constantemente el ritmo, la dirección y la calidad del movimiento para mantenerse sincronizados, lo que requiere una atención continua a las acciones y necesidades de su pareja.

**Consejos de Implementación:** Comience con recorridos muy simples y métodos de conexión altamente estructurados (sujetar una cuerda corta). Modele cómo comunicarse: "Voy a pasar ahora, ¿estás listo/a?" Procese después de la finalización: ¿Qué fue difícil? ¿Cómo trabajaron juntos? ¿Qué harían diferente la próxima vez? Filmen el intento y revísenlo juntos, señalando los momentos de coordinación exitosa. Aumente gradualmente la complejidad y reduzca la estructura del método de conexión. Esta actividad sienta las bases para el juego cooperativo y la participación en deportes de equipo.

# Actividad 15: Práctica de Habilidades Sociales con Juegos de Mesa

## Esperar y Tomar Turnos

Los juegos de mesa requieren inherentemente esperar turnos, una habilidad desafiante para muchos niños con TEA. Utilice indicadores visuales de turno y practique comportamientos de espera apropiados: manos en el regazo, observar a otros jugar, cuerpo tranquilo.

## Seguir Reglas

Los juegos proporcionan reglas claras y consistentes que reducen la ambigüedad social. Cree tarjetas visuales de reglas como referencia. Practique seguir reglas en un contexto estructurado que luego pueda generalizarse a reglas sociales menos explícitas.

## Manejo de Emociones

Ganar y perder ofrecen oportunidades naturales para practicar la regulación emocional y la buena deportividad. Utilice historias sociales de antemano sobre ser un buen ganador (no presumir) y un buen perdedor (felicitar al ganador).

## Comunicación Social

Los juegos crean oportunidades para comentar, animar a otros, pedir ayuda y celebrar juntos. Entrene el lenguaje apropiado relacionado con el juego: "¡Buena jugada!", "¡Ahora te toca a ti!", "¡Estuvo cerca!"

**Estrategia de Selección de Juegos:** Elija juegos cooperativos donde todos los jugadores trabajan hacia un objetivo común para reducir el estrés competitivo inicialmente. Ejemplos incluyen Hoot Owl Hoot, Outfoxed o Forbidden Island. Estos desarrollan habilidades de colaboración sin las demandas emocionales de ganar/perder. Progrese a juegos competitivos simples con condiciones de victoria claras y tiempos de juego cortos como Conecta Cuatro o Uno. Evite juegos con reglas ambiguas o grandes demandas estratégicas inicialmente.

**Enfoque Terapéutico:** Grabe en video las sesiones de juego y revíselas, señalando comportamientos sociales positivos. Cree una lista de verificación de habilidades sociales específica para jugar y revísela antes y después. Proporcione comentarios positivos específicos: "¡Me di cuenta de que esperaste con mucha paciencia durante mi turno!" Si ocurre frustración, haga una pausa y resuelva el problema utilizando apoyos visuales. El objetivo es construir asociaciones positivas con el juego social, no un rendimiento perfecto.

# Actividades Creativas Basadas en lo Sensorial

Las experiencias sensoriales forman la base de cómo comprendemos e interactuamos con nuestro entorno. Muchos niños con TEA (Trastorno del Espectro Autista) presentan patrones atípicos de procesamiento sensorial: algunos buscan una entrada sensorial intensa, otros evitan sensaciones específicas y muchos muestran una compleja mezcla de ambos patrones. Las actividades basadas en lo sensorial cumplen múltiples propósitos terapéuticos: pueden ser organizadoras y calmantes, desarrollan la tolerancia a experiencias sensoriales variadas, mejoran la conciencia corporal y proporcionan contextos naturales para la exploración y la creatividad.

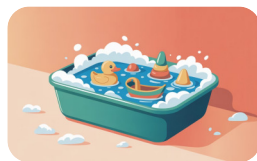
Las siguientes actividades están diseñadas para proporcionar experiencias sensoriales ricas y controladas dentro de contextos terapéuticos. Cada actividad puede modificarse para adaptarse a los perfiles sensoriales individuales, reduciendo la intensidad para niños con sensibilidades sensoriales o mejorando la entrada para niños que buscan más estimulación. El elemento creativo transforma la exploración sensorial en una actividad significativa con un resultado tangible, lo que apoya el compromiso y el sentido de logro.

# Actividad 16: Estaciones de Exploración de Contenedores Sensoriales



## Estación de Materiales Secos

Llene recipientes con arroz, frijoles, pasta o arena cinética. Agregue cucharas, recipientes y objetos ocultos. Proporciona entrada táctil y oportunidades para verter, recoger y clasificar. Graduado de materiales grandes a texturas progresivamente más finas.



## Estación de Materiales Húmedos

Use agua con burbujas, espuma o perlas de agua. Incluya herramientas como jeringas para pavo, esponjas y recipientes. Ofrece actividades de resistencia al apretar y verter. La temperatura puede variar para una dimensión sensorial adicional.



## Estación de Materiales Maleables

Proporcione masilla terapéutica, arcilla o masa con diversas resistencias. Incluya herramientas para la manipulación. Ofrece entrada de presión profunda en manos y dedos. Puede ser perfumada o texturizada para cualidades sensoriales adicionales.

**Estrategia de Implementación:** Configure 3-4 estaciones sensoriales y cree un horario visual que muestre la rotación a través de cada estación. El tiempo en cada estación puede comenzar breve (3-5 minutos) y extenderse a medida que aumenta la tolerancia. Proporcione expectativas claras: "Explore los materiales, mantenga los materiales en el recipiente, limpie cuando suene el temporizador". Tenga a mano objetos para manipular o actividades alternativas para los niños que encuentran ciertas texturas aversivas. Documente las preferencias sensoriales y las respuestas para guiar la selección de actividades futuras.

**Objetivos Clínicos:** Desarrollar la tolerancia táctil, mejorar la discriminación sensorial, potenciar las habilidades motoras finas a través de la manipulación, practicar el compromiso sostenido con las tareas, seguir instrucciones de varios pasos para actividades de exploración.

# Actividad 17: Pintar Sin Pinceles

## Herramientas No Convencionales

Ofrezca diversos métodos de pintura para explorar diferentes experiencias sensoriales y patrones de movimiento:

- Dedos y manos (entrada táctil directa)
- Esponjas (compresión y textura)
- Bolas de algodón (tacto suave y ligero)
- Coches de juguete (patrones rodantes, líneas predecibles)
- Pulverizadores (motricidad gruesa, causa-efecto)
- Rodar canicas (caos controlado, seguimiento visual)
- Sumergir y arrastrar cuerdas (patrones abstractos)
- Plástico de burbujas (impresiones de textura, sonidos de estallido)

## Configuración y Proceso

Prepare el espacio de trabajo con papel grande, pinturas lavables y las herramientas seleccionadas. Comience con una demostración de un método a la vez. Permita la exploración libre o proporcione directrices simples: "Haz que el coche conduzca por todo el papel" o "Usa tres colores diferentes".

Enfatice el proceso sobre el producto. No hay una forma incorrecta de crear. Narre las experiencias sensoriales: "La pintura se siente fría y resbaladiza" o "La esponja hace puntos suaves". Tome fotos del proceso y de la obra de arte final.

**Modificaciones Sensoriales:** Use pintura espesa y suave para una entrada táctil más intensa. Agregue textura (arena, purpurina) a la pintura para una sensación variada. Ofrezca delantales o dedales para niños reacios al desorden. Proporcione acceso inmediato a la limpieza para reducir la ansiedad.

**Valor Terapéutico:** Esta actividad desensibiliza sistemáticamente a las texturas desordenadas mientras desarrolla la confianza creativa. La variedad de herramientas se adapta a diferentes preferencias sensoriales; los niños pueden seleccionar métodos que coincidan con su nivel de comodidad y gradualmente probar opciones más desafiantes. El arte procesual reduce la presión de rendimiento, apoyando la participación de niños con tendencias perfeccionistas o confianza limitada en habilidades artísticas.



# Actividad 18: Creación de Slime y Gak Casero

01

## Reunir Ingredientes

La receta básica requiere pegamento escolar blanco, agua y almidón líquido o solución de bórax. Los aditivos opcionales incluyen colorante alimentario, purpurina, cuentas de espuma o aceites esenciales para dar aroma. Prepare las herramientas de medición y los recipientes para mezclar.

02

## Medir y Mezclar

Siga la receta con precisión, practicando habilidades de medición y siguiendo instrucciones secuenciales. Vierta el pegamento, añada agua, incorpore el color. Revuelva bien, proporcionando un trabajo resistivo para el fortalecimiento de la mano y la coordinación bilateral.

03

## Añadir Activador

Agregue lentamente el almidón líquido mientras revuelve continuamente. Observe la notable transformación de líquido a sólido. Esta reacción química demuestra causa-efecto y capta la atención a través de un cambio dramático.

04

## Amasar y Jugar

Retire del recipiente y amase hasta lograr la consistencia deseada. Explore sus propiedades: estirar, tirar, empujar, rodar. Descubra qué sucede al tirar rápidamente versus lentamente, demostrando propiedades no newtonianas.

05

## Extender el Aprendizaje

Esconda objetos pequeños en el slime para encontrarlos. Haga impresiones con sellos o juguetes. Use cortadores de galletas para formas. Experimente combinando diferentes colores. Almacene en recipientes herméticos para jugar repetidamente.

**Beneficios Clínicos:** El proceso de creación fomenta el seguimiento de instrucciones, las habilidades de medición y la comprensión de la química. Las propiedades sensoriales únicas del slime —elástico, moldeable, ligeramente pegajoso— proporcionan una intensa entrada táctil y propioceptiva que muchos niños encuentran reguladora. El tirón resistivo fortalece las manos, mientras que las propiedades de fluidez y goteo ofrecen una fascinante exploración sensorial. Esta es una excelente actividad para desarrollar la tolerancia a texturas inusuales en un contexto altamente motivador.

# Actividad 19: Creación de Collage Natural



## Aventura de Recolección

Comience con un paseo por la naturaleza para recolectar materiales: hojas, flores, pequeñas piedras, ramitas, vainas de semillas, plumas o corteza. El componente al aire libre proporciona entrada vestibular, actividad motora gruesa y experiencias sensoriales naturales. Utilice una bolsa o canasta de recolección. Fomente la observación y selección de elementos interesantes.

**Consideraciones Sensoriales:** Los materiales naturales ofrecen una increíble variedad textural: piedras lisas, corteza áspera, pétalos suaves, vainas de semillas espinosas. Esta diversidad apoya la exploración sensorial sin dejar de ser "natural" y a menudo menos amenazante que las texturas fabricadas. Para niños con sensibilidades táctiles, use pinzas o tenazas para manipular los materiales inicialmente. La naturaleza orgánica e irregular de los materiales reduce las preocupaciones perfeccionistas: no hay una forma "incorrecta" de organizar objetos naturales.

**Ideas de Extensión:** Cree collages estacionales que registren los cambios en la naturaleza. Haga mandalas con materiales naturales (dispuestos pero no pegados). Cree "personas" o animales de la naturaleza a partir de objetos encontrados. Presione flores entre papel encerado para crear atrapasoles. Use elementos recolectados para imprimir patrones en pintura o arcilla.

## Objetivos Clínicos

- Exponer a texturas y materiales naturales variados
- Desarrollar la planificación visual-espacial para la composición
- Practicar habilidades motoras finas: pegar, organizar, presionar
- Desarrollar habilidades de categorización y clasificación
- Mejorar la atención al detalle y la observación
- Crear una conexión significativa con el entorno natural

## Proceso de Creación

Proporcione cartulina o papel grueso como base. Ofrezca pegamento en varias formas: pegamento líquido, barras de pegamento o puntos de pegamento, permitiendo que los niños seleccionen según sus preferencias sensoriales. Organice los materiales antes de pegarlos para planificar la composición. Discuta patrones, colores y opciones de diseño. Algunos niños se benefician de plantillas o contornos; otros prosperan con total libertad creativa.

# Actividad 20: Juego Sensorial con Espuma de Afeitar

## Exploración Pura

Rocíe espuma de afeitar directamente sobre la mesa o bandeja. Fomente el juego libre: esparcir, dibujar, hacer impresiones, mezclar colores. La textura similar a una nube y el aroma fresco proporcionan una entrada sensorial única. Fácil limpieza con un paño húmedo.

## Integración del Aprendizaje

Practique escribir letras o números en la espuma de afeitar. Dibuje formas o imágenes. Esconda objetos pequeños para que los encuentren al tacto. Juegue tres en raya o juegos sencillos. La naturaleza efímera elimina la presión por el rendimiento: los errores desaparecen con un simple barrido.

## Creación Artística

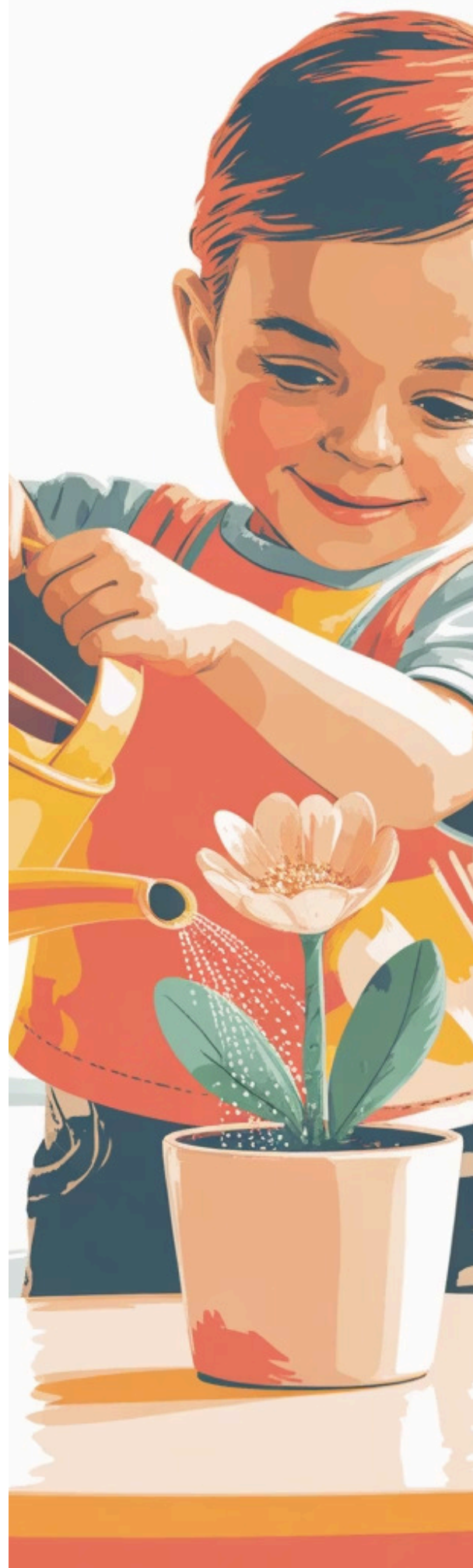
Mezcle colorante alimentario con la espuma de afeitar sobre papel. Extienda para crear diseños. Presione una segunda hoja encima y separe para obtener papel marmoleado con imagen especular. O raspe diseños con herramientas para obtener patrones y texturas interesantes.

**Aplicaciones Terapéuticas:** La espuma de afeitar ofrece una intensa entrada táctil en un medio "desordenado" que, en realidad, es bastante fácil de manejar: no mancha y se limpia rápidamente. Su textura esponjosa y ligera atrae a muchos niños que no les gustan las sustancias más pesadas y pegajosas. Escribir en espuma de afeitar proporciona una retroalimentación táctil inmediata que mejora el aprendizaje de la formación de letras. La presión profunda al esparcir y presionar la crema proporciona una entrada propioceptiva organizadora.

**Seguridad y Preparación:** Utilice variedades sin aroma para niños sensibles a los olores. Pruebe primero en una pequeña área de la piel para verificar sensibilidades. Supervise de cerca para evitar la ingestión. Cubra las superficies cercanas. Tenga los materiales de limpieza inmediatamente accesibles. Para los niños que dudan sobre el contacto directo, proporcione herramientas como espátulas, cucharas o rasquetas para manipular la crema inicialmente. Documente la tolerancia y el disfrute para realizar un seguimiento de los cambios en el procesamiento sensorial a lo largo del tiempo.

# Actividades Funcionales Adicionales

Más allá de las actividades específicas de dominio ya presentadas, los siguientes ejercicios abordan habilidades funcionales que integran múltiples áreas de desarrollo. Estas actividades se centran en competencias del mundo real: habilidades de autocuidado, funcionamiento ejecutivo, secuenciación e independencia en las tareas diarias. Cada actividad mantiene el enfoque lúdico y atractivo mientras desarrolla capacidades que impactan directamente la habilidad del niño para manejar las demandas cotidianas en el hogar y la escuela.



# Actividad 21: Carrera de Disfraces con Equipo Adaptativo

## Enfoque Clínico

Las habilidades de vestirse representan competencias críticas de autocuidado que impactan directamente la independencia y la autoestima. Muchos niños con TEA (Trastorno del Espectro Autista) luchan con la planificación motora, la coordinación bilateral y las demandas de secuenciación de las tareas de vestirse.

## Preparación

Cree dos pilas de prendas de vestir con varios cierres: botones, cremalleras, broches, velcro, cordones. Incluya camisas, pantalones, calcetines, zapatos, chaquetas y sombreros. Use equipo adaptativo como abotonadores, tiradores de cremallera con anillas o cordones elásticos según sea apropiado.

**Estrategias de Enseñanza:** Descomponer cada habilidad de abrochado en pasos componentes con apoyos visuales. Usar el encadenamiento hacia atrás —usted completa la mayoría de los pasos, el niño/a hace el paso final, retrocediendo gradualmente a través de la secuencia. Proporcionar guía mano sobre mano inicialmente, desvanecer a señales verbales, luego completar de forma independiente. Practicar habilidades específicas de forma aislada (tablero de botones, tablero de cremalleras) antes de integrar en el vestido completo. Hacerlo divertido y tonto —poner la ropa al revés, crear combinaciones de disfraces extravagantes— para reducir la presión y aumentar la participación.

## Estructura de la Actividad

1. Comenzar con el niño/a con ropa básica
2. Poner un temporizador o música
3. El niño/a se pone prendas de la pila —está bien si es sobre la ropa existente
4. Practicar abrochar cada prenda completamente
5. Puede competir contra el temporizador, contra el terapeuta o para superar su marca personal
6. Celebrar la finalización y revisar los cierres desafiantes

**Graduación:** Comenzar con elementos fáciles (pantalones de tirar, zapatos sin cordones). Progresar a cierres simples (botones grandes, cremalleras). Avanzar a cierres complejos (botones pequeños, lazos, cordones). Reducir las señales visuales y la asistencia física sistemáticamente.

# Actividad 22: Proyectos de Cocina para Seguir Instrucciones

## Selección de Recetas

Elija recetas sencillas sin cocción con 4-6 pasos claros: mezcla de frutos secos, brochetas de frutas, sándwiches o parfaits de yogur. Cree tarjetas de recetas visuales con fotos que muestren cada paso y los ingredientes necesarios.

## Ensamblaje Secuencial

Siga los pasos de la receta en orden utilizando apoyos visuales. Practique la secuencia "primero, luego". Marque cada paso completado en una lista de verificación visual para fomentar la conciencia de la progresión del proceso.

1

2

3

4

## Preparación de Ingredientes

Practique la medición, el vertido y la combinación de ingredientes. Utilice herramientas adaptadas como tazas medidoras de fácil agarre o recipientes con boquillas para verter. Desarrolle habilidades matemáticas mediante la medición y el conteo.

## Finalización y Disfrute

Termine la preparación, limpie el espacio de trabajo y disfrute de la comida creada. Este refuerzo natural motiva poderosamente la participación en la actividad y construye asociaciones positivas con el seguimiento de instrucciones de varios pasos.

**Beneficios Clínicos:** La cocina aborda las funciones ejecutivas (planificación, secuenciación, organización), las habilidades motoras finas (verter, untar, cortar con herramientas seguras), la exploración sensorial de texturas de alimentos, el seguimiento de instrucciones de varios pasos, la conciencia de seguridad y la independencia en las habilidades para la vida. El resultado concreto y significativo proporciona una poderosa motivación: los niños pueden ver, tocar y probar el resultado de sus esfuerzos.

**Consideraciones Sensoriales:** La cocina ofrece una exposición sensorial natural a diversas texturas, olores y sabores de alimentos en un contexto poco exigente. Los niños pueden explorar alimentos sin la presión de comerlos. Comience con alimentos preferidos y sabores familiares, introduciendo gradualmente nuevas experiencias sensoriales. Algunos niños se benefician de usar delantales o guantes inicialmente. Otros disfrutan de la naturaleza desordenada y práctica de la preparación de alimentos. Documente las respuestas sensoriales para realizar un seguimiento del desarrollo de la tolerancia a lo largo del tiempo.



# Actividad 23: Estación de Lavado de Juguetes

## Preparación de la Estación de Agua

Llene dos recipientes: uno con agua jabonosa, otro con agua limpia para enjuagar. Reúna juguetes sucios (figuras de plástico, vehículos de juguete, bloques), cepillos para fregar, esponjas y toallas para secar.

## Proceso de Lavado

El niño frota los juguetes en agua jabonosa, lo que proporciona trabajo resistivo y entrada propioceptiva. Practica el uso apropiado de las herramientas. Trabaja los conceptos de limpio versus sucio.

## Enjuague y Secado

Transfiera los juguetes al agua de enjuague, practicando el cruce de la línea media. Seque completamente con toallas, desarrollando la fuerza de las manos a través de movimientos de apretar y limpiar.

## Clasificación y Almacenamiento

Clasifique los juguetes limpios por categoría, tamaño o color. Devuélvalos a sus lugares de almacenamiento adecuados. Practique habilidades organizativas y comprensión de categorías.



**Por qué funciona:** El lavado de juguetes transforma una tarea en un juego. El elemento de juego con agua es inherentemente motivador para la mayoría de los niños. Esta actividad desarrolla habilidades de autocuidado (lavado), organización, secuenciación, atención sostenida y responsabilidad, al tiempo que proporciona una rica entrada sensorial a través de la temperatura del agua, la textura del jabón y los movimientos resistivos de frotado.

**Variaciones:** Lave muñecas y practique la identificación de partes del cuerpo. Lave platos o alimentos de juguete para habilidades de juego dramático. Cree un "lavado de autos" para vehículos con estaciones de línea de ensamblaje. Agregue burbujas para una diversión sensorial adicional. Use varias temperaturas para explorar propiedades térmicas.

# Actividad 24: Búsqueda del Tesoro con Mapas Visuales



## Creación del Mapa

Dibuja un mapa simple del espacio de terapia o del hogar mostrando puntos de referencia. Marca la ubicación del tesoro con una X. Para principiantes, usa fotos de los lugares. Para los más avanzados, usa símbolos abstractos en el mapa que requieran interpretación.



## Seguimiento de Pistas

Proporciona pistas secuenciales que conduzcan al tesoro. Las pistas pueden ser escritas, pictóricas o verbales. Cada pista lleva a la siguiente ubicación. Desarrolla el pensamiento secuencial y la memoria de trabajo a medida que el niño sigue el progreso.



## Descubrimiento del Tesoro

La ubicación final contiene el "tesoro": un juguete pequeño, pegatinas o una opción de actividad preferida. El éxito fomenta la confianza, las habilidades espaciales y la capacidad de resolución de problemas. Puede incorporar desafíos motores en cada ubicación de la pista.

**Aplicaciones Clínicas:** Las búsquedas del tesoro se enfocan en la conciencia espacial, la percepción visual, la secuenciación, la memoria de trabajo, la planificación motora (navegación a ubicaciones), el seguimiento de instrucciones, la resolución de problemas y la atención sostenida para completar tareas. El formato de búsqueda, intrínsecamente motivador, mantiene el compromiso a través de múltiples pasos.

**Variaciones de Implementación:** Búsquedas interiores para espacios pequeños o búsquedas exteriores para una entrada motora gruesa. Búsquedas individuales o en pareja que requieran colaboración. Búsquedas simples de 3 pasos o aventuras complejas de 10 pasos. Incluye desafíos físicos en cada ubicación: saltar cinco veces, hacer tres caminatas de animales, mantener el equilibrio durante 10 segundos. Crea búsquedas temáticas: tesoro pirata, huevos de dinosaurio, misiones de superhéroes. Documenta el éxito y aumenta gradualmente la complejidad de los mapas y las pistas.



# Actividad 25: Carreras de Ensamblaje de Rompecabezas

## Tipos y Progresión

Los rompecabezas varían desde sencillos encajables de 4-6 piezas hasta complejos puzzles de más de 100 piezas. Seleccione según las habilidades visual-perceptivas y motoras finas actuales. Progrese desde:

- Clasificadores de formas simples y rompecabezas de encastre
- Rompecabezas de piezas grandes con asas (6-12 piezas)
- Rompecabezas de piso con piezas grandes (24-48 piezas)
- Rompecabezas tradicionales con piezas pequeñas (50-100+ piezas)

Dentro de cada tipo, la dificultad varía según la complejidad de la imagen, la similitud de la forma de las piezas y el contraste visual.

## Formatos de Carrera

- **Contra el reloj:** Completar el rompecabezas antes de que termine el tiempo — midiendo y celebrando la mejora de la velocidad a lo largo de las sesiones
- **Contra uno mismo:** Superar el mejor tiempo personal, fomentando una mentalidad de crecimiento y el seguimiento del progreso
- **Contra un compañero:** Cada persona tiene un rompecabezas idéntico, compiten por completarlo (asegurar una igualdad justa de la dificultad)
- **Ensamblaje en equipo:** Trabajar juntos para completar un rompecabezas grande de forma cooperativa

**Enseñanza de Estrategias:** Enseñar explícitamente estrategias para rompecabezas en lugar de asumir las habilidades. Separar las piezas del borde primero. Agrupar las piezas por color. Mirar la imagen de referencia. Intentar un escaneo sistemático. Rotar las piezas para probar el encaje.

**Valor Clínico:** Los rompecabezas desarrollan habilidades visual-perceptivas, razonamiento espacial, resolución de problemas, tolerancia a la frustración, persistencia, manipulación motora fina e integración viso-motora. El objetivo definido y el punto de finalización claro apoyan el compromiso con la tarea. Las demandas cognitivas desarrollan la función ejecutiva — planificación, organización y pensamiento flexible cuando las piezas no encajan como se esperaba. El éxito con los rompecabezas construye confianza en las habilidades de resolución de problemas que se generalizan a otras tareas desafiantes.

# Actividad 26-30: Actividades Adicionales de Referencia Rápida



## 26. Juego de la Linterna

Habitación tenue, usar la linterna para "marcar" objetos que coincidan con las indicaciones verbales.

Desarrolla el seguimiento visual, las habilidades de escucha y las respuestas motoras rápidas.

Añadir motricidad gruesa haciendo que el niño corra para marcar físicamente cada objeto.



## 27. Juego de Eco con Instrumentos

El terapeuta toca un ritmo simple en un instrumento de percusión, el niño lo imita.

Desarrolla el procesamiento auditivo, la planificación motora, la memoria de trabajo.

Progresar de patrones de 2 tiempos a secuencias complejas de varios pasos.



## 28. Actuación con Piedras de Cuento

Crear piedras con dibujos. El niño saca una piedra y representa ese elemento mientras construye una historia. Desarrolla la imaginación, la planificación motora, la secuenciación y las habilidades narrativas en un formato lúdico.



## 29. Carrera de Obstáculos de Habilidades de Corte

Crear tareas de corte progresivamente desafiantes: líneas rectas, curvas suaves, ángulos, formas complejas. Cada pieza cortada se convierte en el "boleto" para el siguiente obstáculo de motricidad gruesa. Integra el trabajo de motricidad fina y gruesa.



## 30. Actividad de Clasificación de Emociones

Proporcionar escenarios en tarjetas. El niño clasifica las emociones en categorías y discute cómo se sentiría en cada situación. Desarrolla la alfabetización emocional, la toma de perspectiva y la autoconciencia a través de una tarea de clasificación concreta.

Cada una de estas actividades puede ampliarse con planes de implementación detallados, pero esta referencia rápida proporciona ideas inmediatas para incorporar variedad adicional en las sesiones de terapia. Combine y adapte las actividades según las prioridades terapéuticas actuales, los intereses del niño y los recursos disponibles. Recuerde que la mejor actividad es aquella que involucra al niño y, al mismo tiempo, aborda objetivos clínicos significativos.

# Conclusión: Del Juego al Progreso

## El Arte y la Ciencia de la Intervención Lúdica

Las treinta actividades presentadas en esta guía representan más que solo juegos o pasatiempos. Cada una ha sido cuidadosamente diseñada para integrar objetivos terapéuticos dentro de contextos atractivos y motivadores que respetan los perfiles de aprendizaje únicos de los niños con trastorno del espectro autista. Cuando transformamos los objetivos clínicos en juego, aprovechamos la motivación natural de los niños para explorar, crear y dominar nuevas habilidades.

La terapia ocupacional más efectiva no se siente como terapia para el niño, se siente como diversión. Sin embargo, detrás de esa diversión se encuentra un razonamiento clínico sofisticado: seleccionar actividades que aborden déficits de habilidades específicas, graduar los desafíos de manera apropiada, proporcionar el apoyo justo y necesario, y avanzar sistemáticamente hacia la independencia funcional. Este es el arte de la terapia ocupacional pediátrica.

## Principios de Implementación a Recordar

- Siga el liderazgo e intereses del niño manteniendo la intención terapéutica
- Gradúe las actividades dinámicamente basándose en el rendimiento en tiempo real
- Celebre el esfuerzo y el progreso, no solo el rendimiento perfecto
- Utilice apoyos visuales generosamente para reducir la ansiedad y favorecer el éxito
- Ofrezca opciones siempre que sea posible para aumentar la motivación y la autonomía
- Documente lo que funciona para informar la planificación de futuras sesiones
- Colabore con las familias para extender el aprendizaje más allá de las sesiones de terapia

30

### Actividades Basadas en Evidencia

Cada una fundamentada en los principios de terapia ocupacional e investigación sobre la intervención efectiva para niños con TEA

4

### Dominios del Desarrollo

Cobertura integral de las habilidades motoras finas, motoras gruesas, sociales y de procesamiento sensorial

100%

### Marco Adaptable

Cada actividad incluye estrategias de graduación para individualizar a las necesidades y habilidades únicas de cada niño

Al implementar estas actividades, recuerde que no está simplemente llenando el tiempo de terapia, está construyendo las bases para habilidades, confianza e independencia para toda la vida. Cada interacción exitosa, cada desafío superado y cada momento de compromiso alegre contribuye a la trayectoria de desarrollo de ese niño. Las actividades basadas en el juego de esta guía son sus herramientas; su experiencia clínica, creatividad y genuino cuidado por el bienestar de cada niño son lo que transforman estas herramientas en una intervención significativa.

El juego es el trabajo de la infancia. En terapia ocupacional para niños con autismo, tenemos el privilegio de hacer que ese trabajo sea terapéutico, significativo y alegre.