

UNIVERSIDAD MIGUEL HERNÁNDEZ

FACULTAD DE MEDICINA

TRABAJO FIN DE GRADO EN TERAPIA OCUPACIONAL



UNIVERSITAS
Miguel Hernández



Juego en Trastorno del Espectro Autista: Guía Informativa.

AUTOR: MEDINA MARTÍNEZ, BÁRBARA.

TUTOR: Laura Torres Collado.

COTUTOR: Laura María Compañ Gabucio

**Departamento Salud Pública, Historia de la Ciencia y Ginecología. Curso
académico 2024 - 2025**

Convocatoria de mayo

ÍNDICE DE CONTENIDOS:

1. RESUMEN:	1
2. ABSTRACT:	2
3. INTRODUCCIÓN	3
4. OBJETIVO:	5
5. DESARROLLO DE LA GUÍA:	6
5.1. POBLACIÓN A LA QUE VA DIRIGIDA	6
5.2. QUIÉN ELABORA LA GUÍA	6
5.3. HERRAMIENTAS O FUENTES DE INFORMACIÓN CONSULTADAS	6
5.4. ESTRUCTURA DE LA GUÍA	6
5.4.1. APARTADOS DE LA GUÍA INFORMATIVA	6
5.4.2. ÁREAS TEMÁTICAS PLANTEADAS	6
5.4.3. CARACTERÍSTICAS Y ESTILO DEL CONTENIDO	7
6. ESTRATEGIAS DE DIFUSIÓN O DIVULGACIÓN DE LA GUÍA:	8
6.1. MENSAJES CLAVE DE DIFUSIÓN:	8
6.2. OBJETIVO A COMUNICAR:	8
6.3. PÚBLICO A QUIEN COMUNICAR:	8
6.4. LISTADO DE ACTIVIDADES DE COMUNICACIÓN:	8
6.5. RECURSOS Y MEDIOS DE COMUNICACIÓN:	9
7. BIBLIOGRAFÍA:	10
8. ANEXOS	11

1. RESUMEN:

Introducción: El Trastorno del Espectro Autista (TEA) es considerado un trastorno del neurodesarrollo, que se caracteriza por dificultades de comunicación, intereses restringidos, comportamientos repetitivos y dificultades en la interacción social. Una de las intervenciones más utilizadas en TEA, es la intervención basada en el juego, el cual sirve como un medio esencial para la interacción entre padres e hijos, sin embargo, estudios previos han mostrado que los padres y madres perciben como un desafío involucrar a los niños y niñas con TEA en el juego.

Objetivo: Dotar a madres, padres y familiares de niños y niñas con TEA de conocimientos sobre diferentes juegos y cómo graduarlos para fomentar el desarrollo de este colectivo.

Métodos y materiales: Guía informativa dirigida a familias de niños y niñas con diagnóstico de TEA, enfocada en facilitar y fomentar el juego dentro del entorno familiar. Ha sido elaborada por Bárbara Medina Martínez, Laura Torres Collado y Laura María Compañ Gabucio. La información, que se incluye se ha redactado en base a literatura científica ya existente. El diseño es de acceso libre y propio.

Estrategia de difusión: Con el objetivo de llegar a la mayor cantidad de familias posible, se pretende difundir esta guía haciendo uso de los recursos para el alumnado propios de la Universidad Miguel Hernández, las redes sociales, asociaciones relacionadas con el colectivo y la presentación en congresos relacionados con la Terapia Ocupacional.

Palabras clave: Terapia Ocupacional, Trastorno del Espectro Autista, juego, intervención basada en el juego, guía informativa.

2. ABSTRACT:

Introduction: Autism Spectrum Disorder (ASD) is considered a neurodevelopmental disorder characterized by communication difficulties, restricted interests, repetitive behaviors, and challenges in social interaction. One of the most commonly used interventions for ASD is play-based intervention, which serves as an essential medium for parent-child interaction. However, previous studies have shown that parents perceive involving children with ASD in play as a challenge.

Objective: To provide parents and relatives of children with ASD with knowledge about different games and how to adapt them to foster the development of this group.

Methods and Materials: An informative guide aimed at families of children diagnosed with ASD, focused on facilitating and encouraging play within the family environment. It has been prepared by Bárbara Medina Martínez, Laura Torres Collado, and Laura María Compañ Gabucio. The included information is based on existing scientific literature. The design is proprietary and freely accessible.

Dissemination Strategy: To reach as many families as possible, this guide aims to be distributed through resources for students at Miguel Hernández University, social networks, associations related to the group, and presentations at congresses related to Occupational Therapy.

Keywords: Occupational Therapy, Autism Spectrum Disorder, play, play-based intervention, informative guide.

3. INTRODUCCIÓN

Según la Organización Mundial de la Salud, 1 de cada 100 niños son diagnosticados con Trastorno del Espectro Autista (TEA) en el mundo (1). El TEA es un trastorno del desarrollo caracterizado por presentar dificultades sociales y de comunicación, intereses restringidos, comportamientos repetitivos y comúnmente puede ir acompañado de irritabilidad, autolesión, trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) y dificultades de sueño (2). El TEA está asociado a cambios a nivel neurológico que pueden comenzar en la etapa prenatal o postnatal temprana, cuyas consecuencias son alteraciones de leves a graves del patrón típico de desarrollo infantil produciendo signos y síntomas crónicos que se manifiestan habitualmente en la primera infancia (3,4).

Las intervenciones y tratamientos para esos niños y niñas deben ser personalizados, dependiendo de la situación y la evaluación del desarrollo de estos. Además, el tratamiento del TEA también está influenciado por factores como el estado económico familiar, la mentalidad de los padres y el entorno social (1). Por lo que durante el proceso de tratamiento, es importante estar centrado en la familia, ser tolerante y comprender el comportamiento de los niños y niñas (1). Y poder establecer medidas de tratamiento efectivas para mejorar la calidad de vida y el pronóstico de los niños con TEA (1).

Una de las intervenciones más utilizadas en TEA, es la intervención basada en el juego, que contempla todas aquellas técnicas sociocognitivas construidas de forma específica sobre los elementos del juego, o a través del mismo (5). Además, incluye, el uso de juegos virtuales o físicos realizados o guiados por un profesional con la finalidad de llevar a cabo tratamientos rehabilitadores (6). Estudios previos han mostrado la importancia de este tipo de intervenciones para fomentar el desarrollo social, emocional y cognitivo a través del juego (5), ya que como herramienta de intervención, los niños pueden expresarse, aumentar el vínculo terapeuta-paciente, la motivación y la adherencia al tratamiento (6). La intervención mediante el juego ha sido relacionada con numerosos beneficios para los niños TEA, algunos son el aumento de la atención, la exploración del entorno y la autorregulación (6). Son muchas las teorías que respaldan la importancia del juego en el desarrollo infantil. La teoría Home Ludens lo define como un elemento central; la teoría constructivista lo considera parte esencial del desarrollo debido a su relación con el lenguaje y las habilidades cognitivas; la perspectiva psicosocial sostiene

que el juego permite a los niños definir su realidad social y desarrollar el autocontrol; y el psicoanálisis lo ve como un mecanismo para enfrentar la realidad y expresar emociones. (5).

Podemos llamar juego a cualquier actividad que se elige por los niños de forma libre, impulsada por el mismo y que se plantea como placentera para él. El juego es considerado, desde la perspectiva de la terapia ocupacional, la principal ocupación del niño. Por lo tanto, es un factor determinante a la hora de llevar a cabo intervenciones desde esta profesión en la infancia (5). Por tanto, el objetivo de esta guía es proporcionar a las familias de niños y niñas con TEA la posibilidad de incluir el juego en casa, lo que hasta ahora se ha demostrado que supone un desafío para estas.

4. OBJETIVO:

Dotar a madres, padres y familiares de niños y niñas con TEA de conocimientos sobre diferentes juegos y cómo graduarlos para fomentar el desarrollo de este colectivo.

5. DESARROLLO DE LA GUÍA:

5.1. POBLACIÓN A LA QUE VA DIRIGIDA

La guía va dirigida a cuidadores y familias de niños y niñas con un diagnóstico de TEA con edades comprendidas entre los 0 y los 16 años. En rasgos generales, a toda persona que pretenda realizar intervenciones a través del juego, así como realizar juegos que favorezcan al desarrollo de los menores, enfocando estas actividades a suplir las limitaciones que enfrentan estos niños, así como, dificultades a nivel de procesamiento sensorial.

5.2. QUIÉN ELABORA LA GUÍA

La guía informativa será realizada en su totalidad por las autoras, Bárbara Medina Martínez, Laura María Compañ Gabucio y Laura Torres Collado. Llevando a cabo las tareas de investigación, documentación, maquetación y diseño de la guía.

5.3. HERRAMIENTAS O FUENTES DE INFORMACIÓN CONSULTADAS

Para la elaboración de esta guía, se consultaron distintas fuentes. En primer lugar, en cuanto a bases de datos, se hizo uso de Pubmed, ResearchGate, SciELO y la web del National Institute

for Health Care Research. También se consultaron a modo ejemplificador algunas guías ya creadas, como la Guía de terapia ocupacional en el sistema educativo: infancia y primaria, del Colegio Oficial de Terapeutas Ocupacionales de Galicia

(<https://cotoga.es/wp-content/uploads/2022/05/GUIA-TERAPIA-OCUPACIONAL-EN-SISTEMA-EDUCATIVO.-infantil-y-primaria.pdf>) y la guía “¡Yo también juego! ¿TEApuntas?”,

de la Asociación de Autismo Córdoba

(https://www.autismo.org.es/sites/default/files/blog/adjuntos/yo_tambien_juego_teapuntas_optimizado.pdf).

Los términos de búsqueda utilizados fueron: Trastorno del espectro autista/Autism spectrum disorder; play-based; play-based intervention; game-based; occupational therapy/ terapia ocupacional; game guide/guía de juego.

5.4. ESTRUCTURA DE LA GUÍA

5.4.1. APARTADOS DE LA GUÍA INFORMATIVA

- Portada.
- Índice.
- Introducción.
- Justificación.
- Listado de juegos: dentro de cada juego se incluye:
 - Materiales necesarios.
 - Desarrollo.
 - Formas de graduarlo para que sea más fácil.
 - Formas de graduarlo para que sea más difícil.
 - Áreas o aspectos que trabajamos en cada caso.
 - En algunos casos se incluyen modificaciones para ampliar las posibilidades de juego.
 - Recursos de interés.
- Bibliografía.

5.4.2. ÁREAS TEMÁTICAS PLANTEADAS

Juegos, TEA, Terapia Ocupacional, infancia, madres y padres.

5.4.3. CARACTERÍSTICAS Y ESTILO DEL CONTENIDO

Extensión:

La guía informativa cuenta con una extensión de 50 páginas, siendo su formato el estándar DIN-A4, cuyas medidas son 210 mm de ancho por 297 mm de alto.

Tipografía:

La tipografía utilizada ha sido, en el caso de los títulos “Blueberry” la cual ha sido seleccionada por su estética divertida e infantil, al tratarse de una guía de juego para la infancia. Por otro lado, para el contenido del texto “Arial” en su versión en negrita para las explicaciones iniciales y en su versión normal para el texto que va con los juegos, con la pretensión de que sea una lectura sencilla y accesible. En el caso de la dedicatoria, de nuevo se ha hecho uso de “Arial” en su versión cursiva.

En lo que respecta al tamaño de la letra, el título portada se encuentra en tamaño 164; 54.9 y 28; el resto de títulos principales de página que mostramos, por ejemplo “índice” se encuentran a tamaño 32; los títulos secundarios se encuentran a tamaño 26; los títulos de los juegos tienen un tamaño de 22; los títulos que preceden al groso del texto tienen de tamaño un 14,6; en la portada secundaria encontramos en orden descendente los tamaños 32, 21, 27.8 y 22.3; en el caso del índice tenemos 23 y 19 para títulos y subtítulos respectivamente; el texto propiamente dicho tiene a lo largo de todo el documento un tamaño de 12; la dedicatoria mantiene un tamaño de 10; y, por último, los recursos de interés tienen un tamaño de 17.

Lenguaje:

Se ha utilizado un lenguaje coloquial para que sea fácil de comprender, ya que está dirigido a familias y no a profesionales. El objetivo es transmitir un mensaje claro y accesible.

Diseño:

El diseño se ha llevado a cabo de manera exclusiva por la autora principal. En el caso de las ilustraciones son de acceso libre y la imagen de portada ha sido realizada por la misma, de igual manera que el trabajo de maquetación final, haciendo uso de la aplicación Canva en su versión PRO.

<https://www.canva.com/>

6. ESTRATEGIAS DE DIFUSIÓN O DIVULGACIÓN DE LA GUÍA:

6.1. MENSAJES CLAVE DE DIFUSIÓN:

El juego es la principal ocupación de los niños y niñas.

- El juego es una herramienta indispensable en el desarrollo de las habilidades de los niños y niñas.
- Es importante no frenar la evolución durante la estancia de los niños y niñas en casa.
- Con esta guía empoderamos a las familias otorgándoles la posibilidad de fomentar el desarrollo de sus hijos e hijas.

6.2. OBJETIVO A COMUNICAR:

El juego es considerado desde la perspectiva de la terapia ocupacional como la principal ocupación del niño. Es una actividad que además de ser importante como fin del tratamiento, es también una herramienta indispensable con la que lograr el correcto desarrollo del resto de ocupaciones de los niños y niñas. Con lo cual es muy beneficioso el dotar a los familiares con una herramienta que les permita atender las necesidades de los niños y niñas desde casa.

6.3. PÚBLICO A QUIEN COMUNICAR:

- Familias y cuidadores de niños y niñas TEA.
- Asociaciones de TEA.
- Terapeutas ocupacionales.
- Profesionales en general que trabajan con niños y niñas TEA.

- Colegios
- Instituciones públicas dedicadas a la atención de las personas con discapacidad.
- Población en general.

6.4. LISTADO DE ACTIVIDADES DE COMUNICACIÓN:

- Presentación de la guía en congresos relacionados con la terapia ocupacional.
- Difusión en Redes Sociales.
- Envío de la guía a asociaciones. Por ejemplo, la Asociación de Autismo “Javier Barbero”, la Asociación Autismo Jaén “Juan Martos Pérez”, la Asociación Asperger Jaén-TEA o la Federación Autismo Andalucía.
- Envío de la guía a colegios e instituciones.
- Reparto de guías entre conocidos y conocidas en contacto con niños y niñas TEA.
- Defensa del Trabajo de Fin de Grado y comunicación de la guía al tribunal.

6.5. RECURSOS, MEDIOS Y CRONOGRAMA DE COMUNICACIÓN:

Medios y recursos disponibles:

- Acceso a los recursos de comunicación de los que dispone la Universidad Miguel Hernández para los alumnos/as.
- Conocimientos informáticos y en el manejo de las redes sociales.
- Ordenador e internet.
- Vehículo particular para ir a las asociaciones y colegios profesionales.

Medios y recursos necesarios:

- Imprenta para las guías.

	2025							
DIVULGACIÓN EN TO	May.	Jun.	Jul.	Ago.	Sep.	Oct.	Nov.	Dic.
Defensa del Trabajo de Fin de Grado.								
Envío de ejemplares de la guía a colegios oficiales de TO.								
Difusión de mensajes clave por redes sociales.								
DIVULGACIÓN ENTRE OTROS PROFESIONALES Y PERSONAS RELACIONADAS CON EL TEMA	May.	Jun.	Jul.	Ago.	Sep.	Oct.	Nov.	Dic.
Actos de presentación de la guía en asociaciones.								
Actos de presentación de la guía en colegios e instituciones.								
DIVULGACIÓN EN POBLACIÓN GENERAL	May.	Jun.	Jul.	Ago.	Sep.	Oct.	Nov.	Dic.
Difusión de mensajes clave por redes sociales								
Reportaje en radio UMH								

7. BIBLIOGRAFÍA:

1. Botelho RM, Silva ALM, Borbely AU. The autism Spectrum Disorder and its possible origins in pregnancy. *Int J Environ Res Public Health*. 2024;21(3):244. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph21030244>
2. Lin X, Wang G, Shen S, Zhan J. Advances in the diagnosis and treatment of autism spectrum disorders in children. *Altern Ther Health Med*. 2024;30(3):170–5. PMID: 37883758.
3. Christensen D, Zubler J. CE: From the CDC: Understanding autism spectrum disorder. *Am J Nurs* [Internet]. 2020;120(10):30–7. <http://dx.doi.org/10.1097/01.naj.0000718628.09065.1b>
4. Keirns CC. Child developmental delays and disorders: Autism spectrum disorder. *FP Essent*. 2021;510:28–34. PMID: 34709027
5. Francis G, Deniz E, Torgerson C, Toseeb U. Play-based interventions for mental health: A systematic review and meta-analysis focused on children and adolescents with autism spectrum disorder and developmental language disorder. *Autism Dev Lang Impair*. 2022;7. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1177/23969415211073118>
6. López-Nieto L, Compañ-Gabucio LM, Torres-Collado, L, Garcia-de-la-Hera M. Scoping Review on Play Based Interventions in Autism Spectrum Disorder. *Children (Basel)*. 2022;9(9):1355. doi: 10.3390/children9091355.

8. ANEXOS:



A child with dark hair is focused on playing Jenga, carefully pulling a block from a tall stack of light-colored wooden blocks. The child's face is partially visible, showing concentration. A large, stylized infinity symbol is superimposed over the center of the image. The left loop of the infinity symbol is a solid orange color, while the right loop is filled with a rainbow gradient (red, orange, yellow, green, blue, purple) and has two small hands at its top and bottom, suggesting a continuous cycle or game. The background is a blurred indoor setting with shelves and a grey bag with the word 'GARY' visible.

30

Biblioteca
JUEGOS

PARA INFINITAS OPORTUNIDADES

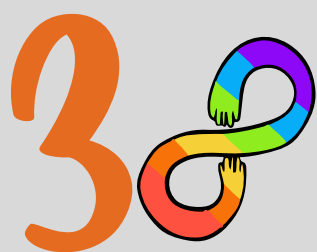
38 JUEGOS PARA INFINITAS OPORTUNIDADES

Una guía de Juego Para las familias
de niños y niñas con
Trastorno del Espectro Autista.

Bárbara Medina Martínez
Laura María Compañ Gabucio
Laura Torres Collado

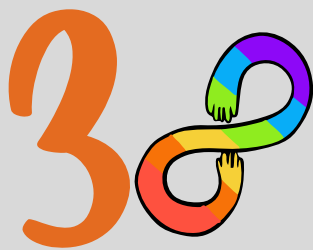


*A todos los niños y niñas con diagnóstico.
Y sobre todo, a Javier, mi inspiración y mi motor.
Ojalá algún día llegue a ser la profesional que os merecéis.*



JUEGOS ÍNDICE

Introducción	7
Justificación	9
Juegos	10
Dificultades que encontramos en el Juego	11
Juegos Populares	22
Juegos en la Piscina	32
Juegos simbólicos	37
VideoJuegos	42
Juguetes	45
Bibliografía	48

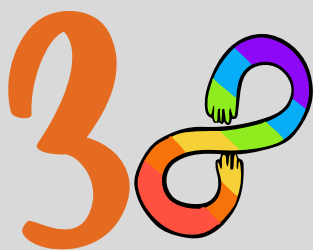


JUEGOS

Introducción

El juego es conocido por todos como una forma de divertirse, juegan los niños y niñas, los adolescentes y los adultos. Pero, además de ser una forma de disfrutar es también una herramienta terapéutica fundamental en la infancia para el correcto desarrollo a nivel afectivo, intelectual y social (2). Por lo tanto, las actividades lúdicas convierten el aprendizaje en una experiencia activa, significativa y divertida (3). Puesto que, jugar es una forma de descubrir nuevas emociones, sentimientos y sensaciones (2).

Desde mi perspectiva como graduada en terapia ocupacional, disciplina definida según la AOTA (Asociación Estadounidense de Terapia Ocupacional), como el uso terapéutico de las actividades de la vida diaria en la intervención con personas o grupos, con el fin de potenciar la participación (1), puedo afirmar que el juego ocupa un lugar central en nuestras intervenciones. Entendiéndose el juego con una doble importancia, ya que hemos de considerarlo como el camino (4) y la meta de la intervención. Esto se debe a que el juego se considera en términos de ocupaciones, como la principal ocupación del niño, tanta importancia tiene como la alimentación o la higiene, por ejemplo. Con lo cual, el fin de nuestra intervención será lograr un juego óptimo y satisfactorio. Pero además, el juego también es la mejor herramienta de intervención para el tratamiento de la terapia ocupacional en la infancia (4).



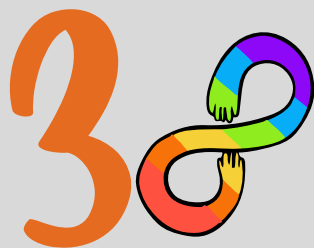
JUEGOS

Introducción

En el caso concreto del trastorno del espectro autista (TEA), el juego ha sido el principal método de abordaje en la intervención desde terapia ocupacional. Esta intervención se enfoca principalmente en la integración sensorial combinada con actividades lúdicas que ofrezcan un componente de disfrute para los niños y niñas. Estas actividades optimizan el juego adaptándose a las necesidades de los niños y niñas, fomentando la participación social, el aprendizaje interactivo y el desarrollo de otras ocupaciones importantes para el niño o niña. A lo largo de los años se ha demostrado la eficacia del juego en la intervención desde terapia ocupacional en el TEA en concreto, especialmente mostrando efectos positivos en cuanto a la interacción social, la cooperación y la resolución de problemas. La preparación del juego, que incluye conocer las normas y seleccionar el material adecuado, también ofrece oportunidades valiosas para el desarrollo infantil. Para este correcto desarrollo y posteriores resultados positivos es importante que se cuente con el apoyo de la familia y los iguales, es decir, de otros niños (5).

El objetivo final de esta guía es ofrecer a las familias una herramienta para fomentar el juego en casa, buscando la máxima autonomía de niños y niñas autistas, proporcionando, de forma concreta:

- Un listado de 38 juegos distintos.
- Información sobre los beneficios de cada uno de los juegos: qué habilidades estamos potenciando.
- Métodos para graduar cada juego.
- Qué características de los niños y niñas TEA debemos tener en cuenta a la hora de jugar.



JUEGOS

Justificación

El juego y las actividades lúdicas son herramientas fundamentales para promover un aprendizaje significativo (4). En el caso específico de los niños y niñas con TEA, los juegos como ocupación ofrecen diversos beneficios, entre ellos:

- Dotan a los niños de estímulos sensoriales auditivos, visuales y táctiles.
- Fomentan el desarrollo de las habilidades motoras finas y gruesas.
 - Permiten mejorar el equilibrio y la coordinación.
- Promueven las habilidades sociales y la expresión emocional.
 - Incentivan la autonomía y la independencia, y con ello la autoestima.
- Estimulan el pensamiento abstracto, la imaginación, la creatividad y con ello la resolución de problemas.

En conjunto, estas características convierten al juego en un espacio de desarrollo seguro y controlado, ideal para apoyar el crecimiento integral de los niños y niñas con TEA (4).

Una guía de juego facilita la creación de actividades con propósitos claros. También se convierte en una fuente valiosa de información para profesionales y familias, ayudándoles a resolver dudas y comprender mejor los beneficios y la implementación de diversas actividades.

Aunque existen guías que promueven la participación de niños y niñas con TEA en actividades y juegos dentro del ámbito educativo, este proyecto se centra en el juego en el hogar, un entorno más controlado que ofrece recursos distintos.

Esta guía surge ante la carencia de recursos teóricos que orienten sobre la aplicación práctica del juego. Está dirigida principalmente a las familias, como un complemento para la intervención de los niños y niñas, además de ofrecer pautas claras sobre cómo implementarlo de manera eficaz.



Juegos

En las siguientes páginas os presentamos ejemplos de juegos que se pueden realizar los cuales nos ofrecen múltiples beneficios en el trabajo de las familias con niños y niñas TEA.

La mayoría de las propuestas incluyen modificaciones para hacer el juego más sencillo o para aumentar la dificultad, siempre con el fin de lograr el “reto justo”, este término se refiere a la dificultad de la actividad, es decir, el “reto justo” es, exigir lo justo para que el niño o niña considere la actividad suficientemente difícil como para que sea estimulante y suficientemente sencilla para que no resulte frustrante.

Juegos

Dificultades que encontramos en el Juego

Los niños con Trastorno del espectro autista (TEA) presentan peculiaridades cognitivas que afectan al desarrollo del juego, rasgos que no se identifican, por regla general, en niños neurotípicos. Esta sintomatología se ha de tener en cuenta a la hora de relacionarnos con las personas TEA, atendiendo a sus necesidades, es decir, la forma en que procesan la información, su manera de comprender el entorno y de relacionarse con los demás, proporcionándoles apoyo en estos aspectos.

Entre estas características nos encontramos las siguientes:

1. Capacidad limitada al llevar a cabo la Función ejecutiva.
2. Pensamiento visual.
3. Dificultad para la anticipación.
4. Alteraciones sensoriales (procesamiento auditivo, percepción táctil, percepción del movimiento).
5. Limitaciones para establecer la coherencia central.
6. Baja capacidad de aceptación ante los cambios de rutinas.
7. Presenta desafíos al incorporar acciones observadas en su entorno.
8. Exceso de actividad o pasividad.
9. Intereses restringidos.
10. Bajo interés en el juego imaginativo o actuado.

Por lo tanto reconocemos un aspecto que es común a la hora de trabajar con estos niños y niñas y es la reducción de estímulos. A menor ruido ambiente, menor estimulación lumínica y táctil externa a la actividad habrá. Esto hará que sea más sencillo para el niño o la niña llevar a cabo la tarea propuesta y disfrutarla.

Juegos

1 Reconocer los nombres en la canción

NECESITAMOS: Una pizarra, una hoja de papel o superficie para escribir y un reproductor de música.

DESARROLLO:

Reproducimos una canción usando nuestro teléfono móvil, ordenador, tablet o televisión. Según las preferencias del niño, seleccionaremos un tema adecuado, por ejemplo, si tiene mucho interés por los transportes, elegimos una canción que mencione muchos transportes. Cada vez que se menciona un transporte, lo anotamos en la pizarra o papel.

¡MÁS FÁCIL!

Podemos usar plantillas con los dibujos o palabras de estos objetos. En lugar de escribirlos, el niño solo tendrá que señalarlos. También podemos cantar nosotros mismos la canción o hacer pausas para repetir la estrofa.

¡MÁS DIFÍCIL!

Podemos cambiar el idioma de la canción si el niño domina varios idiomas. También se pueden utilizar canciones más complejas que no hablen exclusivamente sobre el tema central.

¿Qué beneficios obtenemos?

Trabajamos las funciones (planificación), el procesamiento auditivo, la concentración, la lectoescritura, el reconocimiento de objetos y palabras y la organización espacial.

Juegos

2 Juegos de adivinanzas

NECESITAMOS:

Adivinanzas acompañadas de imágenes o pictogramas que faciliten la comprensión visual.

DESARROLLO:

Leemos la adivinanza junto al niño o niña y lo motivamos para que la resuelva.

¡MÁS FÁCIL!

La actividad será más sencilla según la facilidad de la adivinanza. Generalmente, frases más cortas son más fáciles de asimilar.

¡MÁS DIFÍCIL!

La complejidad aumenta según la dificultad para predecir la respuesta de la adivinanza. También se puede reducir el uso de imágenes, lo que incrementará el reto.

¿Qué beneficios obtenemos?

A nivel cognitivo, promovemos la resolución de problemas, la creatividad y la previsibilidad. Al trabajar en grupo o con nuestra compañía fomentamos las habilidades sociales y desarrollo del lenguaje.

Juegos

3 Imitación con tarjetas

NECESITAMOS: Imágenes que representen gestos.

DESARROLLO:

Por turnos, con el mazo de tarjetas boca abajo, iremos sacando tarjetas e imitando el gesto que aparezca. Podemos realizar esta actividad mientras recorremos un circuito por la sala, imitando un gesto en cada una de las estaciones. De esta forma, el niño estará siendo estimulado y regulado a nivel sensorial.

¡MÁS FÁCIL!

Primero, podemos realizar las imitaciones de las figuras o gestos mientras estamos sentados en corro o frente al espejo. Si la actividad es individual, porque el niño o niña tiene dificultades para seguir los turnos, podemos permitir que recorra el circuito en solitario de forma continua.

¡MÁS DIFÍCIL!

Para hacer la actividad más compleja, podemos introducir obstáculos más difíciles de superar, o estaciones que requieran mayor exigencia física. Otra opción es utilizar instrucciones dadas de forma verbal o escrita, en lugar de las tarjetas con gestos, lo que supondrá un reto mayor en niños con un pensamiento preferentemente visual.

¿Qué beneficios obtenemos?

Trabajamos las habilidades sociales (al implementar el juego por turnos), la capacidad de imitación, estimulación vestibular, la planificación.

Juegos

4 Clasificación Por colores

NECESITAMOS:

Superficies, cajas o bolsas de colores requeridos y objetos que compartan un tema común (por ejemplo, animales de distintos colores).

DESARROLLO:

Contamos con fichas u objetos de distintos colores y superficies para ordenarlas. Presentamos las fichas y explicamos que la tarea consiste en clasificar todos los objetos según su color correspondiente.

¡MÁS FÁCIL!

Podemos utilizar objetos realistas, como frutas que suelen tener colores reconocibles (en lugar de elementos ficticios como un caballo rosa), para facilitar la actividad y reducir dificultades relacionadas con la coherencia central. Otra opción para simplificar la actividad sería reducir la cantidad de objetos y colores. Además, si los objetos están dentro de los intereses del niño o niña, esto hará que el juego sea más atractivo.

¡MÁS DIFÍCIL!

Para hacer la actividad más desafiante y sensorial, podemos sumergir los objetos o fichas en materiales como agua, espuma o arroz, dependiendo de la tolerancia del niño o niña. También se pueden esconder los objetos en la sala, incrementando la dificultad al tener que encontrarlos antes de clasificarlos. Otra opción es utilizar objetos relacionados con comida para incluir la práctica de tolerancia al contacto con alimentos y trabajar habilidades como el uso de cubiertos.

¿Qué beneficios obtenemos?

Trabajamos turnos y la espera, la motricidad fina o gruesa (según el tamaño de los objetos), la estimulación sensorial, la atención, el reconocimiento de objetos, la alimentación, la coherencia central y las funciones ejecutivas a nivel de planificación.

Juegos

5 Reconocer los Países Por sus banderas

NECESITAMOS:

Imágenes con diferentes banderas de países, un mapa grande para colocarlas y una superficie sobre la cual trabajar.

DESARROLLO:

Ofrecemos al niño o niña un dibujo grande que muestre un mapa de la superficie seleccionada. Luego, pedimos que clasifique las banderas y las coloque en su lugar correspondiente.

¡MÁS FÁCIL!

La actividad será más sencilla si reducimos el número de países a reconocer y usamos banderas que se diferencien claramente entre sí.

¡MÁS DIFÍCIL!

Podemos aumentar la dificultad solicitando un mayor número de banderas, especialmente si estas son similares entre sí.

¿Qué beneficios obtenemos?

Trabajamos la organización espacial, el reconocimiento cultural, la concentración, la atención, el reconocimiento visual y la motricidad fina.

Modificaciones

Esta actividad, pensada inicialmente para el reconocimiento del planeta, se puede adaptar de diversas maneras. Por ejemplo, en lugar de identificar países por sus banderas, podemos pedir que se reconozcan por su nombre.

También podemos usar esta actividad para hablar de comidas típicas, trajes regionales, música, costumbres y otros aspectos culturales. Otra variación es realizarla sobre diferentes superficies, como un corcho o un globo terráqueo, donde se puedan fijar las banderas o nombres con chinchetas.

Juegos

6 Carreras de algodones con Pajitas

NECESITAMOS: Pajitas, bolitas de algodón y una superficie como una mesa o el suelo.

DESARROLLO:

Con una pajita en la boca, el niño o la niña sopla la bolita de algodón para moverla hacia la meta que hayamos establecido. De la misma forma, lo hará su compañero o compañera, fomentando así la competición.

¡MÁS FÁCIL!

Para facilitar la actividad, se puede acortar el recorrido de la bolita. Si la bolita de algodón es demasiado ligera y difícil de controlar, se puede cambiar el material por algo más manejable, evitando así la frustración.

¡MÁS DIFÍCIL!

La actividad será más compleja si ampliamos el recorrido o delimitamos un trayecto en zigzag. También se pueden añadir obstáculos al circuito para incrementar la dificultad. Otra opción para hacer el juego más desafiante es involucrar a más niños o niñas, fomentando un mayor nivel de competición.

¿Qué beneficios obtenemos?

A nivel cognitivo, trabajamos la atención, la concentración y la planificación, vinculadas a las funciones ejecutivas. Al mantener activa la boca, fomentamos el desarrollo del lenguaje. También promovemos la motricidad fina, la coordinación ojo-mano-boca y, con la inclusión de la competición, trabajamos las habilidades sociales y el manejo de turnos.

Juegos

7 Carreras de coches

NECESITAMOS:

Coches de juguete y una superficie como el suelo o una mesa.

DESARROLLO:

Seleccionamos varios coches y establecemos una salida y una meta. La actividad puede desarrollarse en una mesa, el suelo u otra superficie adecuada.

¡MÁS FÁCIL!

El niño o niña puede comenzar observando el juego, haciendo que la actividad sea más atractiva si los coches emiten sonido, luz o son teledirigidos. Para facilitar la actividad, se puede acortar el recorrido.

Además, cuanto más señalizada esté la salida y la meta, más comprensible será para el niño o niña.

¡MÁS DIFÍCIL!

El niño o niña puede comenzar observando el juego, haciendo que la actividad sea más atractiva si los coches emiten sonido, luz o son teledirigidos. Para facilitar la actividad, se puede acortar el recorrido. Además, cuanto más señalizada esté la salida y la meta, más comprensible será para el niño o niña.

¿Qué beneficios obtenemos?

Trabajamos habilidades sociales mediante la competición, la motricidad fina y gruesa, el procesamiento sensorial (especialmente visual), la atención y la concentración.

Modificaciones

La actividad se puede adaptar para incluir objetos con ruedas que no sean coches. También podemos incorporar comida, como montar alimentos sobre los coches o empujarlos con ellos, para fomentar acercamientos al contacto con los alimentos. Las carreras pueden servir para practicar el conteo, apuntar puntos (lectoescritura), o esquivar letras mientras practicamos palabras.

Juegos

8 Pintar con Pajitas

NECESITAMOS:

Pajitas, pintura acrílica, una superficie para pintar y un dibujo.

DESARROLLO:

El objetivo de la actividad es colorear un dibujo utilizando una pajita. El niño o niña deberá absorber la pintura con la pajita y luego soplarla en el dibujo para colorearlo.

¡MÁS FÁCIL!

La actividad será más sencilla si utilizamos dibujos de mayor tamaño, lo que facilitará la consecución del resultado final.

También se puede soplar pintura de manera abstracta sobre un folio en blanco o hacer uso de una superficie más amplia, como una tela.

¡MÁS DIFÍCIL!

La tarea será más compleja si seleccionamos un dibujo con más detalles o de menor tamaño. Otra opción es incluir más colores, lo que requerirá una mayor concentración.

¿Qué beneficios obtenemos?

A nivel cognitivo, trabajamos la atención, la concentración y la planificación vinculadas a las funciones ejecutivas. Al mantener activa la boca, fomentamos el desarrollo del lenguaje. También promovemos la motricidad fina, la coordinación ojo-mano-boca y la creatividad al tratarse de una actividad artística.

Juegos

9 Circuito de obstáculos

NECESITAMOS:

Pajitas, bolitas de algodón y una superficie como una mesa o el un espacio donde preparar y desarrollar el circuito. Las estaciones a superar dependerán de los recursos disponibles. Ejemplos incluyen: un columpio para ofrecer información vestibular; una cama elástica, que proporciona estímulos sensoriales vestibulares y propioceptivos; alfombras con relieve para estimular sensorialmente; ladrillos para caminar y trabajar el equilibrio y la fuerza; elementos para escalar, entre otros.

DESARROLLO:

Preparamos un circuito compuesto por distintas estaciones según los materiales disponibles. El niño o niña deberá superar cada estación en orden hasta completar el recorrido.

¡MÁS FÁCIL!

El circuito será más sencillo si reducimos el número de estaciones o si estas son fáciles de superar. Por ejemplo, podemos limitar las exigencias físicas o mantener las estaciones simples.

¡MÁS DIFÍCIL!

La actividad será más desafiante si aumentamos el número de estaciones o si estas requieren mayor atención o fuerza. Para incrementar la dificultad, podemos añadir obstáculos, diseñar recorridos en zigzag o incluir elementos adicionales como gestos a realizar en cada estación, prueba de alimentos, o cantar mientras se completa el circuito.

Otra opción es detenerse cuando se apague la música, como en el juego de las sillas.

¿Qué beneficios obtenemos?

Trabajamos el equilibrio, la fuerza, el procesamiento sensorial (especialmente vestibular y propioceptivo), la atención, la planificación vinculada a las funciones ejecutivas y la coordinación motora. También se pueden incluir aspectos sociales si se realiza en grupo.

Juegos

10 Hacer canasta

NECESITAMOS:

Una pelota y una canasta

DESARROLLO:

El niño o niña se coloca frente a la canasta y lanza la pelota para encestarla.

¡MÁS FÁCIL!

La actividad será más sencilla si utilizamos una canasta de mayor tamaño y una pelota más pequeña. Esto facilitará el lanzamiento y la consecución del objetivo.

¡MÁS DIFÍCIL!

El juego se tornará más desafiante si el niño o niña realiza los lanzamientos mientras está sobre una superficie inestable. También podemos modificar el tamaño de la canasta y la pelota para aumentar la dificultad.

¿Qué beneficios obtenemos?

Trabajamos la planificación y la atención, las habilidades sociales si el juego se realiza por turnos con compañeros, la propiocepción en el proceso de lanzamiento, y la motricidad gruesa.

Modificaciones

Podemos usar una cesta, un cubo o incluso un aro en lugar de una canasta de juguete, ya que son materiales más fáciles de adquirir. En lugar de una pelota, se pueden utilizar sacos de semillas, que ofrecen estímulos propioceptivos. Además, esta actividad puede adaptarse para incluir elementos adicionales, como practicar el conteo, llevar comida sobre el coche, o apuntar los puntos como parte de la actividad, lo que permite trabajar lectoescritura y reconocimiento de palabras.

Juegos

Juegos Populares

Los que conocemos como juegos populares, son los juegos a los que hemos jugado siempre los niños y niñas, son los más sencillos de aprender en el cole y toda la familia puede llevarlos a cabo puesto seguramente, todos los conozcan. Además de ser divertidos y sencillos son una fuente de estimulación en relación a las habilidades sociales. Además, con ellos trabajamos la planificación, la motricidad gruesa, la atención y concentración, y la integración sensorial.

Juegos

11 Juego de las sillas

NECESITAMOS: Un grupo de personas, sillas y una sala amplia.

DESARROLLO:

Se colocan las sillas en forma circular, dejando espacio suficiente para que las personas puedan moverse alrededor de ellas. Debe haber una silla menos que el número total de participantes. A continuación, hacemos sonar la música. Cuando la música se detiene, todos deben correr y tratar de sentarse en una silla. La persona que se queda sin silla queda fuera del juego, y se retira otra silla en cada ronda hasta que quede un ganador.

¡MÁS FÁCIL!

Incluyendo música que sea del gusto del niño o niña, hacemos que la actividad sea más atractiva y motivadora. Para facilitar el juego, se puede reducir el número de participantes y minimizar los estímulos en el entorno, como ruidos o luces, para hacerlo más agradable y sencillo.

¡MÁS DIFÍCIL!

La actividad será más desafiante si aumentamos el número de participantes o si los niños deben realizar gestos o movimientos específicos antes de sentarse. También podemos introducir obstáculos entre las sillas para dificultar el recorrido o usar diferentes tipos de asientos.

¿Qué beneficios obtenemos?

Trabajamos habilidades sociales al interactuar con compañeros, la atención y la concentración (especialmente al escuchar la música), la planificación vinculada a las funciones ejecutivas, el procesamiento sensorial y la motricidad gruesa.

Juegos

12 El Pilla- Pilla

NECESITAMOS: Varios jugadores y un espacio amplio.

DESARROLLO:

Un jugador será el encargado de correr e intentar pillar a los demás. Cuando consiga atrapar a uno de sus compañeros, este último pasará a ser el siguiente encargado de pillar a los demás.

¡MÁS FÁCIL!

Para facilitar el juego, podemos reducir el número de jugadores o usar un espacio más pequeño y controlado. También se puede comenzar la actividad observando, lo que puede ayudar al niño o niña a familiarizarse con las reglas y dinámicas.

¡MÁS DIFÍCIL!

La actividad será más desafiante si ampliamos el espacio del juego o aumentamos el número de jugadores. Otra opción es crear un espacio más irregular, incluyendo obstáculos o superficies inestables.

También se puede llevar a cabo en un entorno más complejo, como una piscina, lo que fomentará las funciones ejecutivas y la estimulación sensorial.

¿Qué beneficios obtenemos?

Trabajamos las habilidades sociales mediante la interacción con los compañeros, la planificación vinculada a las funciones ejecutivas, el procesamiento sensorial (especialmente vestibular y propioceptivo), la motricidad gruesa, la atención y la concentración.

Juegos

13 El teléfono “escacharrao”

NECESITAMOS: Varios participantes.

DESARROLLO:

Los participantes se colocan en círculo, sentados o de pie, cerca unos de otros. El primer jugador dice una frase rápidamente, de forma que sea algo difícil de entender para el siguiente jugador. Este segundo jugador, con lo que haya entendido, repite la frase de la misma forma al siguiente participante, y así sucesivamente hasta que la frase llegue al último jugador. Al final, se comparte la frase inicial y la versión final, y se comparan.

¡MÁS FÁCIL!

Para facilitar el juego, se pueden usar frases cortas y sencillas.

También puede practicarse despacio al principio, para que el niño o niña se familiarice con la dinámica.

¡MÁS DIFÍCIL!

Para incrementar la dificultad, se pueden usar frases más largas, incluir palabras desconocidas o realizar el juego en un idioma diferente si los participantes dominan más de uno.

¿Qué beneficios obtenemos?

Trabajamos el lenguaje, la comprensión auditiva, la imitación, la memoria a corto plazo y la atención. También fomentamos las habilidades sociales al interactuar con otros participantes en un entorno divertido.

Juegos

14 Carreras de relevos

NECESITAMOS:

Varios participantes y un objeto por grupo.

DESARROLLO:

Dividimos a los participantes en grupos, con un mínimo de tres integrantes por grupo. Los jugadores de cada grupo se colocan en fila, enfrentados entre sí, y el primer jugador sostiene un objeto en la mano. Al dar la salida, el primer jugador corre hacia su compañero para entregarle el objeto. Este, a su vez, hace lo mismo con el siguiente integrante del equipo, y así sucesivamente. Gana el equipo cuyo último jugador llegue primero a la meta con el objeto.

¡MÁS FÁCIL!

Para facilitar la actividad, podemos reducir la distancia entre los jugadores o eliminar la competición, dejando que cada grupo complete la carrera a su propio ritmo.

¡MÁS DIFÍCIL!

Podemos aumentar la dificultad ampliando la distancia entre los jugadores o introduciendo obstáculos en el recorrido. También es posible asignar tareas adicionales, como realizar gestos o movimientos antes de entregar el objeto al siguiente compañero.

¿Qué beneficios obtenemos?

Trabajamos habilidades sociales mediante la cooperación en equipo, la planificación y atención vinculadas a las funciones ejecutivas, la motricidad gruesa, la coordinación y la velocidad de reacción.

Juegos

15 El Pañuelo

NECESITAMOS: Varios participantes y un pañuelo.

DESARROLLO:

Dividimos a los participantes en dos equipos. Dentro de cada equipo, se asigna un número a cada jugador. La persona encargada de sujetar el pañuelo se coloca en medio de ambos grupos y va diciendo un número. El jugador de cada equipo que tenga ese número correrá para intentar coger el pañuelo. Habrá dos niños o niñas enfrentados en esta carrera, y quien logre llegar primero, cogerá el pañuelo y correrá hacia su equipo, ganando un punto. El juego podrá finalizar cuando se deseé.

¡MÁS FÁCIL!

Para hacer la actividad más sencilla, se puede reducir el número de participantes o limitar el espacio del juego.

También se pueden dar más tiempo para que los jugadores reaccionen al escuchar su número.

¡MÁS DIFÍCIL!

La actividad se vuelve más desafiante si incrementamos la velocidad de las llamadas de los números o hacemos que los participantes corran desde una distancia mayor. También se pueden introducir obstáculos en el trayecto hacia el pañuelo para aumentar la dificultad.

¿Qué beneficios obtenemos?

Trabajamos habilidades sociales mediante el trabajo en equipo y la competición, la atención y la concentración (al escuchar el número y reaccionar), la velocidad y la coordinación motora gruesa.

Juegos

16 El escondite

NECESITAMOS:

Varios niños y un espacio amplio con suficientes lugares para esconderse.

DESARROLLO:

Uno de los niños será el encargado de “quedársela”. Este jugador debe contar en voz alta hasta un número previamente acordado mientras los demás se esconden. Una vez terminado el conteo, deberá buscar a los compañeros escondidos. El último niño o niña en ser encontrado será el ganador de la ronda. En el siguiente turno, el primero en ser encontrado asumirá el rol de buscar a los demás.

¡MÁS FÁCIL!

Para facilitar el juego, se puede reducir el número de participantes o limitar las áreas de escondite a un espacio más pequeño y controlado. También se puede elegir un número menor para el conteo.

¡MÁS DIFÍCIL!

La actividad será más desafiante si ampliamos el espacio disponible para esconderse, incluyendo áreas con mayor complejidad, como muebles o lugares con acceso limitado. Otra opción es aumentar el número de participantes o el tiempo de conteo para que haya más oportunidades de esconderse en lugares difíciles.

¿Qué beneficios obtenemos?

Trabajamos habilidades sociales mediante la interacción con compañeros, la atención y concentración al buscar a los demás, la planificación vinculada a las funciones ejecutivas y la creatividad al encontrar lugares estratégicos para esconderse.

Juegos

17 El Juego de las estatuas

NECESITAMOS: Un espacio grande, varios participantes y un reproductor de música.

DESARROLLO:

Activamos la música y todos los participantes comienzan a bailar libremente. En el momento en que la música se detiene, todos deben quedarse quietos como estatuas. Si uno de los participantes se mueve, será eliminado. El juego continúa hasta que solo quede un ganador.

¡MÁS FÁCIL!

Para facilitar la actividad, se puede elegir música del gusto de los niños o niñas para que resulte más atractiva.

También se puede reducir el número de jugadores o practicar previamente cómo mantenerse inmóviles.

¡MÁS DIFÍCIL!

La actividad será más desafiante si aumentamos la duración de la música, haciendo que los jugadores bailen por más tiempo antes de detenerse.

También se puede incorporar movimientos específicos antes de detenerse o incluir reglas adicionales, como mantener posturas incómodas.

¿Qué beneficios obtenemos?

Trabajamos habilidades sociales mediante la interacción entre los participantes, la atención y concentración al escuchar la música, el control corporal y la coordinación motora gruesa.

Juegos

18 La comba

NECESITAMOS:

Un espacio amplio, una cuerda larga y varios participantes.

DESARROLLO:

Dos personas se colocan una a cada lado de la cuerda y la hacen girar de manera constante. Los demás participantes deben entrar y salir mientras la cuerda está en movimiento, saltando al ritmo establecido. La actividad se puede acompañar cantando canciones tradicionales de comba.

¡MÁS FÁCIL!

Para facilitar la actividad, se puede reducir la velocidad con la que se hace girar la cuerda o permitir que los participantes entren por turnos y practiquen antes de hacerlo en grupo. También se puede acortar la duración del juego para que sea menos exigente.

¡MÁS DIFÍCIL!

La actividad será más desafiante si se aumenta la velocidad de la cuerda o se pide que los participantes realicen movimientos adicionales mientras saltan, como giros o saltos a una sola pierna. Otra opción es incluir canciones con movimientos específicos que deben seguir mientras participan.

¿Qué beneficios obtenemos?

Trabajamos la coordinación motora gruesa, el equilibrio, la atención, la concentración y las habilidades sociales al interactuar con otros participantes. También fomentamos la creatividad si se añaden canciones o movimientos únicos al juego.

Juegos

19 El corro de la Patata

NECESITAMOS:

Varios participantes y un espacio amplio.

DESARROLLO:

Todos los jugadores se toman de la mano formando un círculo y comienzan a cantar la canción “Al corro de la patata...”. Conforme avanza la canción, se van pidiendo distintas acciones, que todos los participantes realizan juntos mientras cantan.

¡MÁS FÁCIL!

Para facilitar el juego, se puede reducir el número de participantes o limitar las acciones a movimientos simples. También se puede practicar la canción previamente para que los niños o niñas se familiaricen con la letra y las indicaciones.

¡MÁS DIFÍCIL!

La actividad será más desafiante si aumentamos el ritmo de las acciones o introducimos movimientos más complejos. Otra opción es incorporar variaciones en la canción que requieran mayor atención y memoria para seguir las indicaciones.

¿Qué beneficios obtenemos?

Promovemos habilidades sociales mediante la interacción grupal, la coordinación motora gruesa, el reconocimiento auditivo y la creatividad al seguir y realizar las acciones propuestas en la canción.

Juegos

Juegos en la Piscina

Los juegos en la piscina son muy beneficiosos para los niños con autismo, puesto que, otorgan regulación a nivel sensorial, fomentan el desarrollo motor, y tienen la característica de que durante su desarrollo ponemos en práctica la natación, con lo cual, con su desarrollo podemos practicar la seguridad en el agua.

Juegos

20 Búsqueda del tesoro

NECESITAMOS:

Una piscina y varios juguetes pequeños que puedan hundirse en el agua.

DESARROLLO:

Lanzamos los juguetes al fondo de la piscina y el niño o niña deberá bucear para encontrarlos y recogerlos.

¡MÁS FÁCIL!

Para facilitar la actividad, podemos usar juguetes que floten en el agua, evitando la necesidad de bucear, aguantar la respiración o mirar debajo del agua. También será más sencillo si los juguetes son grandes y vistosos, ya que resultarán más fáciles de encontrar. Durante el juego se podrá practicar el nado o la deambulación por el agua.

¡MÁS DIFÍCIL!

La actividad será más desafiante si organizamos un juego de competición, en el que varios niños o niñas compitan para encontrar los juguetes primero. También se puede aumentar la dificultad reduciendo el tamaño de los objetos, ampliando el espacio de juego o introduciendo más retos físicos en el proceso.

¿Qué beneficios obtenemos?

Trabajamos la concentración, la atención y la información sensorial propioceptiva. A nivel motor, trabajamos la motricidad gruesa y fina, además de la planificación vinculada a las funciones ejecutivas. Si el juego incluye competición, se desarrollan habilidades sociales al interactuar con compañeros.

Modificaciones

La actividad puede adaptarse para fomentar el reconocimiento y el lenguaje, repasando animales, frutas, transportes, letras, números, entre otros temas. También puede desarrollarse sobre el aprendizaje de formas y colores, haciendo del juego una experiencia educativa.

Juegos

21 La Patata caliente

NECESITAMOS: Un globo de agua y varios participantes.

DESARROLLO:

Activamos un contador con un tiempo determinado, y los jugadores van pasando el globo de agua entre sí mientras corre el tiempo. Cuando el contador finaliza y suena la alarma, el jugador que tiene el globo debe explotarlo sobre sí mismo.

¡MÁS FÁCIL!

La actividad será más sencilla si reducimos el número de participantes. Esto permitirá que el desarrollo del juego sea más controlado y menos complejo.

¡MÁS DIFÍCIL!

La dificultad aumenta si involucramos un mayor número de jugadores o si usamos dos globos de agua al mismo tiempo, lo que requerirá mayor coordinación y rapidez. También se puede añadir dinamismo al juego incluyendo movimientos o reglas adicionales, como caminar mientras pasan el globo.

¿Qué beneficios obtenemos?

Desarrollamos habilidades sociales mediante la interacción grupal, la coordinación y el procesamiento sensorial al manipular el globo. También se trabaja la atención y la regulación emocional al manejar la presión del tiempo y las reglas del juego.

Modificaciones

En lugar de usar un temporizador, podemos elegir un tema (por ejemplo, “verduras”), y cada participante debe mencionar un elemento relacionado antes de pasar el globo. Si alguno no logra decir una respuesta válida, se le explotará el globo. Esta variación fomenta el desarrollo del lenguaje, la creatividad, el reconocimiento y la tolerancia a la frustración.

Juegos

22 “Mi abuelo era”

NECESITAMOS: Una piscina para zambullirse.

DESARROLLO:

Este juego consiste en imitar diferentes acciones mientras se está en el agua. Se comienza con la frase “Mi abuelo era...” y se elige una profesión, por ejemplo, “futbolista”. Los niños o niñas deben zambullirse en el agua simulando la acción correspondiente, como dar una patada a un balón.

¡MÁS FÁCIL!

La actividad será más sencilla si se proporciona directamente la idea de la figura a imitar, eliminando la necesidad de imaginación. También se puede simplificar limitándose a pedir gestos básicos en lugar de acciones relacionadas con una profesión, mientras los niños se zambullen en el agua.

¡MÁS DIFÍCIL!

Podemos aumentar la dificultad del juego organizando una competición en la que gane la figura más creativa o extravagante, fomentando las habilidades sociales. Otra opción es combinar la actividad con una búsqueda del tesoro en el agua tras realizar la imitación.

¿Qué beneficios obtenemos?

Trabajamos la concentración, la planificación y la imitación, además de desarrollar el lenguaje y recibir información propioceptiva. También promovemos las habilidades sociales y el juego simbólico, al participar en una actividad grupal creativa.

Juegos

23 Nadar como los animales

NECESITAMOS: Una piscina.

DESARROLLO:

En la piscina, se invita a los niños y niñas a imitar diferentes animales mientras nadan. Por ejemplo, pueden nadar como una rana, una tortuga o un delfín, adaptando sus movimientos al estilo del animal elegido.

¡MÁS FÁCIL!

La actividad será más sencilla si practicamos los movimientos fuera del agua primero o si se muestran antes de intentar realizarlos en el agua.

Esto les ayudará a comprender y realizar los gestos con mayor facilidad.

¡MÁS DIFÍCIL!

Para aumentar la dificultad, podemos realizar el juego como una competición o por turnos. Además, podemos incluir animales terrestres en el tema, fomentando la creatividad y saliendo de la literalidad, al representar animales de maneras más originales en el agua.

¿Qué beneficios obtenemos?

Desarrollamos habilidades sociales mediante la interacción grupal, la creatividad al imitar animales, el desarrollo motriz y la integración sensorial por realizar la actividad en el agua. También trabajamos la planificación vinculada a las funciones ejecutivas y fomentamos el juego simbólico.

Juegos

Juegos simbólicos

Llevar a cabo el juego simbólico es una habilidad que resulta difícil para los niños y niñas TEA debido a las exigencias que este requiere, especialmente a nivel de flexibilidad cognitiva. Este tipo de juego requiere de un pensamiento abstracto, de interacción social, de imitación y representación, que son cualidades que con frecuencia hay que trabajar específicamente en los niños y niñas con este diagnóstico. Entre los ejemplos de juego simbólico se encuentran los siguientes:

Juegos

24 Salvar al muñeco atrapado

NECESITAMOS:

Un muñeco y una tela, cuerda u otros elementos para enrollar al muñeco.

DESARROLLO:

Enrollamos al muñeco en una tela atada con cuerda o algún elemento similar y pedimos al niño o niña que lo libere, utilizando sus manos y cualquier estrategia que prefiera.

¡MÁS FÁCIL!

Para reducir la exigencia simbólica, se puede utilizar un muñeco que represente un personaje de dibujos animados conocido por el niño o niña.

Esto ayuda a que la actividad sea más comprensible y motivadora. También se puede limitar la actividad a desenredar una tela sin utilizar cuerda ni elementos adicionales.

¡MÁS DIFÍCIL!

La actividad será más desafiante si utilizamos un muñeco que tenga aspecto de bebé, fomentando una mayor implicación emocional y simbólica. Además, podemos incrementar la dificultad pidiendo que realice la actividad con una sola mano, con las piernas atadas o sobre una superficie inestable, lo que requerirá mayor esfuerzo físico y coordinación.

¿Qué beneficios obtenemos?

Trabajamos principalmente el juego simbólico, la planificación, la ejecución y la resolución de problemas. Si incluimos estímulos sensoriales, desarrollamos la integración sensorial. También fomentamos la empatía, la atención y otras habilidades cognitivas.

Juegos

25 Limpiar al muñeco

NECESITAMOS:

Un muñeco de plástico, una sustancia fácil de eliminar (por ejemplo, espuma) y un trapo para limpiar.

DESARROLLO:

Ensuciamos el muñeco con la sustancia seleccionada y pedimos al niño o niña que lo limpie utilizando el trapo.

¡MÁS FÁCIL!

La actividad será más sencilla si usamos una sustancia que sea fácil de limpiar y tolerable sensorialmente para el niño o niña. Esto reducirá la exigencia y hará que la actividad sea más accesible.

¡MÁS DIFÍCIL!

La actividad se vuelve más desafiante si utilizamos una sustancia más difícil de eliminar o más intensa sensorialmente. También podemos incorporar una bañera con agua para lavar el muñeco, lo que requerirá mayor planificación y esfuerzo vinculado a las funciones ejecutivas.

¿Qué beneficios obtenemos?

Trabajamos el juego simbólico, la planificación y la regulación sensorial. También fomentamos las habilidades sociales, especialmente si la actividad se realiza en grupo o con interacción.

Juegos

26 Jugar a las Profesiones

NECESITAMOS: Objetos reales o juguetes relacionados con profesiones (por ejemplo, cocineros, mecánicos, médicos, tenderos o camareros).

DESARROLLO:

Se anima a los niños y niñas a imaginar que desempeñan diferentes profesiones. Pueden utilizar objetos reales o juguetes que representen herramientas asociadas a cada profesión, como utensilios de cocina para un cocinero, llaves inglesas para un mecánico, estetoscopios para un médico, etc.

¡MÁS FÁCIL!

El juego será más sencillo si utilizamos objetos reales, ya que esto reduce la exigencia de flexibilidad cognitiva. Por ejemplo, un niño que imagina ser cocinero puede usar una cuchara y un bowl reales. Como siguiente paso, se pueden introducir juguetes que simulen esos objetos.

¡MÁS DIFÍCIL!

La actividad será más desafiante si utilizamos objetos que tengan aspecto similar al objeto real, pero de otro origen. Por ejemplo, si el niño utiliza un mando de la tele simulando un teléfono.

¿Qué beneficios obtenemos?

Principalmente las funciones ejecutivas, sobre todo la planificación, la atención, la creatividad, las habilidades manipulativas, según el objeto que utilicemos y las habilidades sociales.

Juegos

27 Imagina que vas en un coche

NECESITAMOS:

Un espacio amplio y, opcionalmente, objetos que sirvan como referencias para los obstáculos (por ejemplo, cojines, juguetes).

DESARROLLO:

El juego consiste en imaginar que estamos viajando en un coche. Mientras avanzamos por el camino, nos encontramos con diferentes obstáculos y realizamos los gestos necesarios para superarlos. Por ejemplo, si pasamos por un túnel, nos agachamos; si cruzamos un camino empedrado, rebotamos; y si encontramos un obstáculo en la carretera, lo esquivamos.

¡MÁS FÁCIL!

La actividad será más sencilla si apoyamos el juego con objetos reales del entorno. Por ejemplo, podemos simular una piedra en la carretera con un cojín, lo que hará que sea menos exigente para la imaginación del niño o niña. Otra forma de apoyar la actividad es utilizando un video o un videojuego simulador como referencia.

¡MÁS DIFÍCIL!

El juego será más desafiante si pedimos al niño o niña que realice la actividad sentado en una silla mientras nosotros describimos los obstáculos que debe imaginar. Para hacerlo aún más complejo, podemos pedirle que sea quien proponga los obstáculos a superar.

¿Qué beneficios obtenemos?

Trabajamos el juego simbólico, la creatividad y la imaginación. También fomentamos las funciones ejecutivas, como la planificación y la resolución de problemas, las habilidades sociales (especialmente si se realiza en grupo) y la motricidad gruesa.

Juegos

VideoJuegos

A día de hoy, los videojuegos se han convertido en un complemento más en la vida de los niños, niñas y adolescentes. Como se ha expuesto con anterioridad, esta guía está enfocada a los juegos analógicos, pero hemos considerado que no hay que ignorar las preferencias de los niños y que hay que atender a los beneficios que nos otorgan los videojuegos, por ello, os presentamos una selección de los más recomendables.

Entre los beneficios de los videojuegos se encuentra el de la retroalimentación instantánea que puede ser muy motivante a la hora de mantenerse en la actividad, esto junto al uso de pantallas son componentes muy atractivos para los niños, lo que los convierte en una excelente herramienta para la consecución de objetivos.

Juegos

28 Minecraft

DESARROLLO:

Se trata de un juego que consiste principalmente en la construcción mediante bloques dentro de un mundo virtual.

29 LEGO Video Games

DESARROLLO:

Consiste en un conjunto de juegos basados en las piezas de construcción LEGO.



¿Qué beneficios obtenemos?

En el caso de estos videojuegos, trabajamos la resolución de problemas, la concentración, las habilidades sociales (cuando se juega en modo multijugador).

Juegos

30 Animal Crossing

DESARROLLO:

Es un juego de simulación social, consiste en que tu personaje va haciendo su vida dentro de este mundo virtual, trabaja, reforma una casa, habla con sus vecinos, etc.

¿Qué beneficios obtenemos?

Trabajamos las habilidades sociales, el lenguaje, el juego simbólico, la imaginación y la creatividad.

31 Just Dance

DESARROLLO:

Consiste en un juego de baile que consiste en la imitación de los pasos que aparecen en la pantalla de forma que creas una coreografía.

¿Qué beneficios obtenemos?

Principalmente con este juego trabajamos la expresión corporal, la motricidad gruesa, la planificación, la concentración y la comprensión

32 Portal 2

DESARROLLO:

Este, es un videojuego que consiste en la resolución de acertijos con el fin de ir abriendo portales, además incluye un componente de aventura.

¿Qué beneficios obtenemos?

Este juego tiene principales beneficios a nivel cognitivo, ya que consiste en acertijos lógicos, pero también se pueden poner en práctica habilidades sociales, e incluye la puesta en práctica de la organización y la planificación.

Juegos

Juguetes

Los juguetes son las principales herramientas que necesitamos para el juego. Aunque es muy importante contar con la imaginación, es muy sencillo crear cualquier actividad si tenemos a mano los elementos necesarios. Por ello, os dejamos una selección de los juguetes con un uso más significativo para trabajar ciertas habilidades en los niños y niñas.

Juegos

33 Pelotas sensoriales

¿Qué beneficios obtenemos?

Proporcionan estimulación táctil, lo cual es muy importante a nivel de estimulación sensorial. Pueden ser una fuente de regulación emocional y ayudan a desarrollar habilidades motoras finas.

34 Tableros de actividades sensoriales

¿Qué beneficios obtenemos?

Estos, son una fuente de estimulación sensorial muy enriquecedora, los encontramos de cualquier tamaño, e incluso, puede ser construido por uno mismo. Con ellos, podemos trabajar también la regulación emocional y poner en práctica las funciones ejecutivas y las habilidades motoras.

35 Juguetes de construcción

¿Qué beneficios obtenemos?

Estos, fomentan las habilidades ejecutivas, en relación a la planificación y la resolución de problemas, nos ofrecen una forma de fomentar la creatividad y la imaginación. Además de que con su uso, estaremos poniendo en práctica las habilidades motoras a nivel de motricidad fina y gruesa. Según el tipo de material que seleccionemos, también puede tratarse de una fuente de estimulación sensorial.

Juegos

36 Columpios, camas elásticas, alfombras sensoriales

¿Qué beneficios obtenemos?

Estos, fomentan las habilidades ejecutivas, en relación a la planificación y la resolución de problemas, nos ofrecen una forma de fomentar la creatividad y la imaginación. Además de que con su uso, estaremos poniendo en práctica las habilidades motoras a nivel de motricidad fina y gruesa. Según el tipo de material que seleccionemos, también puede tratarse de una fuente de estimulación sensorial.

37 Plastilina

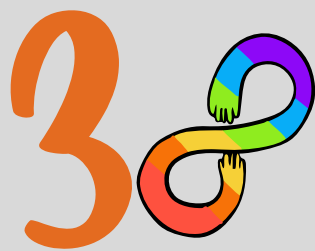
¿Qué beneficios obtenemos?

Con ella podemos llevar a cabo múltiples creaciones como dibujos, objetos, pelotas. También podemos utilizarla para “colorear” un dibujo, etc. Es una fuente estimulante a nivel sensorial, pone en práctica la motricidad a nivel manual y la fuerza en los dedos. Además, es una forma excelente de trabajar la creatividad.

38 Puzzles

¿Qué beneficios obtenemos?

Los puzzles son una fuente de aprendizaje muy útil y muy atractiva para los niños. Pueden ser puzzles encajables, donde busquemos crear una figura, o de madera, donde podamos reconocer letras, animales, transportes, planetas, etc. Existen puzzles de muchísimos temas, con lo cual, podemos seleccionarlos según las preferencias del niño o la niña, o utilizarlos para aumentar sus intereses. Son un complemento excelente para juegos como: la búsqueda del tesoro o los circuitos, entre otros.



JUEGOS

Recursos de interés

Asociaciones

Asociación de Autismo “Javier Barbero”

649 26 92 08

asociacionautismojavierbarbero@gmail.com

Asociación Autismo Jaén “Juan Martos Pérez”

953 23 61 58

asociacion@autismojaen.es

Asociación Asperger Jaén-TEA

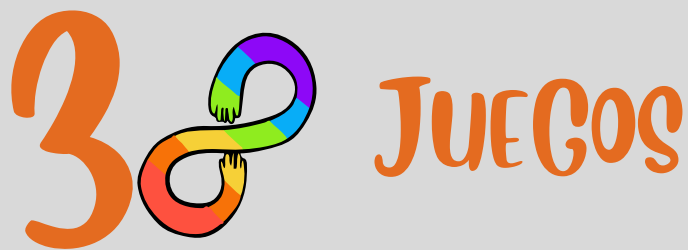
953 96 30 71

info@aspergerjaen.com

Otras guías

**Guía de terapia ocupacional en el sistema educativo:
infancia y primaria, del Colegio Oficial de
Terapeutas Ocupacionales de Galicia**

**“¡Yo también juego! ¿TEApuntas?”,
de la Asociación de Autismo Córdoba**



Bibliografía

1. American Occupational Therapy Association. (2020). Occupational therapy practice framework: Domain and process (4ª ed.). AOTA Press.
2. Gallardo López, J. A. (2020). Teorías sobre el juego y su importancia como recurso educativo. Instituto Superior de Formación Docente N° 112. Recuperado de <https://isfd112-bue.infod.edu.ar/sitio/wp-content/uploads/2020/07/gallardo-lopez-jose-alberto-articulohekademos18-1.pdf>
3. Iñamagua Mina, S. E., & Zambrano Vélez, W. (2024). Las actividades lúdicas en el desarrollo de la motricidad fina en los niños con Trastorno del Espectro Autista en el Nivel de Inicial II: Play activities in the development of fine motor skills in children with Autistic Spectrum Disorder at the beginning II level. LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, 5(2). <https://doi.org/10.56712/latam.v5i2.2009>
4. León Collado, A., & Bouzón Seoane, C. (2013). Ocupación y juego en la infancia. TOG (A Coruña), 10(Supl. 8), 32-35. Recuperado de www.revistatog.com/suple/num8/infancia.pdf
5. Pérez Faus, A. (2012). Intervención de terapia ocupacional con niños diagnosticados de trastorno del espectro autista (TEA) en el ámbito escolar [Trabajo de fin de grado, Universidad de Zaragoza]. Recuperado de <https://zaguan.unizar.es/record/7439/files/TAZ-TFG-2012-255.pdf>