



## Transcripción del Video

### Recreo, el Esparcimiento y el Juego

Familias que viven con el trastorno del espectro autista buscan consejos para manejar los desafíos que se les presentan. Consejos de la vida real para niños con autismo es una serie de videos prácticos y recursos presentados por los expertos de Children's Specialized Hospital.

Todos se benefician de la recreación y del esparcimiento de su propia forma desafortunadamente niños con trastorno del espectro autista tienden a tener más restricciones y más desafíos cuando intentan de involucrarse en actividades de esparcimiento. Es importante para los profesionales y los padres ayudar al niño a involucrarse adecuadamente y encontrar una actividad en la cual su niño puede ser exitoso. Niños con trastorno del espectro autista tienen tendencia a tener menos interés en la recreación y el esparcimiento que los niños que se desarrollan típicamente así que para ayudarles a encontrar alguna actividad de juego preferida debes de ayudarle a explorar una variedad de actividades.

El ayudarles a ser exitosos en una variedad de actividades para que en realidad encuentren en lo que son buenos y lo que les gustan y ofrecerles posibilidades para no forzar al menor a que se involucre en una actividad en la cual tú piensas que puede ser exitoso sino que en una actividad que en realidad le guste y en la cual disfrute participar. Así que algunas de las cosas que pueden hacer es explicar por partes la actividad. Vamos a decir que tu quieres que el niño quiera involucrarse y participar en fútbol. Explica por partes y ve el deporte de fútbol y la actividad de fútbol y habla sobre las habilidades que son necesarias para ser exitoso en fútbol.

Si le estás ayudando a un niño a desarrollar habilidades de recreación como el fútbol entonces una vez que se sientan más confiados en sus habilidades de participar en fútbol seguro van a participar más con sus compañeros en esa actividad cierto. Así que no ser exitoso y no ser buenos en ese deporte realmente previene al niño de participar y se ponen ansiosos y no quieren participar. La música también es una buena forma o cualquier actividad de arte es una gran forma para que los niños con trastorno del espectro autista se comuniquen o se expresen. Así que el pintar, dibujar, tocar un instrumento y simplemente escuchando la música en general es una gran forma, es una gran actividad para ellos. Es algo que ellos pueden hacer solos.

Es algo que pueden hacer con sus compañeros o que pueden hacer con cualquier persona en cualquier momento. El parque es un buen lugar para que las familias vayan a unos recreos juntos y a disfrutar la naturaleza y el ambiente juntos así es que es algo que la familia puede hacer junta. Salir y visitar un centro local de naturaleza o ir a caminar y disfrutar la naturaleza o hacer una búsqueda de tesoro en el bosque o en el parque buscar diferentes cosas quizás algo que se siente diferente como tocar diferentes hojas y diferentes pétalos de flores y toquen esas cosas y aprecien el sentido del tacto y escuchen los diferentes sonidos de naturaleza así que el poder señalar lo que

no ven adentro y qué no ven afuera de su casa o algo y haciendo esas cosas como familia y después el niño puede llevarse esas cosas a la casa y puede salir a su propio patio y hacer esas cosas ellos mismos o con sus amigos y pueden tener algo que pueden apreciar. Yo pienso que muchas familias tienden a ser indecisos y nerviosos de comunicarse con miembros del personal de recreación porque quieren que su niño participe y no quieren que alguien los rechace de la actividad así que la mejor manera de ayudar a tu niño a que participe en la actividad en una actividad de grupo sería de comunicarte antes de que empiece la actividad así que quizás antes de que el programa vaya a empezar quizás en la registración comunica cualquier tipo de necesidad de tu hijo y comunica estas cosas al personal para que puedan prepararse adecuadamente para apoyar a tu niño a ayudarlo a tener éxito.

Existen programas de recreación especializados como los que tenemos aquí en Children's Specialized Hospital. Nos especializamos en acuáticos adaptativos y en un programa de artes marciales y las familias se ponen muy cómodas y satisfechas con la participación de sus niños en nuestros programas pero lo que siempre queremos fomentar en la familia es que amplíen sus horizontes y le ayuden a su niño a estar involucrado en todo tipo de actividades. Un programa especializado está ahí para que tú y tu niño se sientan cómodos y contentos con cualquier programa en el cual están participando pero no se limiten a esa actividad y tienes que saber que tu niño tiene el derecho y la habilidad de participar en cualquier actividad de recreo especializada o programa convencional.

El recreo es un escape increíble para individuos de todas habilidades y trabajando el área de terapia recreacional he visto a gente que hace cosas extraordinarias y conmovedoras y solo quiero dejarles saber que si estás luchando para que tu niño participe en actividades no dejes de buscar y sigue ayudando a tu niño a ser exitoso en diferentes actividades hasta que encuentre lo que le gusta y lo que disfruta hacer. Lo que significa ser exitoso en una actividad de recreo no es ganar el juego ni pegar un jonrón ni tener la mejor pieza de arte. En realidad es el disfrutar la actividad y el disfrutar y reconocer los éxitos pequeños que todos vemos cómo un gran éxito para el niño. La diversión es lo más importante.



A través de una asociación con Kohl's Cares, Children's Specialized Hospital está mejorando el acceso a la atención para niños con necesidades especiales de atención de salud.



[RWJBH.org/csh](http://RWJBH.org/csh)