

# MATERIAL DE APOYO

Centros Educativos Culturales de la Infancia (CECI) y  
Programa de Mejoramiento y Atención a la Infancia (PMI)

Región de Coquimbo



### Actividades sensoriales

El niño Y la niña deben desarrollar los sentidos. La exposición a los estímulos permite construir y despertar los sentidos, tomar conciencia de ellos y ajustar su equilibrio. Además, las actividades sensoriales desarrollan y fomentan la curiosidad del niño y ayudan a reconocer e identificar el mundo que les rodea.

Seguramente que ya conocen los 5 sentidos: la vista, el olfato, el oído, el gusto y el tacto. Existen dos suplementarios que mucha gente no conoce y que el niño y la niña también van a desarrollar: el sentido propioceptivo (conciencia del propio cuerpo, de sus extremidades) y el sentido vestibular (el movimiento y el equilibrio). Existen numerosos juegos y juguetes que estimulan todos los sentidos de manera lúdica. Por todo ello, les proponemos varias experiencias educativas para sus hijos e hijas.



**Objetivo: Desarrollar actividades prácticas basadas en la estimulación de los sentidos y en actividades de la vida diaria.**

## **Pica Piedra (Juego de manos)** (estimulación musical, rítmica, sensorial, desarrollo psicomotricidad)

Esta estimulación rítmica sensorial es para todas las edades, porque se puede hacer lento, rápido, y buscar variaciones. También se puede probar, cantando y haciendo gestos a la vez.

### LETRA DE LA CANCIÓN

Pica piedra  
Pica aquí  
Pica piedra  
Pica aquí

Pica palma palma  
¡Pica palma uop! ¡peee! plin!

Link tutorial de la canción:

<https://youtu.be/UQ34zIP3gsE>

### **Paso a paso:**

Debes juntar tu pulgar con el resto de tus dedos,  
tanto de tu mano izquierda como derecha

Y chocarlos en el centro, luego abrir tu mano

izquierda y con tu mano contraria chocar en el centro de tu palma los dedos, para al final chochar  
ambas palmas de tus manos

La música y los ritmos brinda un medio de expresión de cualquier sentimiento o emoción de los  
niños/as. Por medio de un instrumento musical, de una canción, de un baile o de un ritmo corporal,  
se puede canalizar la energía y los sentimientos, así como fomentar su gusto por la diversidad.



### BENEFICIO DE LA ACTIVIDAD

- desarrolla la creatividad y la imaginación
- favorece a su interacción con otros integrantes de la familia, en especial con adultos, lo cual le ayuda a socializar.
- La música y el ritmo fortalece el aprendizaje, contribuye a mejorar el lenguaje, y favorece la discriminación auditiva de los niños y niñas.

## Los Rayos X (estimulación sensorial, motricidad fina y ciencia experimental)

¿Alguna vez te ha dado curiosidad de cómo funcionan los rayos X? Pues, esta vez aprenderemos cómo funcionan los rayos X mientras no divertimos jugando

### MATERIALES

- Hojas, Palillos o mondadientes, 1 botón, Gelatina, 1 plumón, envase de plástico

### Paso a paso:

1. En un envase de plástico pondremos una primera capa de gelatina.
2. dejaremos que tome una contextura sólida luego de un par de horas.
3. junto a nuestros niños/as pondremos los mondadientes o palillos que en este caso serán los huesos de nuestro esqueleto y pondremos el botón para nuestro cráneo.
4. con mucho cuidado pondremos una segunda capa de gelatina para sellar el esqueleto dentro del plástico, luego dejaremos que tome su contextura solididad.
5. Luego, al prender la linterna y apuntar la gelatina, podremos observar como la luz no a traviesa los mondadientes (huesos)
6. Podremos una hoja y le pediremos a nuestro hijo/a que dibuje lo que la luz expone.



Las radiografías son posibles gracias a unas ondas invisibles llamadas rayos X, cuando prendes la linterna y a puntas hacia la gelatina, te podrás dar cuenta que lo rayos X a traviesan con mucha facilidad nuestra piel, músculos y órganos, pero rebotan en nuestros huesos porque son muy duros. Entonces todas las ondas que logran atravesar son Captados desde el otro lado y nos rebela una especie de fotos de nuestros huesos.



### BENEFICIO DE LA ACTIVIDAD

- Aumentar la comprensión de los niños/as sobre su medio ambiente biológico y físico e identificar su lugar en el mismo.
- Favorecer y construir ideas e intereses en los niños.
- Desarrollar el pensamiento crítico, el interés por el medio ambiente y el respeto a las evidencias.
- Desarrollar acercamientos y actitudes positivas para aprender y apoyar a los niños/as para que aprendan a aprender.

**Luz y Arena: Mesa de luz casera** (estimulación sensorial, motricidad fina, potencia la concentración y promueve la atención al detalle)

**Para esta experiencia sensorial necesitamos:**

- Un recipiente de plástico transparente rectangular con tapa.
- Un celular con la linterna encendida, luces de navidad.
- Arena, aunque también nos sirve la sal, harina o azúcar.
- Pincel, ramita o los dedos.

**Objetivo:** Poder experimentar la sensación de deslizar la arena por la caja con luz la que permite dar luminosidad y destacar las figuras que se puedan realizar usando un pincel, ramitas o los dedos.

Dentro de la caja rectangular transparente, poner la luz o las luces y tapar. Sobre la tapa poner la arena, harina, azúcar o sal.

Se invita a la niña o niño a experimentar y descubrir los elementos permitiendo la creación y libertad para dibujar lo que desee.

Se pueden variar en material, pueden ser luces de navidad de colores con transiciones de ritmo, también puede ser una luz blanca, quizás la arena o lo que se use puede ser de colores, etc.





## Crear un refugio multisensorial

El refugio multisensorial es verdaderamente un lugar tranquilo especialmente adaptado para el desarrollo de la curiosidad del niño y la niña. A base de bolas, pelotas espejo, cojines, bolas olorosas...cada objeto estimula uno o varios sentidos. Personaliza según tus gustos.

El refugio es un espacio dedicado al bienestar y a la relajación que permite a los más pequeños sentirse protegidos y estar tranquilos. Este espacio "cerrado" impide la exposición del niño a las estimulaciones exteriores.

**Materiales:** Los materiales para crear el refugio son simples, tales como cartones, mantas, sábanas, sillas, mesa, etc. El refugio se puede construir en un espacio externo (fuera de la casa) o interno de la casa dentro de la casa).

Refugio interior



Refugio exterior



Refugio interior



Refugio interior o exterior



Nota Cabe destacar que el refugio se puede crear tanto dentro de la casa o en un espacio externo (patio, pasillo, corredor, etc.) esto dependerá de los espacios con los que cuenten y el clima de cada localidad.

## Organizar juego de auto masaje

Para compartir este momento de complicidad, de calma, y descubrir su cuerpo y las sensaciones, herramientas de más.

Una sesión de auto masaje es un momento único. El masaje procura relajación, tranquilidad, contacto piel y sobre todo alimenta la relación y conocimiento cuerpo.

Con un fondo sonoro, pueden organizar un momento de relajo y masajes, también puede ser antes de dormir para relajar, calmar y reconfortar.

Materiales: Cuerpo, música, silencio, cremas, pelotas pequeñas.

**Nota: En relación a la contingencia que vivimos por el COVID 19, es que se realiza automasaje como prevencion y no masaje hacia de uno hacia otro.**

### Experiencias:

A.- Haga rodar pelotas a lo largo del cuerpo del niño y niña, eligiendo pelotas con texturas diferentes (envolverla en algodón, tela suave) para variar las sensaciones. Esto le permitirá al niño y niña de tomar conciencia de las diferentes partes de su cuerpo. Estas pelotas deben ser pequeñas, ya que deben tener un tamaño perfecto para la palma de la mano de los niños/as, que se divierten haciéndolas girar en la mano. La pelota se debe pasarla por su rostro, manos, dedos, brazos, etc.

Esta actividad también se puede realizar con crema siguiendo los mismos pasos que se realizan con las pelotas.



B.- Estimulación táctil de la planta del pie libera el estrés y procura bienestar y relajación tanto a los niños como los adultos. Este masaje se realiza con sus manos y también con alfombras de masajes de pies que activan la circulación sanguínea, relaja la musculatura de los pies. Una buena idea es utilizar estos productos antes de ir a dormir para inducir la relajación.

Materiales alfombra masaje: Cartón, goma eva, tela, porotos, piedrecillas, algodón, lana, pompones, palos de helados, plumas, lentejas, etc. Los materiales pueden variar según lo que tengan en casa que cumpla con la finalidad de la experiencia.



C.- Este masaje de cabeza procura bienestar absoluto. Asegúrese que el pelo este bien desenredado para no tirar del pelo. El masaje se realiza con las yemas de los dedos como acariciando su cabeza y pequeños toquecitos como pellizcando este masaje Aporta una relajación instantánea.



Escuchar música y sonidos.

**Objetivos:** Fomentar la escucha y el silencio, relacionar el sonido con un ser u objeto cotidiano, favoreciendo la imaginación.

**Material:** música con sonidos distintos, que ellos/ as conozcan (sonidos de animales, sonidos de la primavera, sonidos de la calle, etc.) fichas

Con las luces tenues y los niños/ as recostados o sentados en un lugar cómodo, pondremos de música. Tras la escucha del mismo, les pediremos que tomen dos fichas relativas a alguno de los sonidos que hayan reconocido, tras ello, volveremos a escuchar la música para comprobar si han dado con la ficha adecuada.

Se pondrán un montón de fichas sobre una mesa. El niño y la niña, se sentarán alrededor de ellas y pondremos una música con sonidos que se relacionen con las diferentes fichas, para que cuando oigan el sonido correspondiente a la ficha la señalen y digan su nombre.

**Nota:** La música, sonidos y fichas serán opcional para cada familia.



### Teatro de sonidos:

**Objetivos:** Fomentar la escucha y el silencio, relacionar el sonido con un ser u objeto cotidiano, favorecer la imaginación

**Material:** objetos varios, sonidos por los niños/ as; alguna cortinilla que sirva para tapar el objeto que usamos para generar ruidos o sonidos.

Haremos un sonido pidiéndoles al niño y niña que lo identifiquen después de haberlo escuchado cuidadosamente. Les daremos pistas para favorecer que lo adivinen y tras ello quitaremos la barrera visual para que vean el objeto empleado.



### Sonidos emparejados:

**Objetivos:** Fomentar la escucha, asociar sonidos, fomentar la paciencia.

**Material:** frascos o botellas pequeñas de plástico cubiertas con papel por fuera, llenas de distintos elementos y duplicados.

Dispondremos parejas de frascos o botellas con contenidos distintos (maíz, porotos, botones, piedras, arroz, etc.) los frascos o botellas serán ubicados en un espacio dado. Les pediremos que encuentren la pareja del mismo relleno. Para ello tendrán que tomar dos frascos o botellas e irse a una esquinita para escuchar si corresponde a igual sonido y en caso contrario, dejarlo en un punto dado para que otro niño/ a lo compruebe. Al finalizar, abriremos los botes para descubrir qué hay en el interior.

### Tocar elementos naturales:

**Objetivo:**

*Otorgar experiencias táctiles para favorecer el placer de sentir en niños y niñas*

Actividad: Esta actividad consiste en que niños y niñas tengan contacto con lo natural la hierba, paja, hojas, piedras, arena, agua, tronco, flores, etc.

También se pueden recoger piedras, conchas u objeto natural que sea típico de su localidad.

Se puede tocar estos elementos para sentir su peso, superficie y fragilidad.



## **Ritual Antes de dormir o para relajarse.**

Los juegos de relajación y viajes imaginarios fomentan la capacidad de imaginación y concentración, los masajes eliminan tensiones musculares, facilitando así una mejor actitud corporal y una actividad respiratoria óptima. Los niños y niñas que saben relajarse aprenderán a su vez de una forma más tranquila y a enfrentarse mejor ante un problema o miedos.

### **Objetivos:**

- Manifestar su agrado, al sentirse cómodo, seguro y contenido corporalmente.
- Manifestar disposición para regular sus emociones y sentimientos.

## **Ritual de masajes antes de dormir o relajarse.**

**Sugerencias:** Para compartir este momento de complicidad y de calma se debe escoger un ambiente relajante, con una temperatura adecuada, una luz tenue, si quiere puede poner música de relajación (de cuna, sonidos de la naturaleza, instrumental, etc.) y además agregar aroma terapia con elementos naturales (hojas de eucaliptus, lavanda o aromas frutales) esto lo ayudará a calmarse.

El niño debe acostarse, su madre, padre o cuidador puede relatarle un cuento con voz suave una historia cercana a él o lo haga sentir identificado.

### **Cuento de los animales:**

Ejemplo: “Al salir del pueblo fui hacia el bosque (hacemos gestos con las manos sobre la espalda como si camináramos) y allí habían hormigas que suben y bajan por el sendero (pasamos los dedos suavemente por la espalda) iban ligeras y rápidas, también había gusanos (pasamos el dedo para simular el movimiento de reptar) que caminaban lentamente. Después encontré saltamontes (imitamos los saltos del saltamontes) que se divertía sin molestar a las hormigas (recordamos los movimientos de las hormigas)... Y continuamos la historia imitando los movimientos de los insectos o animales, según la historia relatada con suaves masajes en la espalda, cuello y brazos.

**Creando esculturas:**

Jugamos como si fuera barro el niño o la niña y comenzamos a darle forma, con cuidado, suavemente empezar a masajear las piernas, luego los brazos y cabeza.

**Masajear con diferentes materiales:**

Se pueden utilizar diferentes materiales; tales como: plumas, telas, balones, etc.

