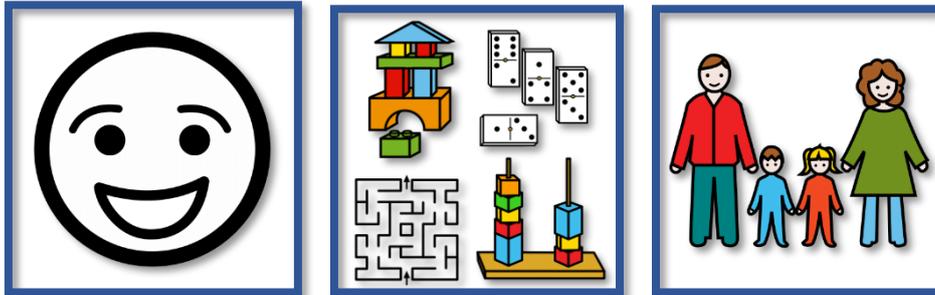


JUEGO



Mediante el juego podemos trabajar distintas áreas: motoras, audición, lenguaje entre otras. Sin que nos suponga un sobreesfuerzo o un momento poco agradable para el niño.

A continuación, os dejamos algunas ideas de juegos y rutinas en las cuales, aparte de trabajar estas áreas, pasamos un rato de ocio y diversión en familia.

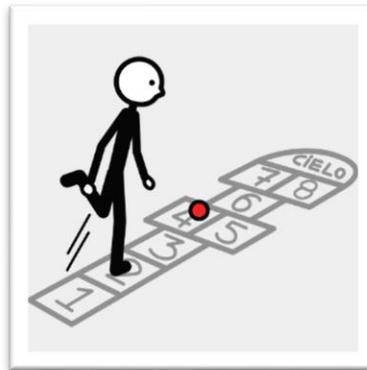
PINTAR CON MANOS Y PIES

A través de esta actividad podemos trabajar motricidad fina y gruesa, rango articular... favoreciendo los movimientos amplios dentro de sus capacidades, con distintas direcciones de movimiento y facilidad o dificultad de deslizamiento, ya que al tener la extremidad distal (mano o pie) en contacto con el papel se crea resistencia que nos ayuda a trabajar también el tono.



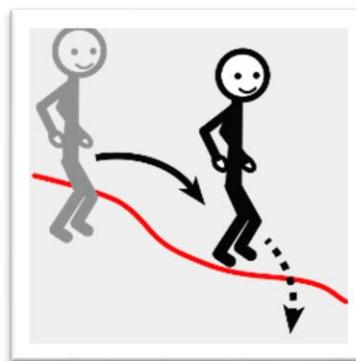
RAYUELA

Este tipo de juegos que requieren habilidad y coordinación de miembro superior e inferior nos permite trabajar disociación de miembros, estabilidad, fuerza muscular y control postural. Es recomendable que estos ejercicios sean modificables y adaptables como es el caso de la rayuela ya que el tamaño de las casillas la distancia de unas a otras, el material para lanzar se puede adaptar a las necesidades de cada niño.



CIRCUITOS CON CINTA ADHESIVA

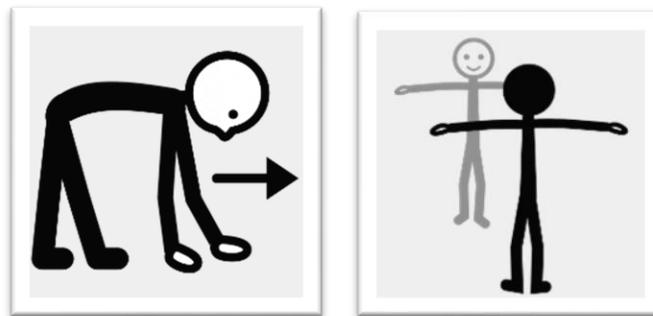
Crear circuitos por el pasillo de casa o en diferentes estancias estos pueden ser: formas variadas, con paradas, de diferentes colores lo que permiten adaptarlo a lo que queramos trabajar en cada momento y dependiendo los objetivos de cada etapa, se pueden realizar de diferentes maneras: de pie, en cuadrupedia, con saltos a la pata coja e integrar la habilidad motriz, equilibrio, fuerza muscular.



IMITACIÓN

Existen varias posibilidades, jugar a películas, imitar animales, o biofeedback en espejo que es reproducir una posición, mueca o gesto que nosotros realicemos.

Estos juegos nos permiten que se lleven a cabo movimientos y posturas que no suele realizar, o mantenimiento de posiciones para ganar control posterior de tronco, fuerza en extremidades superiores etc.



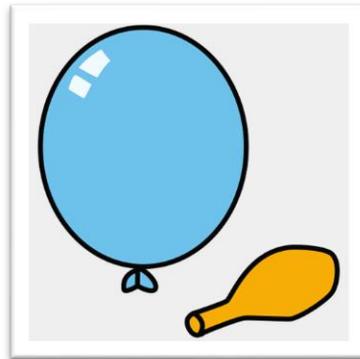
BAILE

Con la música como recurso, aprovechamos para poner la que le guste y realizar movimientos globales de todo el cuerpo y favorecer el rango articular, la estabilidad, coordinación, adquirir conciencia espacio-corporal.



GLOBOS

Con ellos se pueden realizar actividades lúdicas que trabajen todos los contenidos de control y conciencia corporal: la actitud tónica postural de equilibrio, el esquema corporal, la lateralidad, la relajación, sensibilidad y la respiración.



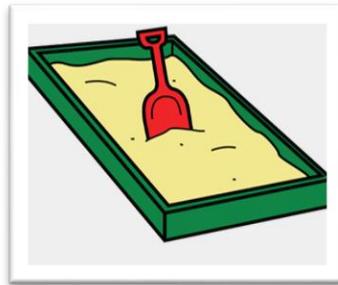
PLASTILINA

Al ser moldeable, la es un buen recurso tanto para estimular los músculos de las manos y los dedos como para desarrollar fuerza en estos. La textura de la plastilina generalmente es agradable. Además, con la plastilina se desarrollan las habilidades motoras, la atención, la concentración y la capacidad de reconocer colores y formas.



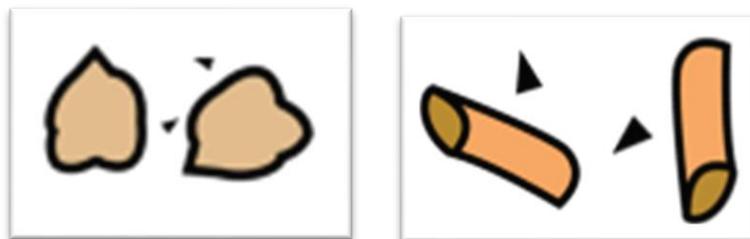
DIBUJOS EN TEXTURAS

Podemos emplear varios materiales, sal, azúcar, arena para crear formas, copiar números, letras y trabajar la precisión, percepción del espacio si queremos trabajar la pinza o el agarre puede dibujar aparte de con el dedo con un palillo, lápiz etc.



“PINZA”

Por medio de distintos elementos podemos trabajar la pinza, y ayudar a que la incorpore en su vida diaria y con diferentes recursos. Los materiales empleados pueden variar dependiendo de la necesidad de cada niño, más ancha, estrecha alargada etc. o en distintos juegos: collar con macarrones, traspasar garbanzos de un sitio a otro etc.



ADAPTACIONES

En el área del juego existe material que se puede adaptar a la necesidad individual de cada alumno, de fácil uso con agarre engrosado, con una textura más agradable etc.



Sierra corte fácil



Ceras gruesas y suaves



Tijeras adaptadas

- Dentro de juegos o juguetes a continuación deixo un link de un documento en el que se detallan opciones de juegos accesibles.

<https://equiposespecializados.catedu.es/wp-content/uploads/sites/234/2021/12/JUGUETES-PARA-ALUMNADO-CON-DISCAPACIDAD-FISICA.pdf>