

30 DÍAS DE ACTIVIDADES SENSORIALES

Calendario visual para planificar y registrar actividades sensoriales

Diseñado para niños con autismo – Uso en casa y escuela

Manos exploradoras	Lluvia de espuma	Caminó de dedos	Tesoro escondido	Manos de artista	Frío o caliente
Masaje de nubes		Caminó de pies	Saltos de rana	Pies en agua	Montaña sensorial
Caminar animales		Relajación pies	Sonidos casa	Tambor corazón	Carrera de medias
Instrumentos caseros	Escucha cuento	Danza con telas	Caza de colores	Baile emociones	Silencio mágico
Rompecabezas visual	Miradas hablan	Carrera colores	Relax visual	Respiramos juntos	Abrazo de manta

Semana 1 – Tacto y texturas (manos)

Día 1	Día 2	Día 3	Día 4	Día 5	Día 6	Día 7
Manos exploradoras 	Lluvia de espuma 	Camino de dedos 	Tesoro escondido 	Manos de artista 	Frío o caliente 	Masaje de nubes 
<input type="checkbox"/> Hecho     	<input type="checkbox"/> Hecho     	<input type="checkbox"/> Hecho     	<input type="checkbox"/> Hecho     	<input type="checkbox"/> Hecho     	<input type="checkbox"/> Hecho     	<input type="checkbox"/> Hecho     
Notas... ▼	Notas... ▼	Notas... ▼	Notas... ▼	Notas... ▼	Notas... ▼	Notas... ▼

Semana 2 – Propiocepción y equilibrio (pies y cuerpo)

Día 8	Día 9	Día 10	Día 11	Día 12	Día 13	Día 14
Camino de pies felices 	Saltos de rana 	Pies en el agua 	Montaña sensorial 	Carrera de medias 	Caminar como animales 	Relajación de pies 
<input type="checkbox"/> Hecho     	<input type="checkbox"/> Hecho     	<input type="checkbox"/> Hecho     	<input type="checkbox"/> Hecho     	<input type="checkbox"/> Hecho     	<input type="checkbox"/> Hecho     	<input type="checkbox"/> Hecho     
Notas... ▼	Notas... ▼	Notas... ▼	Notas... ▼	Notas... ▼	Notas... ▼	Notas... ▼

Semana 3 – Audición y ritmo (escuchar y moverse)

Día 15	Día 16	Día 17	Día 18	Día 19	Día 20	Día 21
Sonidos de la casa 	Tambor del corazón 	Baile de las emociones 	Silencio mágico 	Instrumentos caseros 	Escucha el cuento 	Danza con telas 
<input type="checkbox"/> Hecho     	<input type="checkbox"/> Hecho     	<input type="checkbox"/> Hecho     	<input type="checkbox"/> Hecho     	<input type="checkbox"/> Hecho     	<input type="checkbox"/> Hecho     	<input type="checkbox"/> Hecho     
Notas... ▼	Notas... ▼	Notas... ▼	Notas... ▼	Notas... ▼	Notas... ▼	Notas... ▼

Semana 4 – Vista y coordinación ojo-mano (ver y descubrir)

Día 22	Día 23	Día 24	Día 25	Día 26	Día 27	Día 28
Caza de colores 	Luces y sombras 	Botella mágica 	Rompecabezas visual 	Miradas que hablan 	Carrera de colores 	Relax visual 
<input type="checkbox"/> Hecho     	<input type="checkbox"/> Hecho     	<input type="checkbox"/> Hecho     	<input type="checkbox"/> Hecho     	<input type="checkbox"/> Hecho     	<input type="checkbox"/> Hecho     	<input type="checkbox"/> Hecho     
Notas... ▼	Notas... ▼	Notas... ▼	Notas... ▼	Notas... ▼	Notas... ▼	Notas... ▼

Semana 5 – Autorregulación y emociones (relajarse y conectar)

Día 29	Día 30	Notas generales	Próximos objetivos
Respiramos juntos 	Abrazo de manta 	Observaciones del mes...	Actividades para continuar...

DÍA 1

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5

DÍA 3

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5

DÍA 5

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5

DÍA 7

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5

DÍA 9

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5

DÍA 11

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5

DÍA 2

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5

DÍA 4

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5

DÍA 6

Rutina diaria – Marcar cada día completado



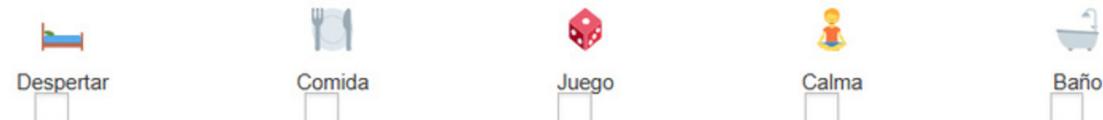
Escala de tolerancia sensorial del día

1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5

DÍA 8

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5

DÍA 10

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5

DÍA 12

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5

DÍA 13

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5



DÍA 15

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5



DÍA 17

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5



DÍA 19

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5



DÍA 21

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

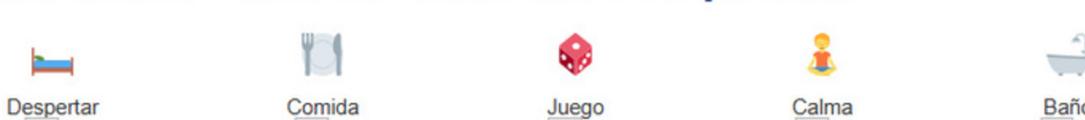
1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5



DÍA 23

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5



DÍA 14

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

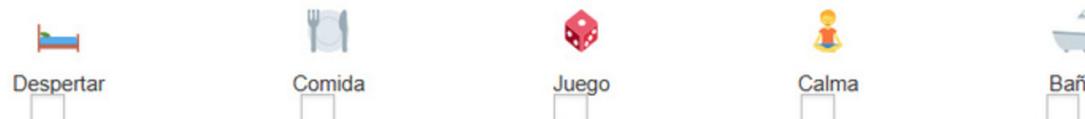
1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5



DÍA 16

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5



DÍA 18

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5



DÍA 20

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5



DÍA 22

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5



DÍA 24

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5



DÍA 25

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5



DÍA 27

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

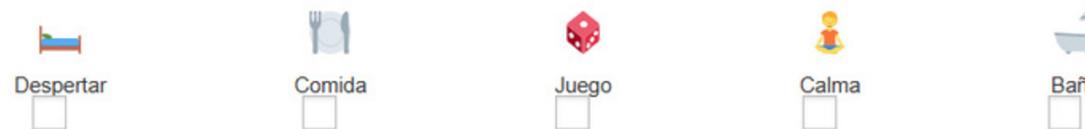
1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5



DÍA 29

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5



DÍA 26

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5



DÍA 28

Rutina diaria – Marcar cada día completado



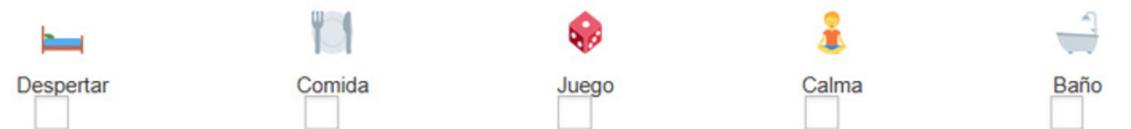
Escala de tolerancia sensorial del día

1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5

DÍA 30

Rutina diaria – Marcar cada día completado



Escala de tolerancia sensorial del día

1 = Muy difícil | 2 = Difícil | 3 = Regular | 4 = Bien | 5 = Muy bien

- 1 2 3 4 5

