

Propostes d'activitats que podem fer a casa:

·Jocs de taula

Organitzar armaris

·Escollir la roba i vestir-se de manera 100% independent

·Jocs Educatius Online

·Parar la taula

·Manualitats

·Rentar plats

·Escoltar música

·Redescobrir joguines antigues

·Jocs a la banyera

·Disfressar-se (amb roba d'adult)

·Buscar un tresor amagat

·Jardineria (plantes de balcó)

·Muntar una cabanya al menjador

·Muntar una casa de cartró i pintarla

·Crear instruments musicals

·Activitats de relaxació

·Activitats sensorials

·Activitats físiques

Altres Activitats:

- Crear un sorral amb diferents elements
- Dissenyar una taula d'experimentació
- Crear un conte/llibre sensorial
- Crear un circuit amb diferents textures dins de recipients per caminar per sobre
- Reconèixer aliments a través de l'olfacte
- Dissenyar bosses (o ampolles) sensorials
- Crear caixes sensorials (arròs, llenties, cigrons, sorra) per amagar objectes i buscar-los.
- Jocs d'embolicar, arrossegar amb un llençol



Manualitats

Arrugar paper de diari i fer formes

Fabricar collars amb macarrons (es poden pintar abans)

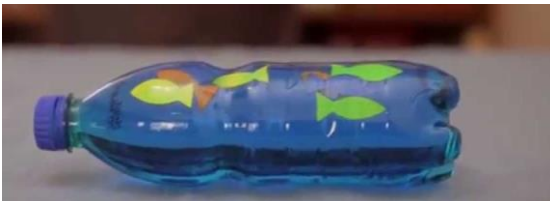
Crear un tren amb caixes de cartró i corda

Fer segells amb patates tallades en diferents formes i pintades amb pintura (estampar els segells en paper)

Utilitzar rotlles de paper higiènic per crear personatges o animals (www.dltk.kids.com)

Pintar amb escuma d'afeitar o amb xocolata

Crear peixeres amb ampolles de plàstic buides (omplir-les d'aigua)



Recursos a internet

www.monspetits.com

www.redcenit.com/actividades-ludicas-para-laregulacion-sensorial-en-casa

www.etapainfantil.com/botellas-sensoriales