

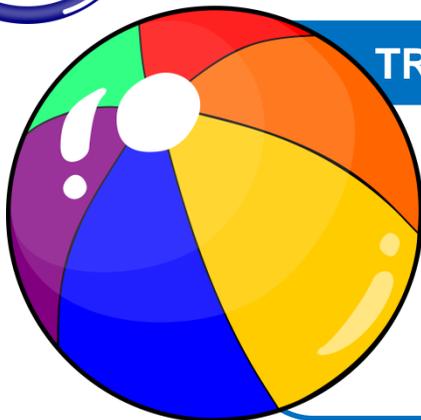
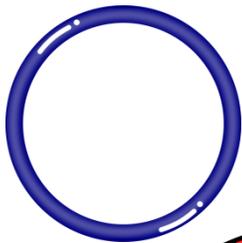


Gobierno de Puebla

Hacer historia. Hacer futuro.

VERANO DIVERTIDO

ACTIVIDADES RECREATIVAS PARA
DIVERTIRSE Y RELAJARSE EN CASA



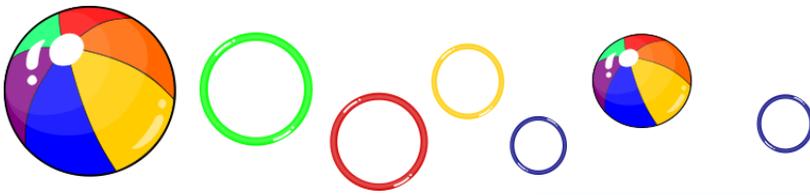
TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA

“La vida nos brinda grandes oportunidades para aprender, hoy tenemos la posibilidad de aprender a ser disciplinados, a cuidar mejor de nosotros mismos, de valorar cuán importantes somos para que todos juntos salgamos delante de esta prueba; así pues, aprendamos aquí y ahora a ser mejores”



Secretaría
de Educación





Animales en 3D



Materiales:

-Cartón, plumones, estambre, plantillas en forma de animales.

Desarrollo:

-Imprime las plantillas de los animales.

-Marca las siluetas en la base de cartón

-Recorta con la ayuda de un adulto todas las piezas de los animales, pinta y decóralas como a ti más te guste.

-Ensambla cada una de las piezas de su cuerpo.

Y ¡que comience la diversión!

Para descargar las plantillas consultar el siguiente enlace:

<https://static1.squarespace.com/static/51391b0be4b0f3422dd5066c/t/5d6ec5bf5a739400014225a5/1567540672172/animal-template-ff0418+%281%29.pdf>

A Mover el Esqueleto

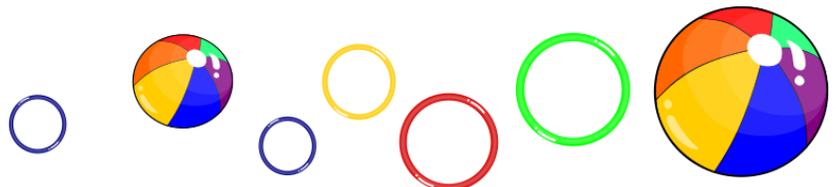


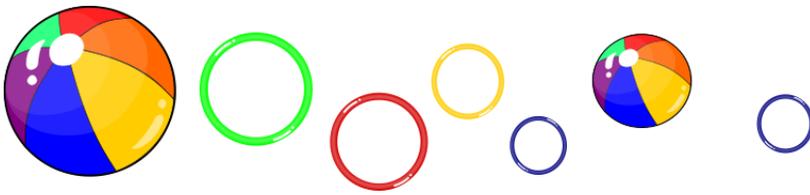
En esta actividad moverás todo tu cuerpo al ritmo de la canción, descubre todos los movimientos que puedes realizar. En casa con papá y mamá o en cualquier sitio se puede ejercitar el cuerpo y pasarlo genial con la música.

Sigue la coreografía de la canción “El baile del cuerpo”, como se muestra en el video.

Para consultar el video consulta el siguen enlace:

<https://www.youtube.com/watch?v=z6DoPp-LkTA>





Pintando con Hielo



Materiales:

Agua, colorante alimentario, vasos (tantos vasos como colores distintos queramos hacer), recipiente para hielos, papel, palillos de helados.

Desarrollo:

- Añade suficiente colorante alimentario al agua para que el trazo al pintar sea fuerte.
- Prepara tantos colores como quieras, sin embargo son suficientes los 3 primarios (azul, rojo, amarillo) ya que a partir de ahí podrás experimentar creando nuevos colores.
- Vacía el agua pintada en los recipientes para hielos; esperar a que se congele y ¡listo! comienza a pintar en un pliego de papel todo lo que tu imaginación te indique.

Burbujas Gigantes

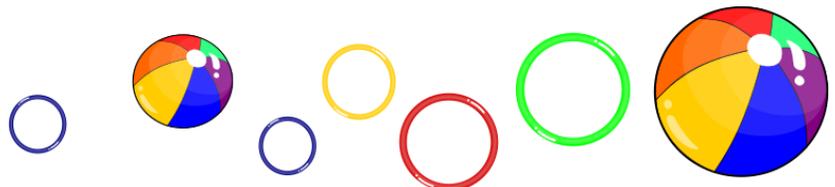


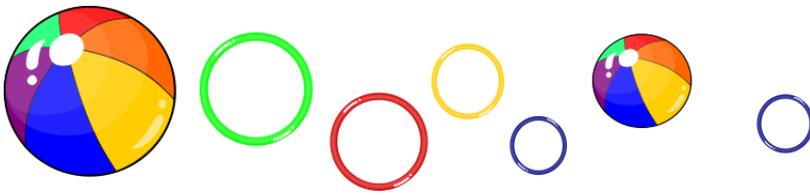
Materiales:

Un aro de hula hula, agua, bandeja grande de plástico, jabón para platos.

Desarrollo:

- Llena tu bandeja con agua. En un movimiento circular, comienza a agregar el jabón líquido.
- Agrega la botella entera a la muestra. ¡Introduce el aro y crear tus propias burbujas de gran tamaño! ¿Quién podrá hacer el más grande? ¿Qué otros artículos puedes usar para hacer burbujas?.





Cálmate “Masa De Galletas”



Materiales:

-Bola de terapia o una pelota grande, bolsas de frijoles (opcional).

Desarrollo:

-Recuesta al niño boca abajo sobre una alfombra suave o una estera

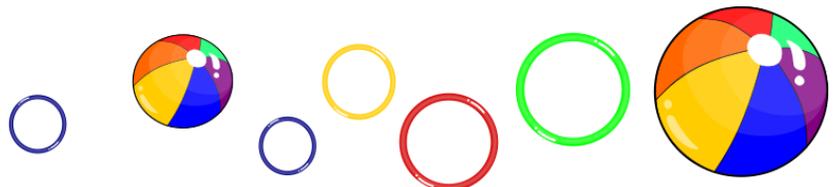
-Dile que será "masa para galletas" y que puede elegir los "ingredientes" que quiere en su masa para galletas.

-Coloca los ingredientes en la masa para galletas dejando caer bolsas de frijoles con peso (o golpee ligeramente la espalda del niño con las manos si no tiene bolsas de frijoles) durante aproximadamente 1-2 minutos (o según lo tolerado) hasta que todos los "ingredientes" estén en la masa para galletas

-Nota: algunos niños pueden no tolerar bien el toque inesperado. Si su hijo no tolera bien este paso, simplemente omítalo y complete el siguiente paso.

-Extiende la masa para galletas aplicando presión sobre la bola de terapia y luego lentamente bajando desde la espalda del niño hacia sus pies. Comenzar en la parte superior de la espalda del niño.

-Al llegar a los pies del niño, levante la pelota y repítala en lugar de enrollarla hacia la espalda del niño nuevamente. -Extienda la masa para galletas durante 5-10 minutos o según lo tolere.





Arte Con Cuerda

**Materiales:**

-Hilo o estambre, platos de papel, perforadora, tijeras, bolígrafo.

Desarrollo:

-Traza y recorta la forma deseada en el medio del plato. Con ayuda de un adulto realiza agujeros con una distancia considerable entre cada uno en todo el perímetro de la forma.

-Ata el hilo en uno de los agujeros y comienza a enhebrar hacia arriba y hacia abajo a través de la forma hasta completar cada agujero.

-Aprieta el hilo sin ejercer tanta presión que rasgue el plato de papel. No hay una regla o patrón a seguir mientras se enhebra. Puedes hacer el diseño que quieras.

Pesca con los Pies

**Materiales:**

-2 bandejas, agua, globos inflados.

Desarrollo:

-Coloca dos bandejas, una con agua y otra sin agua.

-Infla algunos globos, una vez que estén inflados introdúcelos en la tina que contiene agua.

-Pasa los globos de la tina con agua a la tina que no tiene agua. ¡A divertirnos!

Nota: es importante que la temperatura del agua sea aceptada por el niño.





Globos Sensoriales

**Materiales:**

-Globos de tamaño gigante #36, variedad de rellenos frijoles, arroz, gel para el cabello, sal, harina de maíz.

Desarrollo:

-Llena los globos con el relleno que elijas. No sobrellenes o los globos podrían romperse.

-Acomoda los globos en forma de caminito como si fueran "piedras".

-Haz una carrera de obstáculos deberás pisar las "piedras" para evitarlos.

-Explota los globos sensoriales blandos y esponjosos (solo un poco o pueden explotar) y explora los sonidos y las sensaciones que tienen los globos.

-Juega a atrapar con los globos.

-Siente los globos y adivina de que están rellenos de acuerdo a lo que puedas sentir.

-Intenta equilibrar los globos sensoriales blandos en tu cabeza.



¡Alto, Alto Muy Alto!

**Materiales:**

-Tubos de papel higiénico de cualquier tamaño, gises de colores, tijeras.

Desarrollo:

-Realiza ranuras o cortes de diferentes tamaños alrededor de los tubos con ayuda de un adulto.

-Pinta con gis todos los tubos.

-Ensambla la mayor cantidad de tubos sin que se caigan, haciendo la torre más alta del mundo.





Col de colores



Materiales:

-4 vasos de agua, colorante de comida, hojas de col o flores blancas.

Desarrollo:

- Agrega un poco de colorante del color que más te guste en cada vaso de agua,
- Introduce una hoja de col o flor al vaso.
- Deja las hojas de col dentro del vaso toda la noche, a la mañana siguiente verás que habrán cambiado de color.

Flores Flotantes



Materiales:

-Un recipiente o estanque de agua (exterior), papel, lápices de colores y tijeras

Desarrollo:

- Dibuja y colorea una flor en una hoja.
- Recorta con ayuda de un adulto la flor que dibujaste.
- Dobla los pétalos hacia el centro de la flor
- Coloca la flor plegada en el recipiente con agua.
- Elabora todas las flores que desees.
- ¡Disfruta de esta relajante actividad!





Tejido de Cobra

Materiales:

- Palitos de madera o abatelenguas.
- Pintura acrílica de diferentes colores.

Procedimiento:

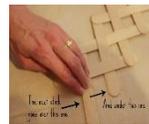
- Organiza 4 palos artesanales en este patrón. Haz que se vean exactamente así.



- Agrega otro palo a la parte superior para asegurar el extremo. Este palo debe colocarse en diagonal para sostener los extremos del palo horizontal superior y el palo vertical derecho. Si no los mantiene presionados a ambos, deslice esos dos palos más hacia afuera hasta que se mantengan presionados con éxito por el palo que agregó.

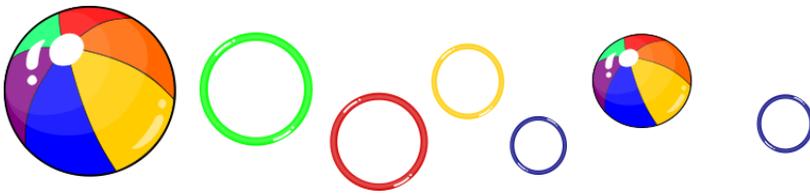


- Construye la cadena agregando palos de manualidades, uno a la vez a cada lado. Cada palo debe ir sobre un palo, y debajo de un palo.

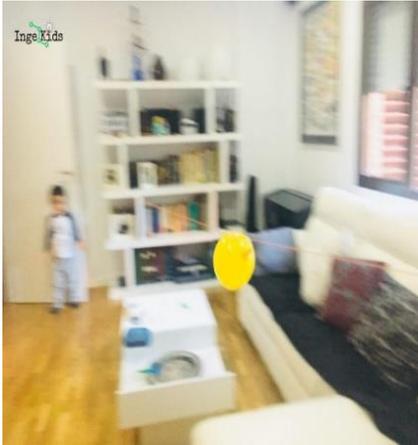


Para más información consulte el siguiente enlace :
<https://www.youtube.com/watch?v=3kxvePofrS4>





Globo cohete



Materiales:

Globo, 1 hilo largo de lana, 1 Popote, cinta adhesiva.

Desarrollo:

- Introduce el hilo dentro del popote.
- Elige dos puntos donde puedas atar el hilo, puede ser de una silla a otra.
- Ata el hilo tensándolo para que no quede doblado.
- Corta trozos de cinta adhesiva.
- Infla el globo y sin soltarlo pégalo en la pajita con la cinta adhesiva.
- Prepárate ¡3,2,1 DESPEGUE! suelta el globo.

La botella de la tranquilidad

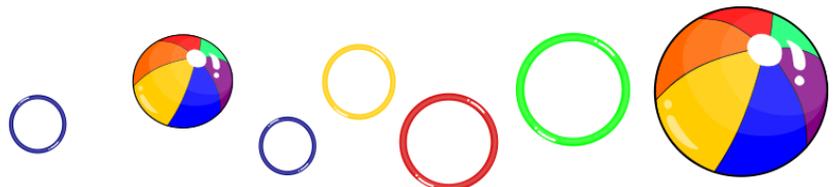


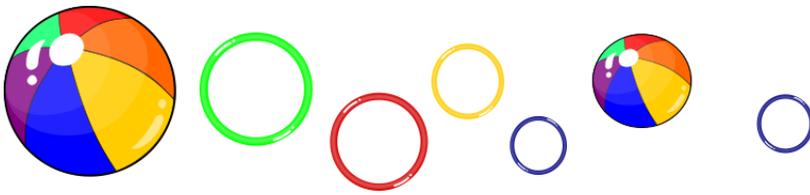
Materiales:

-1 bote de cristal o plástico, diamantina del color (se recomienda azul y tonos claros), aceite para bebe, agua templada, colorante alimentario, 1 cuchara sopera y otra de postre.

Desarrollo:

- Vierte agua templada o caliente en el bote de cristal, utiliza una botella de plástico, para niños pequeños.
- Añade dos cucharadas soperas de aceite para bebe o glicerina al agua.
- Agrega dos o tres gotas del colorante elegido por el niño para darle color al agua.
- Rellena la botella con más agua o ponle más de diamantina si no es suficiente.
- Coloca la tapa y cierra con fuerza para que el agua no se salga al remover la botella. ¡Listo!





Velcroball



Materiales:

-1 guante tejido, 1 pelota de ping pong, velcro adherible.

Procedimiento:

-Pega el velcro en la pelota de pingpong, para asegurarte de que la atrapen, coloca 6 velcros.

-Lanza la pelota entre los jugadores y atrapen la pelota con el guante. Invita a tu familia para que juntos puedan divertirse.

¡¡A pescar!!



Materiales:

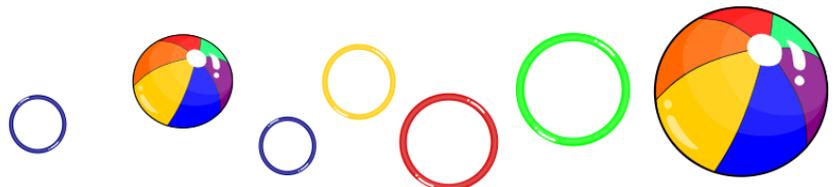
-2 hojas de fomi, cordón o estambre, palitos de madera 30cm de largo aprox., clips, silicón frío, plumón permanente, recipiente de plástico y agua.

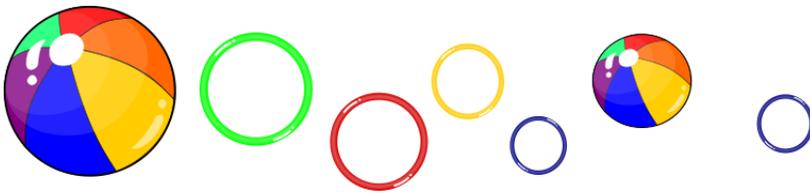
Desarrollo:

-Dibuja pescaditos en las hojas de fomi, recorta con ayuda de un adulto. En la parte de la boca pega un clip servirá como gancho. Puedes decorarlo con ojos.

-Toma el palito de madera y en un extremo pega con silicón frío el cordón o estambre el cual deberá tener un largo de 30 cm, en la punta del cordón amarra un clip desdoblado el cual te servirá como gancho para pescar.

-En el recipiente con agua coloca los peces, ahora si a pescar se ha dicho ¡cuenta cuantos pescas en un minuto!





Fingerprint



Materiales: hoja de papel o cartulina, pintura vinílica de varios colores, colores y plumones.

Desarrollo:

- Lava correctamente tus manos para quitar cualquier residuo.
- Coloca pintura en tapas de agua que ya no uses para facilitar que puedas pintar tus dedos con mayor facilidad.
- Introduce tus dedos en la pintura procurando manchar tus huellas dactilares.
- Coloca tus huellitas con pintura en una hoja
- Deja secar y con los colores o plumones dale forma de algún animal al cual se parezca.

Spinner

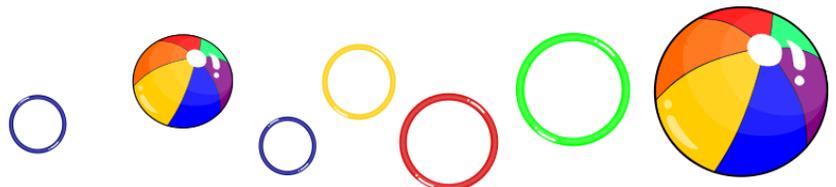


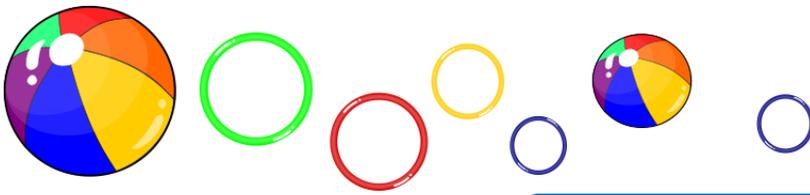
Materiales:

- 1 cuerda fina, 2 círculos de papel del mismo tamaño, 2 círculos de cartón del mismo tamaño que los de papel, plumones de colores, tijeras, pegamento de barra

Desarrollo:

- Elabora dos círculos del mismo tamaño, con ayuda de un adulto usa compás o una plantilla.
- Decora tus círculos con los plumones de colores.
- Recorta los círculos al terminar de decorarlos.
- Traza sobre un cartón no muy grueso un círculo del mismo tamaño que los de papel. Después con ayuda de un adulto recorta y pega encima los círculos de papel, uno a cada lado.
- Haz dos agujeros en el centro del cartón e introducimos una cuerda fina o hilo de aproximadamente 70cm. pasar la cuerda hazles un nudo y ¡listo!





Reloj de Arena



Materiales:

-Frascos o botellas de plástico, azúcar, sal, colorante.

Desarrollo:

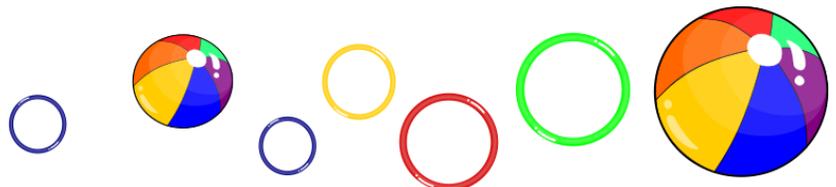
- Llena de agua 3/4 de una botella.
- Echa dentro de la botella con agua una cucharada de azúcar y una de sal, dos cucharadas de colorante, cierra el frasco y agitamos energicamente para que se mezcle todo.
- Une por la boca otro frasco o botella del mismo tamaño para poder dar la vuelta a nuestro reloj de arena y haz un agujero con ayuda de un adulto en los tapones para que pase la mezcla.

Creatividad sin pinceles



En esta actividad crearas tus propios cuadros sin necesidad de usar pinceles:

- Consigue materiales caseros como, por ejemplo, unos rollos de cartón cortados con forma de flecos.
- Coloca un poco de pintura en diferentes platos y permite que tu imaginación y creatividad te diga lo que tienes que hacer sobre la cartulina negra.
- Evita la mezcla de colores, pon una de tus brochas caseras para cada color de pintura que vayas a utilizar.





Gobierno de Puebla
Hacer historia. Hacer futuro.