

# Libro de Recetas Sensoriales

La investigación muestra que el juego sensorial construye conexiones nerviosas en las vías del cerebro, lo que conduce a la capacidad del niño para completar tareas de aprendizaje más complejas. El juego sensorial apoya el desarrollo del lenguaje, el crecimiento cognitivo, las habilidades motoras finas y gruesas, las habilidades de resolución de problemas y la interacción social.

\* \* \* \* \*

Estas experiencias son divertidas, y sí ¡Sucio! Asegúrate de tener el espacio, la ropa y los ojos vigilantes correctos durante estas experiencias. Se requiere supervisión de adultos para todas las actividades.

\* \* \* \* \*

¡Diviértete y disfruta haciendo recuerdos para ti y tu hijo!

## Gelatina Plastilina

### Ingredientes

- 1 c harina multiusos
- 2 cucharadas de sal
- 2 cucharadas de crema de sarro
- 1 c de agua
- 2 cucharadas de aceite vegetal
- Paquete de 13 onzas de gelatina (color y sabor de su elección)



### Indicaciones

1. Primero, mezcla todos tus ingredientes en una cacerola mediana.
2. Mezcla tu gelatina y mira como se convierte en un color brillante! Empezará a oler muy bien.
3. En unos 2 minutos también comenzará a espesarse lentamente y aglutinarse... Cocine durante unos 6 minutos; hasta que esté en una pelota y no queden áreas húmedas.
4. Una vez hecho esto, sácalo y ponlo sobre un poco de papel encerado para que se enfríe.
5. Una vez que esté fresco, es posible que desee amasar con un poco de harina si parece pegajoso. Tuve que hacer esto con algunos de los colores que hice, y algunos no.

# Baba Esponjosa



## Ingredientes

**2/3** taza de pegamento escolar blanco

**1/2** cucharadita de bicarbonato de sodio

**1/4** de taza de agua

**2-3** tazas de crema de afeitar – nota: no utilice gel de afeitar.

**1.5** cucharadas de solución de lente de contacto \*Importante: su marca de solución de lentes de contacto debe tener ácido bórico y borato de sodio en la lista de ingredientes. Esto es lo que interactúa con el pegamento para formar la baba. Recomendamos usar solo la marca Renu fresh o Equate. No sustituya por otras marcas.

## Instrucciones

1. Agregue su pegamento blanco a un tazón.
2. Agregue agua y bicarbonato de sodio y luego mezcle.
3. Agregue su crema de afeitar y mezcle.
4. Agregue su colorante de alimentos hasta que esté satisfecho con el color. Mezcla.
5. Ahora agregue lentamente su solución de contacto.
6. 6. Amasar hasta que esté esponjoso y NO pegajoso

# ¡Barro! – Oobleck



## Ingredientes

- 1 parte de agua
- 1,5 a 2 partes de almidón de maíz
- Pequeña cantidad de colorante alimentario (opcional)

## Indicaciones

- 1. Comience con el agua en un tazón (¡o piscina para niños!) y agregue la maicena un poco a la vez.
- 2. Sigue revolviendo hasta que tenga una consistencia pegajosa. Tal vez quieras usar tus manos.
- 3. Cuando el oobleck esté bien, agrega lentamente colorante de alimentos, si quieres. Esto puede ser un desafío para mezclarlo correctamente.
- 4. ¡Juega con él!

# Gelatina, Bicarbonato de Sodio, Vinagre Efervescente

## Ingredientes

3/4 de taza de bicarbonato de sodio

2 cucharadas de gelatina en polvo

1/4 de taza de agua

Colorante de alimentos (opcional)

Vinagre (gotero para los ojos, botella de compresión)

Bandeja de cubo de hielo



## Instrucciones

1. Primero, combine el bicarbonato de sodio y el polvo de gelatina en un tazón, y luego agregue el agua y mezcle.
2. Para hacer los colores más brillantes, agregue unas gotas de colorante de alimentos o acuarelas líquidas al agua antes de verterla.
3. Tendrá una mezcla un poco pastosa, así que no se alarme de que no es un líquido. Si es demasiado delgada, no se establecerá correctamente.
4. Luego use una cuchara para agregar la mezcla a la bandeja del cubo de hielo. Descubrí que la receta anterior me dio suficiente para llenar una bandeja de cubito de hielo por color.
5. Coloque las bandejas de cubitos de hielo en el congelador durante 5 horas
6. Ahora es el momento de traer en las botellas de condimento y cuentagotas para los ojos llenos de vinagre! Deje que los niños viertan y aprieten mientras se sienten en forma.

# Arena Lunar sin Gluten

## Ingredientes

3/4 de taza de polvo de hornear o bicarbonato de sodio

3/4 de taza de almidón de maíz (maicena) sin gluten

1 taza de aceite- agregada 1/4 taza a la vez hasta lograr la textura preferida

Colorante de alimentos



## Instrucciones

1. Mezcla el almidón de maíz y el bicarbonato de sodio en un tazón grande.
2. Agrega el aceite, un cuarto de taza a la vez, revuelve vigorosamente.
3. La mezcla comenzará a convertirse en arcilla moldeable. Si te gusta más blando, añade un poco más de aceite. Para una textura sedosa que no se adhiere a tus manos, un poco menos de aceite.
4. Juega con él a medida que avanzas para encontrar una textura que te guste.
5. Revuelve el colorante de alimentos y listo para jugar!

# Masa de Nieve



## Ingredientes

- 1/2 taza de acondicionador sin aroma (por niño)
- 1 1/2 taza de bicarbonato de sodio
- Tazón para mezclar
- Un mantel de mesa de vinilo viejo
- Bandeja plana o recipiente de plástico (con lados)
- Contenedor de sellado para almacenamiento (opcional)

## Instrucción

1. Mida 1/4 de taza de acondicionador sin aroma y 1 1/2 taza de bicarbonato de sodio en un tazón y mezcle bien los ingredientes. Asegúrese de que todo el bicarbonato de sodio toque el acondicionador para que saque el "soplo" extra del bicarbonato de sodio.
2. Extienda un mantel de vinilo viejo o una sábana sobre un piso de madera, linóleo o baldosa. Evite usar en la alfombra si es posible.
3. Transfiera la nieve falsa a un recipiente plano o contenedor para contener la mayor parte del desorden.
4. ¡Disfrute aplastando, apretando y construyendo con tu nieve falsa! ¡Usted puede construir un mini muñeco de nieve o fuerte de nieve y jugar con él durante horas!
5. La limpieza es fácil. ¡Cuando los niños han terminado de jugar con la nieve falsa, puede tirar el lote en la basura o transferirlo a un contenedor sellado para otro día!

# Bolsas de Gel para el Cabello



## Ingredientes

- Bolsas de sándwich
- Colorante de alimentos
- Gel transparente para el cabello (o de cualquier color)
- Cinta adhesiva de embalaje

## Instrucciones

1. Agrega un poco de gel para el cabello en algunas bolsas de sándwich y añade unas gotas de colorante de alimentos.
2. Luego dejas salir todo el aire extra y cierras las bolsas con cremallera.
3. Pega las bolsas a una ventana con cinta adhesiva. ¡El sol se verá genial brillando a través de los colores!
4. Los niños pueden escribir letras en ellas, aplastarlas, poner las huellas de sus mano.

# Burbujas de Espuma

## Ingredientes

2 cucharadas de jabón para lavar platos  
1/4 de taza de agua  
Contenedor para experiencia sensorial

## Instrucciones

1. En un tazón, agregue 2 cucharadas de jabón para lavar platos y 1/4 de taza de agua. Añada colorante de alimentos
2. Batir rápidamente o use una batidora de huevo en el ajuste más alto durante 1-2 minutos



# Botellas Sensoriales DIY

## Ingredientes

Botella de bebida de plástico vacía  
Pegamento transparente  
Materiales interiores deseados  
(por ejemplo, purpurina, pompones, cuentas, etc.)

## Instrucciones

1. Rellene la botella de plástico hasta que contenga 1/2 lleno de pegamento transparente
2. Coloque los materiales interiores deseados en el interior
3. Llene el resto del recipiente con agua caliente
4. Tape seguramente la botella de plástico
5. Agitar tanto como sea necesario para asegurarse de acaparar la botella sensorial

