

CHILDREN'S HOME SOCIETY OF CALIFORNIA

Family Child Care Home Education Network (FCCHEN)

Parent and Provider Resource: Introduction to the Activities for Distance Learning

Sensory Activities

Sensory activities are a fun and easy way to engage children in learning about science and math. Sensory play is also beneficial for soothing strong emotions, fostering creative expression, and developing language and motor skills. When sensory play takes place in a group setting, children have the opportunity to practice negotiating, assigning responsibilities, communicating, and sharing both space and materials. Sensory play is any hands-on activity that includes children using a combination of their senses to learn and process information. These can include the senses of sight, hearing, taste, and touch.

[Babies use their senses to learn.](#) When they receive information such as the sound of voices, scents of food cooking, changes in temperature or light, or the feel of clothing and toys, they develop an understanding of their world. Playing with rattles, toys that make crackling noises, or cold teething rings all promote cognitive development. Babies learn about their world, and they also learn that they can move and change things. [Talking, reading, and singing](#) with infants is also a sensory experience. As you talk with your baby, pause to give them a chance to respond by moving their bodies or vocalizing. This lays the foundation for them to learn that conversation is back and forth between at least two people. Through sensory play, infants can learn how to distinguish between different tones and sources of sound, observe differences in light and shadows, experience how the weight of objects can be changed, and more. Point out these changes to your infant, describe colors and shapes, or count objects to support their cognitive development.

Use items from around the house to offer toddlers sensory play experiences. Let them push a laundry basket when it is empty, then fill it and have them push it again to experience the difference in weight. They can use a wooden spoon to experiment with sound by banging pots, pans, and plastic bowls. Encourage toddlers to taste a variety of different fruits and vegetables during meals. Try counting bites of food or talking about the colors and textures of food while you eat. Let toddlers walk barefoot on damp grass and see if they leave wet footprints on cement, or take a walk where they can smell different flowers. Taking walks in your neighborhood or observing nature in a local park can provide toddlers with the opportunity to experience different sights, sounds, textures, and scents.

Children can learn from the sensory play that happens naturally when they are exploring nature. Whether it involves time spent in a local park, nature walks, planting a garden, or playing in a [mud kitchen](#), nature can offer children sensory experiences and inspire them to learn. [Read our blog](#) to discover more ideas about how children can learn from nature. Encourage them to observe seasonal changes, gather and investigate natural items; record the birds, animals, or insects they see; and identify the colors of flowers and plants.

[Cooking](#) is also a wonderful sensory activity to try with children. Through cooking, children can learn about healthy foods; identify colors; compare sizes and weight; and count, measure, observe, and practice following directions. Younger children can wash fruits and vegetables, measure and add ingredients, mix ingredients in a bowl, and prepare salads. Visit the [Cooking with Kids](#) website to watch videos of how children can safely help in the kitchen and discover [recipes](#). Consider taking photos or videos of children as they play or cook. Later on, you can look at the photos or videos together and discuss the math and science that is happening in their play.

CHILDREN'S HOME SOCIETY OF CALIFORNIA

Programa de la red familiar de cuidado infantil (FCCHEN, por sus siglas en inglés)
Recurso para padres y proveedores: introducción a las actividades para el aprendizaje a distancia

Actividades sensoriales

Las actividades sensoriales son una manera fácil y divertida de involucrar a los niños en el aprendizaje de ciencias y matemáticas. El juego sensorial también es beneficioso para calmar las emociones fuertes, fomentar la expresión creativa y desarrollar el lenguaje y las habilidades motoras. Cuando el juego sensorial se lleva al cabo en un entorno grupal, los niños tienen la oportunidad de practicar la negociación, la asignación de responsabilidades, la comunicación y el intercambio de espacio y materiales. El juego sensorial es cualquier actividad práctica que incluye a los niños usando una combinación de sus sentidos para aprender y procesar información. Estos pueden incluir los sentidos de la vista, el oído, el gusto y el tacto.

[Los bebés usan sus sentidos para aprender.](#) Cuando reciben información como el sonido de voces, aromas de comida que se cocina, cambios de temperatura o luz, o la sensación de la ropa y los juguetes, desarrollan una comprensión de su mundo. Jugar con sonajeros, juguetes que hacen ruido crepitante o mordedores fríos promueven el desarrollo cognitivo. Los bebés aprenden sobre su mundo y también aprenden que pueden mover y cambiar cosas. [Hablar, leer y cantar](#) con los bebés también es una experiencia sensorial. Mientras habla con su bebé, haga una pausa para darle la oportunidad de responder moviendo su cuerpo o vocalizando. Esto construye una base para que aprendan que la conversación es de ida y vuelta entre al menos dos personas. A través del juego sensorial, los bebés pueden aprender a distinguir entre diferentes tonos y fuentes de sonido, observar las diferencias en la luz y las sombras, experimentar cómo se puede cambiar el peso de los objetos y más. Señale estos cambios a su bebé, describa colores y formas, o cuente objetos para apoyar su desarrollo cognitivo.

Utilice elementos de la casa para ofrecer a los niños pequeños experiencias de juego sensorial. Déjelos empujar una canasta de ropa sucia cuando esté vacía, luego llénela y pídale que la empujen nuevamente para sentir la diferencia de peso. Pueden usar una cuchara de madera para experimentar con el sonido golpeando ollas, sartenes y tazones de plástico. Anime a los niños pequeños a probar una variedad de frutas y verduras durante las comidas. Intente contar bocados de comida o hablar sobre los colores y texturas de la comida mientras comen. Deje que los niños pequeños caminen descalzos sobre el sácate húmedo y vean si dejan huellas mojadas en el cemento, o den un paseo donde puedan oler diferentes flores. Caminar en su vecindario u observar la naturaleza en un parque local puede brindarles a los niños pequeños la oportunidad de experimentar diferentes vistas, sonidos, texturas y aromas.

Los niños pueden aprender del juego sensorial que ocurre naturalmente cuando exploran la naturaleza. Ya sea que se trate de pasar tiempo en un parque local, caminatas por la naturaleza, plantar un jardín o jugar en una [cocina de barro](#), la naturaleza puede ofrecer a los niños experiencias sensoriales e inspirarlos a aprender. [Lea nuestro blog](#) para descubrir más ideas sobre cómo los niños pueden aprender de la naturaleza. Anímelos a observar los cambios estacionales, recolectar e investigar artículos naturales; registrar las aves, los animales o los insectos que ven; e identificar los colores de flores y plantas.

[Cocinar](#) también es una actividad sensorial maravillosa para intentar con los niños. A través de la cocina, los niños pueden aprender sobre alimentos saludables; identificar colores; comparar tamaños y pesos; y contar, medir, observar y practicar seguir instrucciones. Los niños más pequeños pueden lavar frutas y verduras, medir y agregar ingredientes, mezclar ingredientes en un tazón y preparar ensaladas. Visite el sitio web [Cooking with Kids](#) para ver videos en español de cómo los niños pueden ayudar de manera segura en la cocina y descubrir [recetas](#). Considere tomar fotografías o videos de los niños mientras juegan o cocinan. Más tarde, pueden mirar las fotos o los videos juntos y discutir las matemáticas y las ciencias que están sucediendo durante su juego.