



PROPUESTA DE EXPERIENCIAS Y TALLERES DE ESTIMULACIÓN SENSORIAL EN ESCUELAS 0-3



Comunidad
de Madrid

Dirección de Área Territorial
Madrid Capital

CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN,
CIENCIA Y UNIVERSIDADES



EQUIPO DE ATENCIÓN TEMPRANA
TETUÁN, CHAMBERÍ,
MONCLOA-ARAVACA,
FUENCARRAL- EL PARDO

FUNDAMENTACIÓN

Basándonos en las experiencias, trabajos e investigaciones dentro de la neuropsicología, de la Terapia Ocupacional y de la pedagogía, vemos la importancia de proporcionar al alumnado escolarizado en las Escuelas Infantiles 0-3 experiencias que ayuden al desarrollo de la integración sensorial.

El principio del Neurodesarrollo que debe guiar nuestras propuestas es el de que el cerebro se desarrolla desde el cuerpo hacia la cognición. Por lo que tenemos que propiciar experiencias lo más ricas posibles relacionadas con los 8 sentidos: vestibular, propioceptivo, interoceptivo, visual, auditivo, táctil, gustativo y olfativo.

Algunos de los autores en los que basaremos nuestra práctica docente a la hora de diseñar y llevar a cabo los talleres y experiencias sensoriales son:

A. Jean Ayres: el aprendizaje, la conducta y la atención dependen de cómo el cerebro organiza la información sensorial. Destacó la importancia de los sistemas táctil, propioceptivo y vestibular.

Esther Thellen: el desarrollo motor y sensorial surge de la interacción entre cuerpo, ambiente y experiencia. Destacando la importancia de diseñar entornos estructurados para la integración sensorial.

Stephen Porges: la regulación del sistema nervioso autónomo depende de experiencias sensoriales seguras.

Organizaremos este documento atendiendo a la organización del Primer Ciclo de Educación Infantil, (0-1, 1-2 y 2-3).

CONSIDERACIONES PREVIAS

Actuamos como mediadores en las experiencias, preparando los escenarios, observando y acompañando al alumnado en el proceso de descubrimiento y experimentación.

Primamos el bienestar emocional, flexibilizando las actividades dentro de cada taller, favoreciendo la aproximación progresiva a la experiencia, respetando al niñ@, sin forzar situaciones, pero asegurando que pueda beneficiarse de la actividad propuesta.

Debemos repetir las experiencias a lo largo del curso e, incluso, del ciclo para ayudar a un adecuado desarrollo de la integración sensorial de los alumnos.

Anticipar y explicar lo que se van a encontrar, Permitir la exploración libre y acompañar y animar a los alumnos que observemos que tienen alguna dificultad,

Evitar la exposición a estímulos fuertes y muy variados de una vez. Es más conveniente empezar por estímulos de baja intensidad para ir subiendo paulatinamente a medida que se observe la reacción positiva del alumnado.

Debemos tener en cuenta las características sensoriales y emocionales de los alumnos a la hora de diseñar y poner en práctica las experiencias.

NIVEL 0-1

En este nivel más que talleres desarrollaremos experiencias muy cortas donde se le expondrá a diferentes materiales y acciones, siempre desde un acompañamiento respetuoso y afectivo, ya que el bebé se conocerá y conocerá el mundo que le rodea a través de las sensaciones en su cuerpo y el vínculo emocional que establezca con los adultos que intervenimos con él.

VISTA



- Presentarle móviles de alto contraste.
- Utilizar linternas con luz suave cubiertas por pañuelos de diferentes colores.
- Colocar un espejo irrompible en su campo de visión.
- Gesticular al hablar.

OÍDO



- Poner a su alcance sonajeros caseros elaborados con diferentes elementos, prestando atención a la seguridad del bebé.
- Hablarle y cantarle canciones cerca suya.
- Permitir la exploración de objetos que produzcan diferentes sonidos (ej: papel celofán).

OLFATO



- Presentarle de una en una telas pequeñas con diferentes olores no intensos y observar su reacción.

TACTO



- Bolsas sensoriales elaboradas con líquidos y materiales bien selladas.
- Poner a su alcance objetos con diferentes texturas.
- Realizar masajes en diferentes partes del cuerpo,

VESTIBULAR



- Mecerle en brazos.
- Permitir el volteo y si no es capaz de hacerlo por sí mismo dentro del periodo habitual en el que los bebés son capaces, animarle y ayudarle en los casos que se estime necesario.

GUSTO



- Darle acceso a mordedores con diferentes temperaturas.
- Cucharitas con diferentes alimentos seguros.
- Mordedores blanditos de silicona con diferentes texturas (preferiblemente los tubulares).

INTEROCEPCIÓN



- Establecer rutinas predecibles (ej: jugar-comer-dormir).
- Nombrar las sensaciones que creemos que está experimentando: tienes hambre, tienes sueño...

PROPIOCEPCIÓN



- Masajes profundos en extremidades.
- Empujar los pies hacia las manos del adulto.
- Favorecer el contacto físico con el adulto y objetos seguros.

NIVEL 1-2

En este nivel el movimiento es más intencional y suelen mostrar más curiosidad por el entorno.

Podremos realizar actividades un poco más largas que en el nivel anterior.

VISTA



- Botellas sensoriales con agua, aceite, colorante, brillantina...
- Jugar a clasificar colores con modelo (a partir de los 18 meses).
- Proyectar sombras con ayuda de una linterna y siluetas.

OÍDO



- Animar a imitar sonidos de animales, de medios de transporte, de objetos cotidianos...
- Jugar a buscar el origen de un sonido.
- Realizar sonidos con diferentes objetos a su alcance.

OLFATO



- Utilizar frascos seguros donde introduciremos elementos que puedan oler (diferentes plantas aromáticas, cáscara de naranja...)
- Dar a oler diferentes elementos y que cada uno elija el que más le guste.

TACTO



- Bandejas con arroz, harina de maíz, arena...
- Pintar con las manos (elaborar la pintura casera: maíz, agua y colorante alimentario).
- Manipular esponjas húmedas y secas.
- Caminar sobre diferentes texturas y elegir la que más les gusta.

VESTIBULAR



- Caminar sobre colchonetas de diferente dureza.
- Subir y bajar rampas.
- Girar sobre si mismo haciendo la "croqueta".

GUSTO



- Degustación libre de diferentes alimentos seguros (frutas en trozos seguros, calabaza o zanahoria cocida, arroz cocido, gelatina sin azúcar...).
- Hacia el año y medio estimular la conciencia de dulce y ácido.

INTEROCEPCIÓN



- Nombrar las emociones básicas, presentar tarjetas, jugar a imitar expresiones
- Verbalizarles las emociones que se observen en el grupo.
- Aprovechar antes y después de comer para hablar sobre la "barriga" vacía y la llena.

PROPIOCEPCIÓN



- Arrastrar cajas.
- Gatear en túneles.
- Transportar objetos con un poco de peso.
- Jugar a caminar como diferentes animales.
- Romper papel.

NIVEL 2-3

En este nivel las actividades se vuelven más complejas, los niños y niñas se vuelven más intrépidos, a nivel sensorial son capaces de combinar la información que perciben a través de los sentidos para aprender.

VISTA



- Buscar objetos escondidos siguiendo consignas de formas o colores.
- Realizar rompecabezas simples.
- Se pueden hacer talleres de luz negra, teniendo en cuenta que pueda haber un espacio al que retirarse si se sienten abrumados.

OÍDO



- Seguir ritmos con palmas o con otras partes del cuerpo u objetos.
- Jugar a con las velocidades en los sonidos: rápido lento.
- Jugar con fuerte y flojo.
- Dejar a su alcance cuentos con sonidos.

OLFATO



- Adivinar olores con los ojos cerrados.
- Asociar olores con los objetos a los que pertenecen.

TACTO



- Experimentar con diferentes masas sensoriales (harina de maiz con aceite, bicarbonato y agua/espuma de afeitador, harina de algarroba y agua/aceite, harina, sal y agua).
- Adivinar, a través del tacto, el objeto que hay en una caja.

VESTIBULAR



- Saltar en colchonetas.
- Caminar siguiendo un recorrido.
- Realizar juegos de equilibrio.
- Utilizar balancines y columpios.
- Rodar sobre sí mismos.

GUSTO



- No sobrepasar más de 3-4 sabores en el taller. Tener agua a su alcance.
- Clasificar los sabores de los alimentos más habituales.
- Probar en mismo alimento en frío y en templado
- Realizar brochetas de frutas.

INTEROCEPCIÓN



- Preguntar como está el cuerpo después de realizar actividades de diferente intensidad.
- Hacer pompas.
- Reconocer cuando tienen sed, hambre o sueño, a través de cuentos y canciones donde se expliciten los “síntomas”

PROPIOCEPCIÓN



- Arrastrar objetos.
- Usar bicicletas, triciclos, motos y patinetes.
- Golpear pelotas.
- Trasladar objetos más pesados.
- Jugar a “empujar la pared” para “hacer la clase más grande”.