

# HABITACIÓN

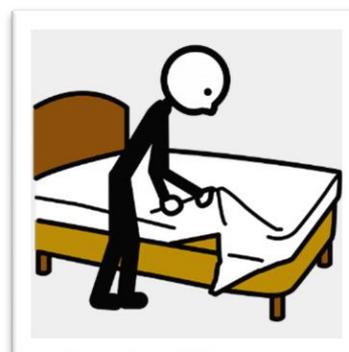


La habitación de cada niño/a es un lugar en el que con acciones de la vida diaria sin necesidad de crear un ambiente de rehabilitación se pueden trabajar varias áreas tanto de motricidad fina como gruesa y así favorecer en la adquisición de capacidades.

## HACER / DESHACER LA CAMA.

Un hábito simple y diario como hacer y deshacer la cama conlleva una serie de capacidades a nivel motriz como pueden ser:

- Rango articular.
- Tono muscular.
- Coordinación.
- Estabilidad.

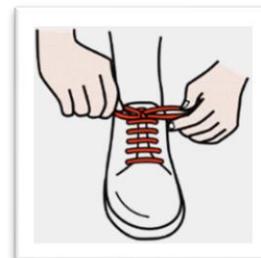
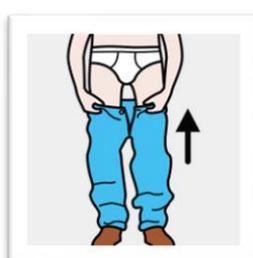
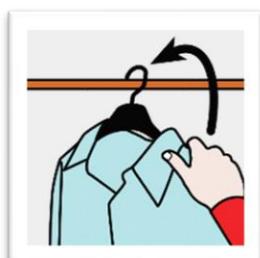
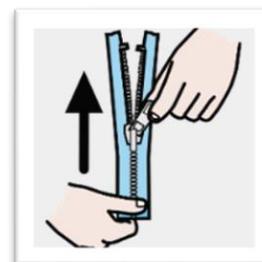
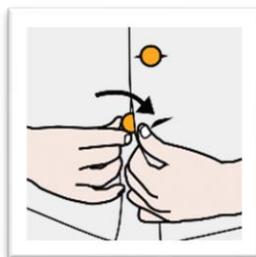


## VESTIRSE / DESVESTIRSE

La primera acción para poder vestirse o desvestirse es colgar, plegar, en definitiva, acceder a la ropa, este gesto que a priori puede parecer simple en niños con patologías motoras requiere un esfuerzo extra.

Se trabaja:

- ✓ Capacidad articular, tanto en miembro inferior como superior para elevar, estirar, doblar las extremidades y poder realizar la tarea.
- ✓ Tono muscular, La posición de bipedestación para poder subirse el pantalón, ponerse un jersey ya requiere y está trabajando el tono a nivel profundo para ser estable en esta postura.
- ✓ Motricidad fina: como concepto en general y en relación a la habilidad para abrochar, coger, subir etc. todo tipo de elementos como botones, gomas, cremalleras entre otros.
- ✓ Coordinación: A nivel de hemicuerpos y extremidades para sujetar mientras subes un pie o estirar la pierna y doblar los brazos para meter un pantalón son movimientos que tenemos interiorizados, pero requieren de una correcta coordinación corporal.



## RECOGER

En la habitación, nos podemos encontrar materiales de distintas texturas, pesos, formas etc. Y hay que colocarlo por toda la habitación en distintos armarios y cajones (abrir y cerrar), a diferentes alturas, con cajas de distintos tamaños y formas.

Por lo que se requiere una habilidad diferente en cada momento y esto ayuda a trabajar también a nivel sensorial, táctil etc.; Sin olvidar todas las capacidades anteriores que hemos nombrado en “vestirse/desvestirse “y “Hacer/deshacer la cama”.



Todas estas actividades se tienen que adaptar a las limitaciones de cada niño, haciéndole participe de ellas, pero sin que le suponga una frustración por no ser capaz de llevarlas a cabo de manera autónoma.

Existen adaptaciones de algunas tareas que se pueden incluir y facilitarlas. Como pueden ser:

- Abrocha-botones.
- Sustituir cordones por velcro.
- Ata-cordones facilitado.
- Alza para facilitar el acceso a las alturas o situaciones.
- Usar soportes para evitar caídas a la hora de vestirse, pared posterior, un refuerzo lateral etc.
- En el orden que el acceso a los cajones, o cubos de almacenaje sea grande con escotadura si es necesario, cambiar tiradores entre otros.



**FAVORECER LA COMUNICACIÓN**

**ESTIMULACIÓN DE LA COMUNICACIÓN. JUEGOS Y CANCIONES**

- Rimas
- Adivinanzas temáticas:



Cuatro patas tiene  
y no puede andar  
también cabecera  
sin saber hablar.

AMACAJ

No pienses que es una col,  
o que baila el "cha-cha-chá";  
búscala sobre tu cama,  
que yo te la he dicho ya.

AHCIOAJ

De nada me sirven  
estas cuatro patas,  
que quieta estoy siempre,  
sobre mí, el durmiente.

AMACAJ



Una señorita  
de carnes muy blandas,  
que sin ser enferma  
siempre está en la cama

AGAHOMIAAJ

Aunque al dormir me consultan  
nunca suelo contestar.

LA VIMOHADA

¿Quién será la desvelada,  
lo puedes tú discurrir?  
día y noche está acostada  
y no se puede dormir.

AMACAJ

Ropa:

<https://www.adivinizasparaninos.es/category/adivinizas-de-ropa-y-vestuario/>

No me utilizan los patos  
más me llevan de apellido,  
con «Z» empieza mi nombre,  
iy ya el resto es pan comido!



Por la noche me lo pongo,  
por el día me lo quito  
y en la siesta lo uso un poquito.

Dos buenas piernas tenemos  
y no podemos andar,  
pero el hombre sin nosotros  
no se puede presentar.

Tienen justo cinco dedos  
como la mano;  
se rellenan en invierno,  
se vacían en verano.

Juegos y juguetes:

<https://www.adivinizasparaninos.es/category/adivinizas-de-juegos-y-juguetes>

Son mis fichas amarillas,  
rojas, azules y verdes,  
si las comes y las pillas,  
tu te cuentas hasta veinte.



Once jugadores  
del mismo color,  
diez van por el campo,  
detrás de un balón.

Atada a una cuerda  
volaba y volaba  
y un niño en la tierra  
la sujetaba.

Tengo cadenas sin ser preso,  
si me empujas voy y vengo,  
en los jardines y parques  
muchos niños entretengo.

Adivinanzas del dormitorio:

<https://www.elhuevodechocolate.com/adivinanzas/adivin51.html>

Cuatro patas tiene  
y no puede andar  
también cabecera  
sin saber hablar.



No pienses que es una col,  
o que baila el chachachá;  
búscala sobre tu cama,  
que yo te la he dicho ya.

- Videos y Canciones infantiles para conocer las prendas de vestir y cuáles son las más adecuadas para cada estación:

Para poner la lavadora y recoger la ropa sucia:

<https://www.youtube.com/watch?v=7jcgqKQrHow>



Aprender a vestirse:

<https://www.youtube.com/watch?v=MLt9BL4j1B4>



Ropa de invierno y de verano:

<https://www.youtube.com/watch?v=IQZtRJ1qnug>



Ordenar la habitación:

<https://www.bing.com/videos/search?q=canci%c3%b3n+infantil+dormitorios&docid=608014889460258184&mid=EC03BD4FB245662A15BCEC03BD4FB245662A15BC&view=detail&FORM=VIRE>



### APOYO VISUAL CON PICTOGRAMAS

- Material manipulativo para trabajar el vocabulario en relación al campo semántico de la **lavandería** y la ropa. Se trabajan preguntas de razonamiento lógico y asociación de palabra con objeto real. (ARASAAC)

<https://arasaac.org/materials/es/4099>



## 1 - RESPONDER:

1. ¿Qué usamos para lavar la ropa?



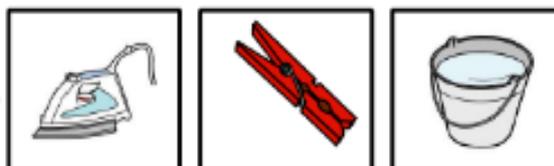
2. ¿Quién está planchando la ropa?



3. ¿Qué colocamos en la lavadora para lavar la ropa?



4. ¿Qué usamos para planchar la ropa?



5. ¿Qué cesto está vacío?



- Tableros relacionados con la ropa y los complementos:  
<https://arasaac.org/materials/es/3506>



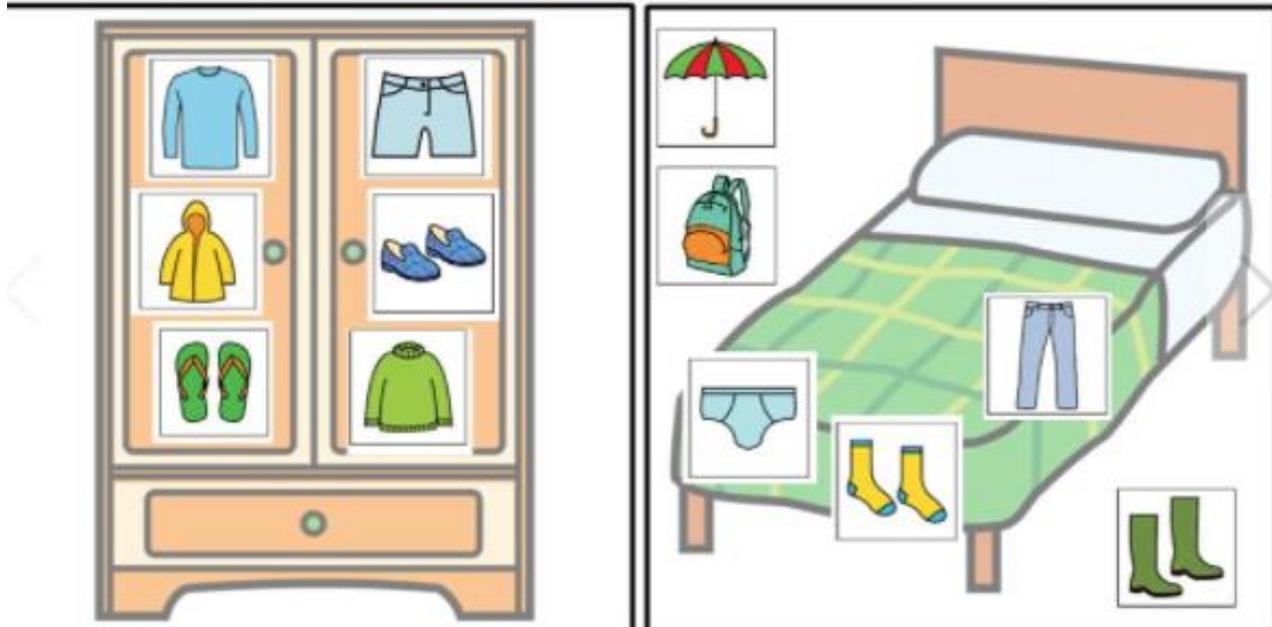
- Rutina “Preparar la ropa para vestirme”:

<https://arasaac.org/materials/es/2310>



Binba

HOY HACE...  Y VOY A...  ARASAAC



The main visual area is divided into two panels. The left panel shows a wardrobe with two doors and a drawer. The wardrobe doors contain icons for a blue long-sleeved shirt, light blue shorts, a yellow hooded jacket, blue shoes, green flip-flops, and a green sweater. The right panel shows a bed with a green and yellow checkered blanket. Surrounding the bed are icons for an umbrella, a backpack, blue pants, blue underwear, yellow socks, and green boots.

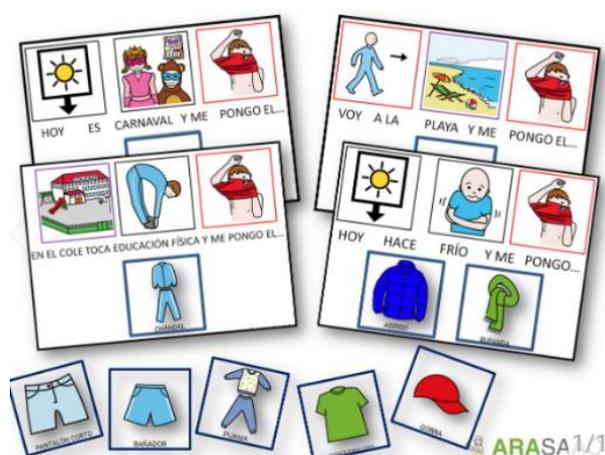


A horizontal row of ten small icons representing different clothing items: a red and yellow beanie, a red cap, a green scarf, a pair of colorful gloves, a brown jacket, a yellow cardigan, a blue denim shirt, a yellow jacket, a green hoodie, and a blue hoodie with a '1/4' label.

- Darle la opción de elegir la ropa que quiere llevar cada día y los complementos o accesorios que le gusta llevar (gafas, gorra, pulseras, colgantes, diademas, etc)



- ¿Qué me pongo en cada ocasión? (Clasificamos ropa en función de la estación del año)

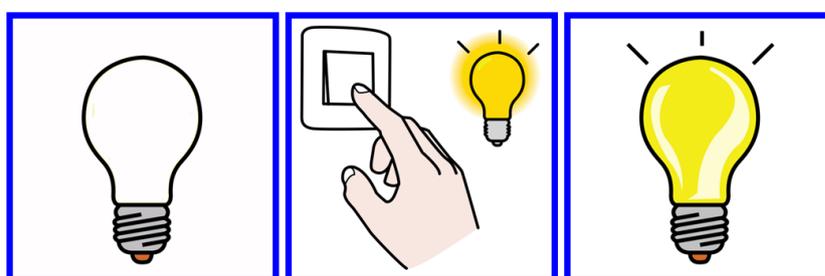


- Secuencias:

Se recomienda recortar las tarjetas y jugar a ordenarlos.

<https://arasaac.org/materials/es/3563>





- Preparar la mochila para el colegio. Utilizar un tablero o un listado de cosas que hay que meter en la mochila e ir tachando o tapando los objetos (pictogramas) que vamos guardando.



- Crear con pictoagenda: <https://www.pictoagenda.com/>



- ¿Dónde me pongo esto?: Material manipulativo con el que además se pueden crear oraciones completas.

<https://arasaac.org/materials/es/1505>



		 EL CALCETÍN		
YO	ME PONGO		EN	
		 LAS GAFAS		
YO	ME PONGO		EN	
		 LA BUFANDA		
YO	ME PONGO		EN	
		 EL GORRO		
YO	ME PONGO		EN	
		 ELRELOJ		
YO	ME PONGO		EN	
		 LA ZAPATILLA		
YO	ME PONGO		EN	

## VOCABULARIO Y EXPRESIÓN ORAL

- Juego veo-veo (de color..., que sirve para..., que empieza por...) con cualquier objeto que hay en la habitación.
- Juegos de memoria: Ir añadiendo un elemento del dormitorio (ya sean prendas de vestir, juguetes, muebles...) a la lista de palabras, incluyendo todas las anteriores. (A mi habitación ha llegado un camión cargado de...)
- Juegos de mímica (el niño debe adivinar qué objeto o que acción estamos representando con mímica).

## ADAPTACIONES

Dentro del área del vestido, existen elementos habilitadores para ayudar a ganar autonomía dentro de esta área



Abrocha-botones



Sube cremalleras



Abrocha cordones con imán

- Las prendas como pantalones que sean con goma, o cierres con velcro uso de cremallera en vez de prendas cerradas facilitan la autonomía para el vestido.



- Adaptar las alturas, espacios a la capacidad de movilidad del niño el uso de perchas más bajas, más espacio entre los muebles para moverse si hace uso de ayuda técnica , si fuera necesario el uso de agarraderas en zonas para permitir el apoyo.