COMPORTAMIENTO EN EL HOGAR

Actividades para mantener a los niños ocupados en casa

FAMILY FOCUS RESOURCE CENTER
Education · Advocacy · Family Support

Presentado por Raquel Armendariz, M.Ed., BCBA

Organizado por Family Focus Resource Center

ADVANCED BEHAVIORAL PATHWAYS
Helping people achieve success through behavior change

Actividades para mantener a los niños ocupados

- ✓ Actividades en línea para enriquecimiento y diversión
- ✓ Mantener conexiones
- ✓ Actividades prácticas en casa
- ✓ Actividades de la comunidad
- ✓ Recursos

Actividades para mantener a los niños ocupados

- ✓ Planifique el día con una combinación de actividades en línea, de aprendizaje, divertidas, prácticas y al aire libre.
- ✓ Haga un horario y repáselo
- ✓ La unión hace la fuerza: mamá juega con los niños mientras papá trabaja y luego cambian

Actividades en línea para enriquecimiento

- ✓ Continúe visitando los sitios sugeridos por la maestra de su hijo/a: ayuda con la consistencia durante el Verano
- ✓ Visitas virtuales al museo https://www.goodhousekeeping.com/life/travel/a31784720/best-virtual-tours/
- ✓ Visite el zoológico virtualmente: visiten diariamente al animal favorito de su hijo/a

Actividades en línea

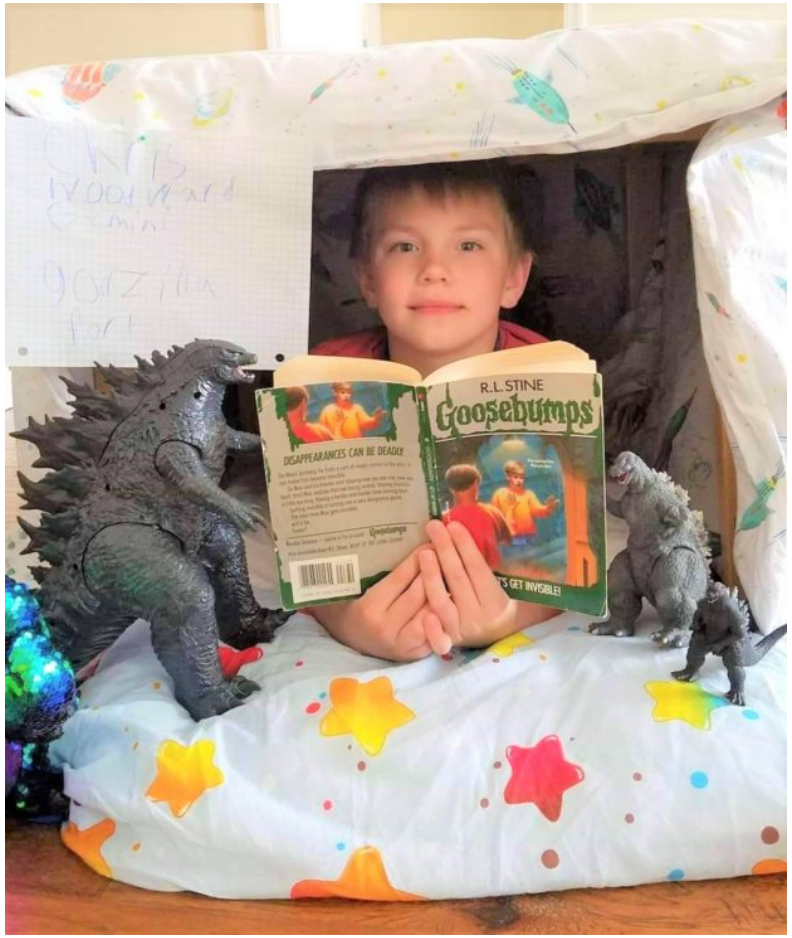
- ✓ Reserve actividades electrónicas independientes para cuando los padres necesiten hacer otras cosas
- ✓ Programe el día: esto ayuda a su hijo a saber cuándo estará disponible los electrónicos

Mantener conexiones

- ✓ Es importante que su hijo (y usted) mantenga conexiones con familiares y amigos
- ✓ Programe tiempo para conectarse con amigos y familiares con un video chat
- ✓ Escribir cartas a familiares y amigos.
- ✓ Agregue llamar o comunicarse con amigos a la rutina

Actividades prácticas en el hogar

- ✓ Haga cosas: plastilina, “slime”, comidas divertidas, paletas de hielo
- ✓ Búsqueda del tesoros
- ✓ Haz un fuerte, pasa la noche en la sala, acampa en el patio trasero, haz una fiesta de baile
- ✓ Actividades sensoriales: frijoles, arroz, espuma, juegos acuáticos



Actividades prácticas en el hogar

- ✓ Mida, saque, vierta
- ✓ Pintar, dibujar, cortar y pegar
- ✓ Arena cinética o perlas de agua
- ✓ Rompecabezas y origami
- ✓ Jardín (interior o exterior)
- ✓ Proyectos de ciencias en casa

Actividades de comida en casa

- ✓ Prueba nuevos alimentos para la cena con un tema
- ✓ Haga que los niños ayuden a planificar una comida y cocinar
- ✓ Hornear juntos
- ✓ Incremente las habilidades independientes en la cocina

Más actividades en casa

- ✓ Lee un libro en familia
- ✓ Mire un programa de televisión, una película u otro programa y hable sobre ello
- ✓ Juegos de mesa
- ✓ Juega un videojuego juntos
- ✓ Haga que los niños ayuden con los proyectos y tareas domésticas.

Más actividades en casa

- ✓ Haga que las actividades cotidianas sean divertidas: hora del baño, hora de acostarse, hora de cenar
- ✓ Escuchen música
- ✓ Usa diferentes materiales
- ✓ Tener un espectáculo de talento o trucos mágicos
- ✓ Noche de cine al aire libre con palomitas de maíz

Más actividades en casa

- ✓ Haga un álbum de recortes familiar o una cápsula del tiempo
- ✓ Mapea tu árbol genealógico y crea el tuyo
- ✓ Hacer un tablero de visión familiar
- ✓ Pregúnteles a sus hijos sus ideas de actividades que quieren hacer y sigan su ejemplo

Actividades de movimiento en casa

- ✓ GoNoodle
- ✓ Yoga para niños y familias
- ✓ Tomen una clase de baile o simplemente bailen
- ✓ Clase de ejercicio familiar: cambie quién lidera todos los días

Piensa en los viejos tiempos

- ¿Qué juegos o actividades disfrutaste de niño?
- ¿Cuáles fueron tus cosas favoritas que hacer en tu vecindario mientras crecías?
- Con los niños mayores traten cosas que solían hacer cuando eran más pequeños

Piensa en los viejos tiempos

- ✓ Prepare un picnic para el parque
- ✓ Juegue catch, frisbee, paddle ball u otros juegos sencillos
- ✓ Juega a la roña, a los encantados, a las escondidas
- ✓ Búsqueda de tesoros
- ✓ Volar una cometa o ir a pescar

Cambia las cosas

- ✓ Realiza actividades fuera de casa por el día
- ✓ Cambiar la ubicación de actividades comunes
- ✓ Desayune para cenar o coma postre primero

Actividades al aire libre

- ✓ Ir de excursión o caminar
- ✓ Geocaching https://www.geocaching.com
- ✓ Bebeleche o avioncito, saltar la cuerda
- ✓ Salta rocas en un estanque o lago
- ✓ Andar en bicicleta, patineta o scooter

Actividades al aire libre

- ✓ Juegos de agua al aire libre: piscinas, bañeras, rociadores, mangueras
- ✓ Hacer una carrera de obstáculos
- ✓ Globos con agua

Actividades en la comunidad

- ✓ Sea un turista en su comunidad o en las comunidades cercanas
- ✓ Haga una lista de todos los lugares que siempre ha querido visitar.
- ✓ Excursiones de un día a nuevos lugares cercanos
- ✓ Parques, senderos, lagos y más
- ✓ Planifica el viaje como unas vacaciones

Distanciamiento social en la comunidad

- ✓ Piensa en parques y otros lugares que no son populares
- ✓ Parques u otras áreas que son grandes: espacio para extenderse
- ✓ Traiga una manta y elementos para crear espacio (conos o marcadores)

Juego independiente

- ✓ Haga una lista de todas las actividades que su hijo puede hacer independientemente
- ✓ Hacer un horario
- ✓ Configure un temporizador y aumente el tiempo lentamente
- ✓ Recompensa el juego independiente
- ✓ Trabaja de la lista para aumentar las actividades que pueden hacer por sí mismos

Juego independiente

- ✓ Juega con ellos por un corto período de tiempo para dejarlos listos
- ✓ Darles algunas ideas
- ✓ Enséñales a jugar escenas
- ✓ Hágales saber cuándo regresarás a jugar más

Recursos

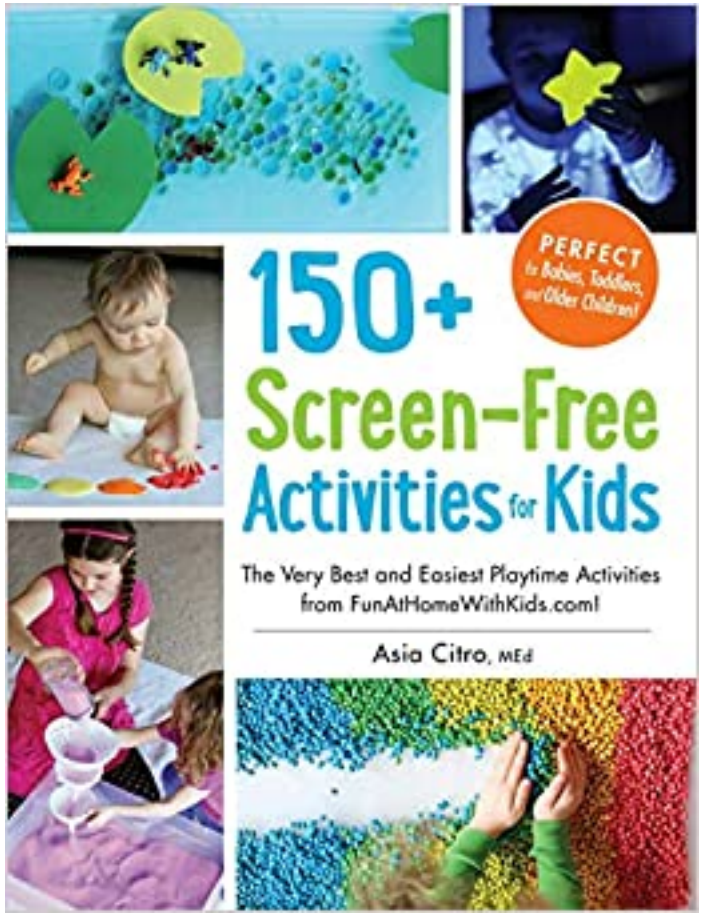
- ✓ Accessible Chef Home
  https://accessiblechef.com/
- ✓ The Genius of Play
  https://www.thegeniusofplay.org
- ✓ PBS Kids for Parents
  https://www.pbs.org/parents
- ✓ Hike Santa Clarita
  http://hikesantaclarita.com

Recursos

- ✓ 10 pasatiempos y actividades para disfrutar con su hijo con autismo https://www.verywellhealth.com/hobbies-activities-autistic-child-260365
- ✓ Fiebre de cabina? 5 actividades para estudiantes con autismo durante la cuarentena http://blog.stageslearning.com/blog/cabin-fever-5-effective-activities-for-students-with-autism-during-social-isolation-or-quarantine

Libros de ideas

- ✓ Idea Book List https://amzn.to/2U51Su9
- ✓ On The Nature Trail
- ✓ Summer Camp Handbook
- ✓ STEAM Lab
- ✓ 100 Easy STEAM Activities



COMPORTAMIENTO EN EL HOGAR

¡Muchas Gracias!

Para ver los seminarios web anteriores, visite:
https://www.csun.edu/family-focus-resource-center/webinars

FAMILY FOCUS RESOURCE CENTER
Education · Advocacy · Family Support

Presentado por Raquel Armendariz, M.Ed., BCBA

Organizado por Family Focus Resource Center

ADVANCED BEHAVIORAL PATHWAYS
Helping people achieve success through behavior change