



Jugar y Crecer

AYUDE A SU HIJO A
TRAVÉS DEL JUEGO

“Jugar es el trabajo de la infancia.”

-JEAN PIAGET



¡Bienvenido a la colección “Jugar y Crecer!”

Hemos seleccionado esta colección de actividades y recursos basados en el juego para ayudar a los niños a desarrollar habilidades esenciales, ¡y todo ello mientras se divierten! Hasta agotar existencias, también incluimos un pequeño juguete relacionado con cada área de desarrollo en nuestros eventos mensuales.

La seguridad es lo primero: supervise atentamente a su hijo mientras juega con los juguetes para asegurarse de que no haya riesgo de asfixia.

Este recurso ha sido diseñado con un enfoque inclusivo para apoyar a niños con diversas necesidades de desarrollo, incluido el autismo. Las actividades ofrecen múltiples formas de fomentar la participación y acompañar el proceso único de crecimiento emocional y evolutivo de cada niño. Está dirigido a niños de 0 a 5 años, incluyendo aquellos niños que, aunque tengan una edad cronológica superior, se encuentren en esta etapa de desarrollo.

Cada recurso se centra en un área específica del desarrollo infantil, lo que facilita a las familias elegir actividades que se adapten a las necesidades de sus hijos.

Si tiene alguna pregunta, ¡la Autism Society Inland Empire está aquí para ayudarle!

Correo electrónico: info@ieautism.org

Teléfono: 951.220.6922

Esperamos que esta colección aporte alegría, crecimiento y comprensión a su familia, ¡ayudando a su hijo a prosperar a través del juego!

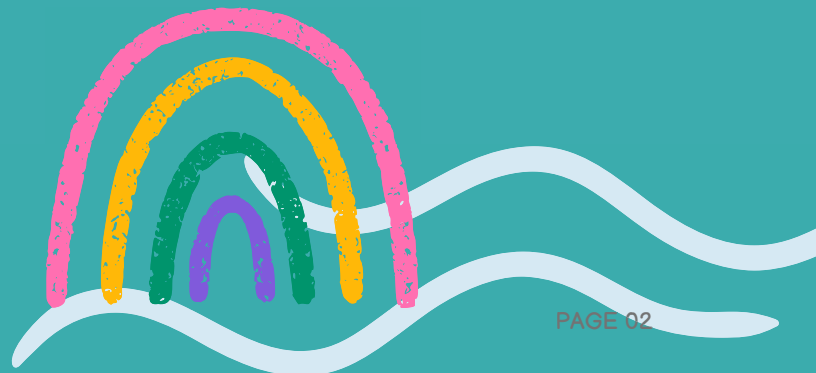
Por Qué El Juego es Importante



El juego es fundamental para el desarrollo temprano. Ayuda a los niños a desarrollar habilidades de comunicación, interacción social y motricidad, así como la regulación emocional y la capacidad para resolver problemas. En el caso de los niños con autismo, la forma de jugar puede ser diferente, pero sigue siendo una manera poderosa de conectar y fomentar su crecimiento.



Para muchos padres, puede resultar preocupante observar a su hijo autista participar en rituales de juego repetitivos o evitar los juegos interactivos. El juego debe ser divertido y social; por ello, cuando un niño autista se aparta de los patrones de juego infantil considerados “normales”, puede dar la impresión de que algo no va bien. Sin embargo, estas diferencias no significan que los niños autistas no quieran jugar o interactuar con los demás. Más bien, su forma de jugar refleja la manera única en que el autismo influye en el desarrollo.





Por Qué los Niños Autistas Juegan Diferente

Los niños autistas a menudo juegan de manera diferente debido a variaciones en varias áreas clave. Comprender estas diferencias ayuda a los padres a fomentar un juego más interactivo y creativo.

Diferencias en la imitación: La mayoría de los niños adquieren nuevas habilidades de juego observando e imitando a los demás. Los niños con autismo pueden imitar de forma menos natural, lo que les dificulta captar las señales o claves del juego.

Diferencias en el juego simbólico o de simulación: Alrededor de los 3 años, muchos niños comienzan a jugar a simular situaciones, utilizando objetos para representar otras cosas o creando escenarios imaginarios. Los niños autistas suelen mostrar menos interés en este tipo de juego y pueden centrarse más en experiencias sensoriales, como hacer girar ruedas o alinear bloques. Sin la orientación adecuada, podrían perderse los beneficios que el juego simbólico aporta a la creatividad y a las habilidades sociales.

Diferencias en la comunicación social: El juego suele implicar compartir, tomar turnos e interactuar verbalmente con los demás. Los niños autistas pueden tener dificultades con estas habilidades, se les dificulta interpretar las señales sociales o mantener la dinámica de un juego de ida y vuelta. Es posible que deseen conectar con los demás, pero necesitan apoyo adicional para lograrlo.

Diferencias en la regulación emocional: Jugar puede ser impredecible, y cambios o interrupciones en las rutinas pueden causar frustración o arrebatos emocionales. Los niños autistas dependen de juegos estructurados y repetitivos para sentirse seguros y regulados. Las estrategias y rutinas predecibles para mantenerse calmados durante el juego ayudan a reducir el estrés y fomentar la confianza.

Diferencias sensoriales: Las sensibilidades sensoriales influyen notablemente en las preferencias de juego. Algunos niños evitan juegos que implican ensuciarse o entornos ruidosos, y otros buscan estímulos sensoriales como explorar diversas texturas táctiles, girar o saltar. Ofrecer opciones a la medida de sus necesidades sensoriales y respetar sus opciones hace al juego más agradable y menos abrumador.

Intereses limitados: Algunos niños autistas pueden jugar únicamente con uno o dos juguetes favoritos o repetir la misma acción una y otra vez. Este enfoque limitado puede dificultar la exploración de nuevas actividades o el aprendizaje de habilidades de juego variadas.

Atención centrada en partes de los juguetes: En vez de jugar con los juguetes para su fin previsto, los niños pueden obsesionarse con partes específicas, como hacer girar las ruedas o abrir y cerrar puertas. Jugar así suele estar motivado por estímulos sensoriales y puede limitar las oportunidades para el juego imaginativo o social.

Falta de conocimiento sobre el juego: Muchos niños no saben automáticamente cómo jugar con los juguetes. Es posible que necesiten enseñanza explícita y modelos a seguir para aprender qué hacer, cómo apilar bloques o juegos de rol con muñecos.

Desarrollo de habilidades fundamentales: El juego depende de capacidades básicas como coordinación, atención y flexibilidad. Cuando estas habilidades aún se están desarrollando, a los niños puede costarles más participar en actividades, más en las que implican movimiento, compartir o esperar su turno. Fortalecer estas habilidades puede hacer que el juego sea más gratificante y exitoso.

Al entender estas diferencias, los padres pueden transformar el juego oportunidad de aprendizaje, ayudando a los niños a desarrollar habilidades de comunicación, imitación, y juego simbólico de una manera divertida y alentadora.

Las 6 Etapas del Juego

una

**0-3
Meses**



Juego Desocupado

Cuando un bebé mueve los brazos, las piernas, las manos o los pies, está aprendiendo cómo funciona su cuerpo. Estos primeros movimientos le ayudan a descubrir de qué es capaz su cuerpo y a empezar a desarrollar habilidades motoras importantes.

dos

**0-2
Años**



Juego en Solitario

Ocurre cuando un niño juega solo y aún no muestra interés en jugar con otros. Durante el juego en solitario, explora sus propios intereses, practica nuevas habilidades y desarrolla su independencia.

tres

**Alrededor
de
2
Años**



Comportamiento de espectador u observador

Cuando un niño observa a otros niños jugar pero no se une a ellos, esto se denomina comportamiento de espectador. Durante esta etapa, aprende observando cómo juegan, interactúan y utilizan los juguetes los demás niños.

cuatro

**2 +
Años**



Juego en Paralelo

Durante el juego en paralelo, los niños juegan junto a otros niños, pero siguen concentrados en sus propios juguetes o actividades. Es posible que utilicen materiales similares o que les interese lo que hace otro niño, pero todavía no juegan juntos. Esta etapa ayuda a los niños a sentirse cómodos rodeados de otros niños de su edad mientras disfrutan del juego independiente.

cinco

**3-4
Años**



Juego Asociativo

Durante el juego asociativo, los niños comienzan a interactuar entre sí de formas que van más allá de simplemente jugar uno al lado del otro. A diferencia de la etapa anterior (juego paralelo), ahora muestran interés por lo que hacen los demás niños e incluso pueden llegar a participar, aunque todavía no de manera coordinada.

seis

**4 +
Años**



Juego Cooperativo

Durante el juego cooperativo, los niños juegan activamente con otros en lugar de limitarse a jugar junto a ellos. Muestran interés tanto por la actividad como por los demás niños que participan en ella. Esta etapa implica colaborar, planificar y compartir ideas para crear una experiencia de juego conjunta.

Por qué los niños autistas a menudo permanecen más tiempo en la etapa de juego paralelo



Los estudios indican que los niños autistas pueden permanecer en la etapa de juego paralelo más tiempo que los niños neurotípicos. Participar en el juego puede resultar desafiante, ya que la comunicación social requiere un esfuerzo adicional, ya que jugar uno al lado del otro brinda seguridad y comodidad. El juego paralelo también ofrece previsibilidad —algo que muchos niños prefieren— y ayuda a evitar la sobrecarga sensorial que puede conllevar el juego en grupo. El juego cooperativo exige habilidades importantes como la planificación, la flexibilidad y la negociación; capacidades que se desarrollan en momentos distintos en cada niño.

Cómo Pueden los Padres Fomentar el Juego Interactivo:

- Empiece al nivel en el que el niño se encuentra: ¡El juego paralelo es una etapa importante! Organice actividades en las que su hijo y otro niño puedan jugar uno al lado del otro con juguetes similares (como bloques o plastilina).
- Introduzca interacciones suaves: Planee juegos sencillos para turnarse, como rodar una pelota o apilar bloques juntos. Mantenga la actividad breve y divertida.
- Utilice apoyos visuales y un lenguaje claro: Use imágenes de lo que sigue y frases sencillas como "¡Te toca!" o "Vamos a construir juntos".
- Cree un ambiente tranquilo: Reduzca el ruido y las distracciones. Ofrezca un espacio silencioso para hacer pausas si su hijo se siente abrumado.
- Celebre los pequeños avances: Elogie cualquier esfuerzo por interactuar, aunque sea simplemente mirar al otro niño o compartir un juguete.
- Siga su iniciativa: Permita que su hijo elija las actividades que disfruta. La comodidad y la confianza son lo primero.



Recuerde que el juego en paralelo es un paso importante y que, con un apoyo amable y paciencia, su hijo puede ganar confianza y avanzar hacia un juego más interactivo a su propio ritmo.

Formas Divertidas de Fomentar las Habilidades de Juego de Su Hijo

Al participar en actividades lúdicas, puede ayudar a su hijo a desarrollar la creatividad, la confianza y los vínculos con los demás. Ya sea a través de juegos imaginativos, experiencias sensoriales o juguetes interactivos, existen innumerables formas de hacer que el juego sea divertido como significativo.





Antes De Comenzar: Piense En El Refuerzo

El refuerzo es una de las herramientas más poderosas para enseñar y fomentar las habilidades de juego, especialmente en niños con autismo. Solo consiste en recompensar una conducta que se desea ver con mayor frecuencia.

Puntos clave que debe tener en cuenta:

- **El refuerzo positivo es lo que mejor funciona.** Los elogios, sonrisas, chocar las palmas o un juguete favorito pueden motivar a su hijo a seguir jugando.
- **Sea rápido y específico.** Ofrezca el refuerzo justo después de la conducta deseada y mencione qué es lo que está elogiando: "¡Qué bien has apilado esos bloques!"
- **Utilice lo que le guste a su hijo.** Los refuerzos pueden ser cualquier cosa que su hijo disfrute: pegatinas, burbujas, música o tiempo adicional para realizar su actividad favorita.
- **Empiece poco a poco y vaya aumentando.** Refuerce hasta los pequeños pasos hacia la meta. Por ejemplo, si su hijo toca la plastilina, celébrelo antes de esperar que modele formas con ella.
- **Reduzca el refuerzo gradualmente con el tiempo.** A medida que su hijo gane confianza, disminuya gradualmente el refuerzo para que el juego se vuelva gratificante por sí mismo.

Deje Que el Interés de Su Hijo Sea Su Guía...



- **Aproveche sus intereses.** Observe qué le atrae a su hijo y fomentelo. Por ejemplo: si le encantan las patrullas con luces o las linternas, ofrézcale otros juguetes luminosos, como un Lite-Brite o un yo-yo con luces. Esto hace que el juego le resulte familiar y emocionante.
- **Únase a su juego.** Participe en lo que están haciendo, aunque sea algo repetitivo. Introduzca nuevas acciones poco a poco para ampliar el juego sin abrumarlos.
- **Utilice sus cosas favoritas.** Incorpore sus personajes, colores o temas preferidos al juego. Si les encantan los coches, empiece por alinearlos y luego demuestre cómo conducirlos por una pista.





Adapte las Preferencias Sensoriales y Respete las Sensibilidades

Dado que los niños autistas suelen tener necesidades sensoriales únicas, adaptar las actividades a sus preferencias es esencial para que el juego sea agradable.

Estrategias:

- Ofrezca juguetes que se ajusten a sus intereses sensoriales (texturas suaves, juguetes con luces, juegos con agua). Ejemplo: si a su hijo le encantan las luces, pruebe con un Lite-Brite o un yo-yo luminoso.
- Evite los sonidos abrumadores o las luces parpadeantes si su hijo es sensible a ellos.
- Cree un espacio de juego tranquilo y con pocas distracciones. Si al niño le molestan los ruidos fuertes, elija juguetes silenciosos.



Modele y Narre

Presente juguetes nuevos y muéstrole a su hijo cómo jugar con ellos. Recuerde ponerles nombre a los juguetes y hablar sobre lo que estás haciendo; así podrá modelar palabras nuevas y crear oportunidades para que su hijo utilice el lenguaje.



- Utilice lenguaje sencillo para describir lo que está haciendo. Esto ayuda a asociar las palabras con las acciones. Por ejemplo: "Estoy apilando bloques. ¡Mira, la torre es alta!" o, si está haciendo rodar una pelota de un lado a otro: "me toca a mí", "te toca a ti."
- Nombrar los juguetes y las acciones de manera constante ayuda a desarrollar el lenguaje mientras juegan.





Ideas para Jugar: Juguetes y Actividades

Descubra formas sencillas y atractivas de fomentar la creatividad, la conexión y un aprendizaje alegre a través del juego. Esta colección ofrece ideas prácticas que utilizan juguetes y actividades cotidianas para estimular la exploración, desarrollar habilidades y crear momentos significativos en compañía. Ya sea en casa, en terapia o en la comunidad, estas sugerencias están diseñadas para propiciar la diversión, apoyar el desarrollo y celebrar la manera única de jugar de cada niño.



Juguetes y Actividades: Juguetes de Causa y Efecto

Estos juguetes enseñan a los niños que las acciones conducen a resultados predecibles, fomentando la atención y las habilidades de resolución de problemas.

Ejemplos:

- Juguetes emergentes: (pulsar un botón → aparece un personaje)
- Pelotas rodantes: (rodar → la pelota se mueve)
- Juguetes musicales: (pulsar → suena música o un sonido)

Consejos:

- Siéntese con su hijo y muéstrole cómo funciona el juguete.
- Use un lenguaje sencillo: "¡Aprieta el botón y listo!"
- Fomenta que respeten los turnos: "Tu turno, mi turno."



Juguetes y Actividades: Actividades Sensoriales



Estas actividades ayudan a los niños a explorar texturas, sonidos y movimientos, favoreciendo la autorregulación y la participación.

Ejemplos:

- **Mesa o recipiente con agua:** Añade vasos, cucharas y juguetes flotantes para un juego relajante y de causa y efecto.
- **Plastilina con texturas:** Ofrece diferentes aromas o texturas (suave, granulada) para proporcionar estimulación táctil.
- **Botellas sensoriales:** Llena botellas transparentes con brillantina, cuentas o agua de colores para lograr un efecto visual relajante.

Consejos:

- Comience con sesiones breves y deje que su hijo tome la iniciativa.
- Utilice un lenguaje descriptivo: "¡El agua se siente fría!".
- Ofrece opciones para fomentar la autonomía: "¿Quieres la botella azul o la verde?".

Juguetes y Actividades: Movimiento y Juego Simbólico



Actividades de Movimiento

Comience con juegos activos. El movimiento favorece la planificación motora, la coordinación y la entrada sensorial.

Ejemplos:

- Desplazarse como animales: Salta como un conejo, gatea como un oso; excelente para desarrollar habilidades de imitación.
- Mini circuito de obstáculos: Utiliza cojines y túneles para trepar y gatear de forma segura.

Consejos:

- Demuestra cada movimiento y anima a que lo imiten.
- Utiliza consignas divertidas: "¿Puedes deslizarte como una serpiente?".
- Permite pausas si tu hijo se siente abrumado.

Juego Simbólico Estructurado

Comience con rutinas familiares. El juego simbólico fomenta la imaginación y las habilidades sociales, especialmente cuando se basa en actividades cotidianas.

Ejemplos:

- Juego de roles sencillo: Simule cocinar o dar de comer a un peluche; mantenga los pasos breves y predecibles.
- Tarjetas con imágenes para elegir: Utilice elementos visuales para ayudar a su hijo a decidir a qué jugar a continuación.

Consejos:

- Primero, muestre cómo se juega: "Yo estoy revolviendo la sopa, ¡ahora te toca!"
- Elogie la participación, incluso los pasos pequeños.
- Utiliza accesorios sencillos y familiares.

Juguetes y Actividades: Música y Sonido

Música relajante y ritmo

Comience con juegos musicales. La música puede calmar, captar la atención y fomentar el movimiento.

Ejemplos:

- Exploración de instrumentos: tambores, sonajeros o xilófonos para la estimulación auditiva.
- Movimiento al ritmo de la música: bailar suavemente o balancearse al son de las canciones favoritas.
- Asociar animales de juguete con sus sonidos: «muu» para la vaca o «bee» para la oveja.

Consejos:

- Empiece con melodías suaves y predecibles.
- Fomente la imitación: "¡Muévete conmigo!".
- Utilice la música como herramienta de transición o para calmar.





Consejos para las Reuniones de Juego

- **Mantenga la actividad breve y predecible:** Inicie con 30 a 60 minutos para el primer encuentro de juego. Comparta un horario sencillo con el otro padre (por ejemplo: merienda → juego → despedida).
- **Elija un entorno cómodo:** Organice el encuentro en un espacio familiar, como su casa o un parque favorito. Reduzca la sobrecarga sensorial limitando los ruidos fuertes y las luces intensas.
- **Prepare Actividades con Anticipación:** Ofrezca opciones de juego estructurado y en paralelo (por ejemplo, bloques de construcción, juegos con agua o colorear). Tenga preparadas algunas actividades de reserva por si su hijo pierde el interés.
- **Utilice apoyos visuales:** Muestre imágenes o una historia breve sobre lo que sucederá durante el encuentro. Use señales visuales para las transiciones (por ejemplo: "Ahora toca la merienda").
- **Practique habilidades sociales paso a paso:** Empiece con juegos que requieran turnos, como pasarse una pelota; sirva de modelo para saludos sencillos y para compartir.
- **Respete las necesidades sensoriales:** Ofrezca un espacio tranquilo para hacer pausas si su hijo se siente abrumado. Tenga a mano objetos que le brinden confort (un juguete favorito o una manta con peso).
- **Comuníquese con los otros padres:** Comparta qué situaciones pueden alterar a su hijo y qué estrategias de calma le funcionan. Fomente la comprensión y flexibilidad.
- **Celebra los logros:** Refuerce las interacciones positivas con elogios o con una actividad preferida. Termine con una nota positiva, aunque el encuentro haya sido breve.



Para Más Ayuda...

El retraso inicial en las habilidades de juego a menudo coincide con retrasos en el lenguaje, la interacción social o el desarrollo motor. Si observa una falta persistente de juego imaginativo, imitación, uso simbólico de los juguetes o conexión social a través del juego, es recomendable consultar al profesional de la salud de su hijo sobre la posibilidad de realizar una evaluación más detallada o iniciar una intervención temprana. Busque ayuda profesional si los retrasos persisten.

Considere consultar a los siguientes profesionales o servicios:

- Programas de Intervención Temprana (para niños menores de 3 años)
- Terapeuta Ocupacional o Logopeda
- Pediatra para solicitar una derivación a una evaluación



Podemos ayudarle a gestionar los servicios de atención médica y otros servicios. Llámenos al 951.220.6922 o envíe un correo electrónico a info@ieautism.org





951.220.6922

info@ieautism.org

ieautism.org

Su conexión local al Autismo

