



BEHAVIOR @ HOME

Actividades para mantener a los niños ocupados en casa

Muchos padres se encuentran en casa todo el día y pueden quedarse sin ideas de que hacer en el hogar para mantener a sus hijos ocupados. Las actividades mantienen a los niños ocupados, reducen el comportamiento desafiante y enseñan habilidades. No siempre se trata de tareas académicas, pero las actividades son importantes y los niños pueden aprender a través de una variedad de actividades en el hogar. Únase a nosotros para aprender cómo las actividades pueden reducir el comportamiento desafiante y obtener algunas ideas sobre actividades que puede hacer en casa con sus hijos. Cubriremos actividades que requieren la participación de los padres y algunas que sus hijos pueden hacer solos.

Presentado por Raquel Armendariz, M.Ed., BCBA

www.abpathways.com • Rarmendariz@abpathways.com

Organizado por Family Focus Resource Center

<https://www.csun.edu/family-focus-resource-center>

Actividades para mantener a los niños ocupados en casa	
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Actividades en línea para enriquecimiento y diversión ✓ Mantener conexiones ✓ Actividades prácticas en casa ✓ Actividades de la comunidad ✓ Recursos 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 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	Actividades en línea
<ul style="list-style-type: none"> ✓ 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 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 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	Notas:
<ul style="list-style-type: none"> ✓ 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	
<ul style="list-style-type: none"> ✓ 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 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 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	Notas:
<ul style="list-style-type: none"> ✓ 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	
<ul style="list-style-type: none"> ✓ 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 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 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	Notas:
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Haga un álbum de recortes familiar o una cápsula del tiempo ✓ Mapea tu árbol genealógico y crea el tuyo ✓ Prueba nuevos alimentos para la cena con un tema ✓ Hacer un tablero de visión familiar 	
Actividades de movimiento en casa	
<ul style="list-style-type: none"> ✓ GoNoodle ✓ Yoga para niños y familias. ✓ Toma una clase de baile o simplemente baila ✓ Clase de ejercicio familiar: cambie quién lidera todos los días 	
Piensa en los viejos tiempos	Notas:
<ul style="list-style-type: none"> ✓ ¿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 ✓ 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	
<ul style="list-style-type: none"> ✓ 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	
<ul style="list-style-type: none"> ✓ 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 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Juegos de agua al aire libre: piscinas, bañeras, rociadores, mangueras ✓ Hacer una carrera de obstáculos ✓ Globos con agua
Actividades en la comunidad	Distanciamiento social en la comunidad
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Be a tourist in your community or surrounding communities ✓ Make a list of all the places you have always wanted to visit ✓ Day trips to new nearby places ✓ Parks, trails, ponds, and more ✓ Plan the trip like a vacation 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 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	
<ul style="list-style-type: none"> ✓ 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 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 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
Notas:	

Recursos	
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Hike Santa Clarita http://hikesantaclarita.com ✓ Accessible Chef Home https://accessiblechef.com/ ✓ The Genius of Play https://www.thegeniusofplay.org ✓ PBS Kids for Parents https://www.pbs.org/parents 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 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	Notes:
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Idea Book List https://amzn.to/2U51Su9 ✓ On The Nature Trail ✓ Summer Camp Handbook ✓ STEAM Lab ✓ 100 Easy STEAM Activities 	

BEHAVIOR @ HOME

¡Gracias por acompañarnos!

Para ver los seminarios web previos, visite:

<https://www.csun.edu/family-focus-resource-center/webinars>

Use este enlace para acceder a todos los recursos compartidos durante la presentación junto con las plantillas para crear sus propios horarios y apoyos visuales.

<https://tinyurl.com/FFRCBehavior>