

Bon dia famílies,

Esperem que estiguen tots molt bé i que ens puguem veure aviat amb tota normalitat.

Mentrestant us hem preparat un llistat de propostes per poder fer des de casa. Esperem us agradin i en gaudiu tots plegats.

## **HÀBITS I AUTONOMIA**

És important continuar vetllant per la seva autonomia. Poden col·laborar en diferents tasques domèstiques com:

- Aprofitar les estones dels àpats per agafar més autonomia amb els diferents utensilis (cullera, forquilla....).
- Deixar que els nens mengin sols.
- Es posin el pitet (si és possible).
- Que se'l treguin i el posin per rentar.
- Treballar l'hàbit de rentar mans i cara.
- Barrejar diferents sabates i que reconeguin les seves.
- Aprofitar per deixar-los beure aigua amb got.
- Que ajudin a recollir tant a casa (en mesura del que és possible per l'edat) com les seves joguines, tot allò que fan servir per jugar, un cop hagin acabat ho tornin al seu lloc.
- Ajudar a parar i desparar taula.
- Col·laborar a l'hora d'estendre i recollir la bogada. Ens poden anar donant les pinces a mida que estenem i de la mateixa manera, anar traient les pinces de la roba estesa a l'hora de recollir-la.

## **PROPOSTES D'EXPERIMENTACIÓ**

- **Experimentem amb elements naturals:** Agafeu alguna safata una mica alta, que tingueu per casa i la ompliu amb sal gruixuda o farina de galeta. Col·loqueu-la en un espai on puguin manipular lliurement i els hi deixeu la safata amb un embut, un parell de culleres de diferents mides i algun pot o recipient petit.  
Els de forma autònoma ompliran, buidaran, faran transvasaments...i de ben segur que gaudiran durant una bona estona, tot treballant l'habilitat òculo-manual i l'experimentació posant a prova els seus sentits.



## - **Plastilinia casolana:**

### Ingredients:

- 2 tasses de farina
- 3/4 d'una tassa de sal
- 2 cullerades d'oli d'oliva
- 3/4 d'una tassa d'aigua
- Colorant alimentari (si voleu donar-li color)

### Recepta:

1. Barregem la farina i la sal
2. Afegim a la barreja oli i barregem.
3. Afegim l'aigua.
4. Amassem bé.
5. Un cop estigui la massa perfecta, afegim el colorant.

Si s'enganxa la massa aneu afegint farina perquè es vagi desenganxant.

Per conservar: posar la massa dins d'una bossa ben tancada o embolicar-la amb plàstic i posar-la a la nevera.

OPCIONAL: podeu fer figures amb la plastilina casolana i després ficar-les al forn a 180°. (El temps de cocció depèn de la mida de la figura)



- *A més de considerar-se una activitat d'experimentació estimulem l'habilitat manual (prensió) durant el joc amb aquesta i la creativitat a l'hora que creem figures.*

## **PROPOSTES DE LLENGUATGE**

- **Mirem contes:** Per fer-ho podríem ambientar primer l'espai, trobar un lloc de casa on puguem crear un lloc acollidor i tranquil, a sota d'una taula, per exemple, com si fos un amagatall, decorar-lo amb l'infant amb llums, robes que cobreixin la taula i enfosqueixi l'espai, etc. Un cop tingueu aquest racó de lectura, trieu un conte i el mireu i expliqueu. Primer el pot explicar la família i després l'infant amb ajuda del familiar.

- **Cantem cançons:** Podem fer servir diferents recursos, el cançoner que us vàrem donar a l'escola, el Youtube, Spotify... Acompanyant-les amb gestos o coreografia.
- **Àlbums de fotografies o llibreta de l'escola:** També pot ser interessant treballar el llenguatge mentre mirem àlbums de fotografies familiars o la llibreta de fotografies de l'escola. Aprofitem per fer fotografies d'aquests dies a casa fent diferents activitats i enganxem-les a la llibreta de l'escola. Recordeu que també les podeu compartir a les nostres xarxes socials ([@quitxallagrupmontcau](https://www.instagram.com/quitxallagrupmontcau))
- **Titelles:** Podem crear titelles amb mitjons o diferent material reciclat que tinguem per casa i explicar contes/històries inventades.
- **Pintem-nos la cara:** Oferim als infants pintures de cara, pintallavis... i deixem que es pintin mirant-se al mirall.  
Treballarem així el coneixement d'un mateix d'on tenim la boca, els ulls, el nas, les celles...; però també la creativitat, que siguin qui vulguin ser en aquell moment mentre es pinten, un superheroi, un conill, un gat...
- **Ens disfressem:** Podem recopilar diferents robes de casa, collarets, mocadors, sabates dels membres de la família, barrets, corbates... i posar-nos ben guapos i guapes. Com més complements millor!

#### 4. PROPOSTES PSICOMOTRIUS

- **Fem un circuit:** Amb coixins, robes, mobles pels qual es pugui passar per sota...

Per exemple: Iniciem el circuit posant 6 coixins un davant de l'altre, els han de passar saltant; tot seguit posem un mocador de coll o dos units fent una línia per passar per sobre intentant mantenir l'equilibri i finalment una taula per passar per sota.

- **Reconeixem les parts del nostre cos amb massatges:** Trobem un lloc de casa tranquil i còmode, com per exemple l'habitació de l'infant. Ambient amb música relaxant, llum tènue, espelmes... Decidim fer massatges a tot el cos o només a una part d'aquest, per exemple, peus i cames. Fem servir olis, crema hidratant (el que tinguem a casa).

L'objectiu és passar una estona relaxada i d'intimitat amb el nostre fill/a fent un massatge però alhora fent que prengui consciència de les parts del seu cos durant el massatge. Després l'infant també pot fer-li al seu

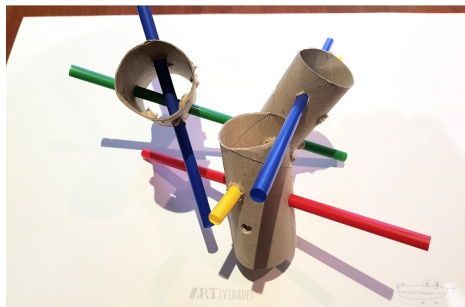


familiar. És important que durant el massatge mencionem les parts del cos que toquem, per exemple, el dit petit del peu, el taló... Són parts del cos més específiques que pot ser no anomenem tant en el dia a dia.

- *Al Youtube trobarem moltes cançons relaxants o per fer massatges.*
- **Ballem:** El Pot Petit és un bon recurs per fer-ho!
- **Fem veure que som...:** Podem fer una llistat d'animals i imitar els seus moviments i/o sons. Per exemple: Fem veure que som una serp, ens arrosseguem per terra i fem "SSS...".

## PROPOSTES D'HABILITAT MANUAL

- **Canyetes i rotllos de paper higiènic:** Recopilem canyetes i rotllos de paper higiènic buits. Agafem els rotllos i els foradem perquè els infants puguin desenvolupar la seva destresa òculo-manual enfilant les canyetes als forats. Foto d'exemple:



- *Podem trobar altres alternatives que no siguin rotllos buits de paper higiènic, com per exemple, coladors amb forats grans, papereres...*
- **Omplir i buidar:** Posem macarrons, arròs, lleties, sal gruixuda... qualsevol aliment sec que puguin manipular a una safata i els oferim estris de cuina, com culleres (de diferents mides), gots de iogurt buits, pots, coladors...

Els deixem gaudir durant una bona estona en l'acció d'omplir i buidar desenvolupant l'habilitat manual i la destresa òculo-manual.

- **Posar i treure:** Agafem un bric de llet o una llauna qualsevol que tinguem per casa li fem forats de diferents mides o formes a la tapa. A continuació ofereix al nen/a diferents objectes per ficar-los dins ( taps, targetes, pinces d'estendre la roba...) i al mateix temps poder-ne treure la tapa per buidar el recipient.

Si aquesta proposta veiem que encara és una mica complexa pel nostre fill/a podem agafar tapers de diferents mides i formes, per omplir-los i buidar-los amb els mateixos materials que anteriorment.

Aquesta és una proposta de molta concentració i control manual, podem oferir-la per aquelles estones on hem d'aprofitar per fer coses i els més petits puguin estar molt atents a allò que fan sense que estiguen al seu costat.

#### **PROPOSTES PER FER EN FAMÍLIA:**

- Cada dia a les 11:00 h del matí la "Llibreria del genet blau" a través d'instagram explicarà un conte per a infants.
- Dimecres a les 18:00h Damaris Gelabert farà un concert en família per a totes les edats en el su canal de YouTube. Aneu practicant les seves cançons per cantar-les amb ella!
- També podeu gaudir amb la canalla fent classes de ioga a través de #pequeyoga o #babyoga

Una abraçada de part de la Mari, la Virginia, la Xus i la Núria!!