



## ORIENTACIONS PER ÀREES A ED. INFANTIL

### ÀREES: Descoberta d'un mateix i dels altres. Descoberta de l'entorn. Comunicació i llenguatges

#### Proposta 1

##### Una mà de contes

Podeu entrar a: <https://www.ccma.cat/tv3/super3/una-ma-de-contes/> i visualitzar aquells contes que més us agradin. Després aquells que vulgueu podeu fer titelles dels personatges d'alguns dels contes i recrear vosaltres mateixos la història. Ho podeu fer fent el dibuix en una cartolina o un paper, retallant-ho i si teniu algun pal, palleta... li enganxeu amb cinta adhesiva al darrere. Només cal una mica d'imaginació i us sortiran unes titelles fantàstiques!

A part d'aquest recurs també resulta interessant que mireu contes que tingueu a casa i que triïn els mateixos infants. És recomanable posar-se en algun espai agradable de la casa, anar fent preguntes mentre expliqueu la història o que ells us vagin explicant què creuen que passarà a partir de les imatges. Després d'explicar el conte podeu canviar-vos els papers i que siguin els nens i les nenes els que us expliquin el conte.

#### Proposta 2

##### La capsula màgica de les lletres



Per fer aquest material només necessiteu: capsula, folis, retoladors/colors...

A continuació cal seguir aquests passos:

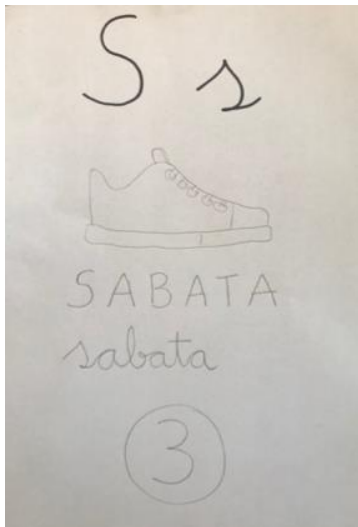
1. Agafar una capsula que tinguem per casa i no haguem d'utilitzar, pot ser una capsula de sabates.
2. Decorar la capsula.
3. Retallar folis en diferents quadrats.
4. Escriure en cada quadrat una lletra (La podeu escriure en lletra de pal i lligada).
5. Doblegar els papers i posar-los a la capsula.

**ÉS IMPORTANT QUE LA CREACIÓ DE LA CAPSULA LA FACIN ELS NENS I LES NENES!**  
**Quan tenim la capsula acabada ja podem començar el nostre joc de les lletres...**



Cada dia agafem UN paper per descobrir una lletra diferent i fem el següent:

1. Mirem la lletra que és i fem el SO de la lletra.
2. Pensem paraules que comencen per aquesta lletra.
3. Busquem per casa objectes que comencen per aquesta lletra.
4. Quan haguem trobat l'objecte: escrivim la lletra amb la que estem jugant, dibuixem l'objecte trobat en un full i intentem escriure la paraula (que ho intentin fer ells, no passa res si es deixen lletres) per últim podem comptar quantes síl·labes té la paraula i escriure el número al full (ho podeu fer picant de mans, com ho fem a classe).
5. Aneu guardant aquests fulls així quan acabeu podeu fer-ne un llibre.



Full d'exemple

**Quan hagueu acabat és important NO tornar a posar el paper dins la capsa per assegurar-nos que la lletra NO es torna a repetir.**

### **Proposta 3**

**Dibuixem per quan tornem a l'escola**

Per tots aquells i aquelles que us encanta dibuixar podeu fer el següent:

- Fer un dibuix del que esteu fent aquests dies per explicar a classe quan torneu.
- Fer dibuixos pels companys de la classe. No t'oblidis d'escriure el NOM del company pel que l'estàs fent. Quan tornem els hi podràs donar.



#### **Proposta 4**

##### **Reutilitzem i fem una manualitat**

Fer manualitats pot ser molt senzill. Amb material que tingueu a casa que sigui per llençar, podeu fer una manualitat i donar-li la forma que vulgueu. Guardeu-la i quan tornem a classe si voleu la podeu compartir amb tots els vostres companys i companyes.

#### **Proposta 5**

##### **Reutilitzem i fem matemàtiques divertides**

També podeu utilitzar rotllos de paper de WC, pots de iogurt, pots d'actimel... per treballar la relació quantitat-grafia. Us proposem que agafeu 10 d'aquests recipients i un cop els tingueu heu de posar un número a cada envàs (1-2-3-4-5-6-7-8-9-10). Quan ja ho tingueu preparat podeu agafar i posar-hi a dins allò que vulgueu (canyetes, bastonets, boletes de plastilina...). Es tracta de posar dins de cada recipient la quantitat correcte.



#### **Proposta 6**

##### **Experimentem**

Ara més que mai cal estar conscienciats de la importància de rentar-se les mans. Aquí us deixem un experiment molt senzill per tal que els infants entenguin aquesta importància.

Només necessiteu: un plat fondo amb aigua, sabó i pebre mòlt.

A continuació heu de fer el següent:

1. Posem el dit al plat (sense sabó) i veureu com automàticament alguns granets de pebre, que simbolitzen el virus, passen a la mà.
2. A continuació poseu el sabó al dit i torneu a sucra-lo al plat... La cosa canvia una mica... Què ha passat?

Aquí teniu un enllaç on podeu veure com fer l'experiment:

<https://www.youtube.com/watch?v=pVevJ4WvXG8>

## Proposta 7

### Traç, espuma i diversió

Segur que molts de vosaltres a casa teniu espuma d'afaitar. Podeu posar-ne una mica sobre una superfície i després de deixar que els nens experimentin una mica els podeu dir que facin lletres, números, formes i fins i tot que s'animin a escriure paraules. És important que aquesta estona de joc sigui supervisada per L'ADULT en tot moment.



## Proposta 8

### Traç amb safata sensorial

Per aquesta activitat necessitem:

1. Diferents papers. Cada paper correspondrà a una lletra.
2. Safata amb arròs (també es pot fer amb sal o sucre).
3. Un full en blanc.

Es tracta que primer ressegueixin el traç de la lletra amb els dits, després tracin la lletra dins la safata i per finalitzar la poden representar amb un retolador en un full. Cal que cada vegada que ressegueixen la lletra facin en veu alta el seu SO.

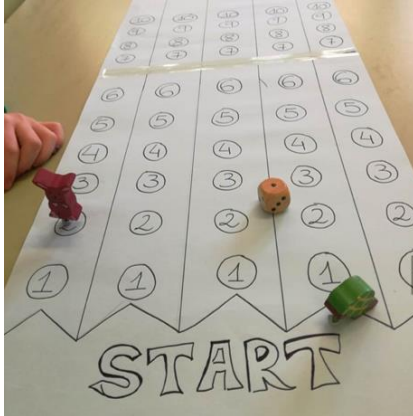


### Proposta 9

#### Cursa de números

Per fer aquesta cursa necessiteu: paper, animalons i daus.

En un paper heu de dibuixar diversos carrils (depenent dels jugadors). Cada jugador llença el dau i el mou fins al número que li ha tocat. Que comenci la cursa! És una manera divertida de jugar amb les matemàtiques!



### Proposta 10

#### Manualitat de primavera

Per fer aquesta manualitat necessiteu: paper de cuina, retoladors i un recipient amb aigua.

Agafeu i doblegueu el paper de cuina per la meitat. Per la part de fora dibuixeu amb un retolador negre la silueta d'algun element de la primavera (papallona, flor...). Obriu el paper de cuina i per dins amb els retoladors poseu-hi color. Un cop acabat torneu a tancar de manera que només es vegi el dibuix que havíeu fet amb el retolador negre. Agafeu el recipient amb aigua i tireu el vostre dibuix... Què ha passat? Sembla màgia! Si us ha agradat aquesta manualitat, ho podeu fer amb els dibuixos que vulgueu i inclús amb els vostres noms.





## Proposta 11

### Fem una recepta

Podeu cuinar qualsevol recepta que us vingui de gust i que els nens i les nenes us puguin ajudar (pastís, galetes...). Pot ser interessant abans de començar a fer els diferents passos, fer una llista amb tots els ingredients que necessitem. Així doncs, primer de tot, agafem llapis, paper i organitzem-nos per fer la millor recepta del món!

## Proposta 12

### Comptem macarrons

Què necessitem?

Tisores, retolador, pinces, macarrons i paper o cartró.



Què fem?

Tallem quadrats i a la part de baix escrivim 3 números. Quan ja tenim feta la plantilla, posem la pinça de la roba al número que nosaltres vulguem o al que ens diu la mare, el pare... i després posem tants macarrons com ens marca la pinça.





## Proposta 13

### Proposta de tisores



Mireu quina gentada ens ha visitat avui! Tots van molt pentinats però un d'ells té els cabells molt llargs... ens convertim en perruquers? Vinga doncs, amb l'ajuda dels pares i les mares inventem algun personatge, li posem el cabell molt llarg i després a convertir-nos en perruquers i a tallar-li els cabells.

- Altres propostes amb tisores:

- Ajudar a les famílies a fer la llista de la compra retallant aliments d'una revista i intentar escriure el nom al costat.

- Fer un collage retallant papers de diferents colors, diaris, revistes... i enganxar-los a un full en blanc.



## Proposta 14

A continuació us facilitem un enllaç en el que trobareu moltes propostes interessants per fer al llarg d'aquests dies. A classe també ho utilitzem així que segurament a tots i a totes us sonarà!

<http://www.edu365.cat/infantil/>

## Proposta 15

Aquí teniu una divertida versió del **Joc de l'oca** per moure el cos i passar una bona estona tota la família:

<b>SORTIDA</b>	30 salts <b>4</b>	Tots els jugadors s'han d'hidratar <b>5</b>	Mantenir durant 30" <b>6</b>	Retrocedeix a la casella 3 <b>7</b>	De pilota a pilota i tires perquè et toca <b>8</b>	10 flexions <b>9</b>	Taula frontal 30" <b>10</b>	"Lunge" x10 <b>11</b>	Quarentena: descansen dos torns <b>12</b>
	Descansen un torn <b>3</b>	De pilota a pilota i tires perquè et toca <b>28</b>	Retrocedeix a la casella 24 <b>29</b>	"Fondos" de tríceps x10 <b>30</b>	Taula aprofitant genolls al pit x15 <b>31</b>	Tots beuen <b>32</b>	Taula lateral 30" x25 <b>33</b>	De pilota a pilota i tires perquè et toca <b>13</b>	
	25 abdominals <b>2</b>	27 Mana un exercici a la resta de jugadors/es <b>27</b>	Intercanvia la posició amb el jugador/a que et segueix <b>44</b>	10 amb cada cama <b>45</b>	En la següent tirada, compta cap enrere <b>46</b>	Quantes ets capaç de fer-ne? <b>47</b>	Mantenir 20" <b>48</b>	Tothom fa els exercicis 1, 2 4 i 9 <b>34</b>	
	"Skipping" 30" <b>1</b>	"Lunge" lateral x10 <b>26</b>	43 Repeteix els dos últims exercicis que has realitzat <b>43</b>	Mantenir 20" cada cama <b>54</b>	20" per estirament i braç <b>56</b>	META <b>49</b>	Mantenir 20" cada cama x10 <b>50</b>	Salta a la casella 41 <b>35</b>	
		25 Pont x15 <b>25</b>	42 Balla la teva cançó preferida durant 30" <b>42</b>	Mantenir 20" cada cama <b>53</b>	Mantenir 20" cada cama <b>52</b>	Retrocedeix a la casella 41 <b>51</b>	Mantenir 20" cada cama <b>50</b>	Torna a la casella de sortida <b>15</b>	
		24 Quarentena: descansen dos torns <b>24</b>	41 Neteja't les mans amb aigua i sabó <b>41</b>	De pilota a pilota i tires perquè et toca <b>40</b>	Torna a la casella 20 <b>39</b>	10 "burpees" <b>38</b>	Torna a la casella anterior <b>37</b>	10 flexions <b>16</b>	
		23 De pilota a pilota i tires perquè et toca <b>23</b>	Tots beuen <b>22</b>	Taula lateral 30" <b>21</b>	Agafa la drecera <b>20</b>	10 "squats" x20 <b>19</b>	10 "squats" <b>18</b>	De pilota a pilota i tires perquè et toca <b>17</b>	





## ORIENTACIONS DE PSICOMOTRICITAT PER A ED. INFANTIL

Benvolgudes famílies,

Som conscients que són moments difícils per a tots i totes i ara és més important que mai que ens moguem i motivem als nostres petits i petites a fer-ho. Per què? Perquè com ja sabeu, l'activitat física ens aporta molts beneficis tant a nivell físic com emocional. Realitzar activitat física durant el confinament ajudarà a millorar la circulació, enfortir el sistema immunitari, enfortir els ossos i musculatura, reduir l'ansietat i millorar l'estat d'ànim.

Per aquest motiu, des de l'àrea d'educació física, us compartim algunes propostes senzilles que poden fer els vostres fills/es a casa amb poc material o que podeu fer conjuntament amb ells/es. Així doncs, us animeu?

### ETAPA INFANTIL- P3

- **El món dels desplaçaments:** podem realitzar petits circuits en els quals s'hauran de desplaçar de diferents maneres: caminar aixecant els genolls, de puntetes, de talons (de cares, d'esquenes). Saltar amb passos llargs, a peu coix, córrer de puntetes fent salts, rodolar (fer la croqueta), etc.
- **Qui és qui?** Amb els ulls tapats, els petits/es hauran d'esbrinar qui és qui dels membres de la família mitjançant el tacte.
- **Dalt o baix?** Els hi donarem una pilota. Hauran de seguir les instruccions que els hi donem: dalt/baix. També podem utilitzar cadires petites o objectes que ens permetin posar la pilota dalt o baix i alhora permetre al nen/a pujar o baixar.
- **Mira com camino! (joc de la caps)** El nen o la nena es desplaça fent imitacions. **Caminar com:** un soldat, un gegant, un nan, un ós, un lleó, un elefant... **Arrossegar-se com:** una serp, un cuc... **Saltar com:** un cangur, una granota, un conill...
- **Estàtues musicals:** posarem música i els petits/es hauran de ballar. Quan pari, s'hauran de quedar congelats com estàtues sense perdre l'equilibri i sense moure's.
- **Ens convertim en teulades!** Col·locarem un cartó a sobre del cap del nen o la nena per simular unes columnes que aguanten una teulada i es mantenen en equilibri.
- **Saltem sense parar!** Amb una corda tibada a terra, saltar amb peus junts endavant i enrere. També podem fer que passin per sobre la corda posant un peu davant de l'altre. Per acabar podem fer que saltin amb peus junts d'un costat a un altre
- **Tornem a la calma!** Realització de massatges amb les pilotes als braços.



## ETAPA INFANTIL- P4

- **Com són els nostres braços i les nostres mans?** Farem que els petits/es moguin el braç per les seves diferents articulacions de manera contínua, observant que és molt gran i comparant-lo amb la cama. Els hi podem preguntar què és més gran, si el braç o la cama? Situats de peu farem que realitzin salutacions amb el braç tot flexionant-lo, primer l'un, després l'altre i al final els dos a la vegada. També podem fer que juguin a obrir i tancar les mans: obrir, flexionar, estendre i rotar el canell. També poden moure els braços en totes les direccions sense doblegar els colzes. Si tenim una pilota a mà, podem fer que l'agafin del terra i tornin a la posició inicial sense doblegar els genolls.
  
- **Terra, mar i aire:** Terra (els nens/es es quedaran al mateix lloc on estaven) Mar (saltaran a l'altra banda d'on estaven) Aire (saltaran amunt i picaran de mans).
  
- **A moure el cu-cu!** El nen/a anirà caminant per l'espai i haurà d'anar movent la part del cos que nosaltres els indiquem. Podem assenyalar i anomenar diverses parts del cos i que després ells imitin els gestos i repeteixen el seu nom. Si tenim germans, en lloc d'assenyalar-la en el seu propi cos, ho podem fer amb els germans.
  
- **Seguim les consignes:** el nen/ nena es troba en una postura determinada: asseguts, estirats, drets, de quatre grapes... llavors els hi podem donar diverses consignes, com per exemple: asseure's amb les mans al cap, estirar-se sense moure-les, tornar-se a asseure, d'estar asseguts a posar-se drets de diferents maneres, de quatre grapes, asseure's, després, aixecar-se...
  
- **El nostre dia a dia:** els hi demanarem que representin accions quotidianes amb postures seqüenciades, com ara: posar-se la camisa, rentar-se la cara, pentinar-se. Unes altres postures poden representar moments amb contingut més simbòlic: estar contents, estar de mal humor, estar tristos... si tenen germans, podem fer que un faci una acció concreta i coneguda i l'altre l'hagi d'endevinar.
  
- **Pobre gatet!:** el nen/a es posarà davant del pare, mare o germans i fent tota mena de moviments, meuques, gestos... ha d'intentar fer-lo riure i aquests tot el contrari: que no se'ls escapi una rialla. Si riu, punt per al nen/a, si no, punt per a l'adversari. Temps màxim un minut. Es poden invertir els papers.



## ETAPA INFANTIL- P5

- **On posem la mà?** Intentarem habilitar un espai per tal que els petits es puguin moure, sigui caminant o corrents. Mentrestant els hi donarem consignes per portar la mà allà on els diguem: cap, panxa, genoll, espatlla, peu... **Variant 1:** 2 mans a la vegada. **Variant 2:** aquest cop estàtics però movent la part del cos que els indiquem: cap, cul, coll... **Variant 3:** Moure's tocant a terra amb determinades parts del cos. Si hi ha germans, es poden fer petites carreres tocant-se parts del cos, com per exemple: peu coix, tocant una mà al cap o al cul...

- **Joc de l'espelma:** els petits/es s'identifiquen amb espelmes reproduint amb la seva actitud corporal accions d'encendre's, fondre's, d'apagar-se amb una bufada, de no apagar-se... podem posar música relaxant de fons.

- **Els globus voladors:** si és un/a nen/a, es poden donar 2 globus, si en són més, comptar dos per cada nen/a. Es tracta de què els globus no toquin mai a terra. Si tenim gomets, podem fer que es posin un gomet de diferent color a cada mà. Els hi anirem dient el color, és a dir, amb la mà que haurà de tocar-lo, sense que aquest caigui a terra. **Variant:** també podem posar els gomets als peus per elevar el grau de dificultat.

- **1, 2, 3 pica paret:** necessitarem a una persona que la pari. Aquesta es posarà cara la paret, i sense mirar a la resta, dirà 1, 2, 3 pica paret. Mentrestant els altres hauran d'avançar lentament i quan el que la para es gira, els altres es quedaran congelats com a estàtues. Si el que la para descobreix a algú que es mou, aquests hauran de tornar a començar des de l'inici.

- **Joc del mirall:** per parelles un es mira al mirall i l'altre imita tots els moviments que realitza l'altre. Els moviments han de ser senzills, continus i lents. Quan s'ha portat a terme correctament es produeix el canvi de rol.

- **Relaxem diverses parts del nostre cos:** Estirats a terra, els petits hauran de seguir les indicacions que els hi donarem sobre la part del cos a relaxar i a moure, com per exemple: aixequem un braç, el movem suau, el fem tremolar i el relaxem a poc a poc... repetir l'acció amb diferents parts del cos.



## BANC DE RECURSOS WEB

### - Activació del cos:

- <https://youtu.be/pKqnSRDzkqw>
- <https://youtu.be/PKyJhHQCfl>
- <https://youtu.be/PKyJhHQCfl>
- <https://youtu.be/Q5GegqI4IJI>
- <https://youtu.be/e5xIhLx1WMQ>
- <https://www.youtube.com/watch?v=7oOaPVq07g8>
- [https://www.youtube.com/watch?v=NwT5oX\\_mqS0](https://www.youtube.com/watch?v=NwT5oX_mqS0)

### - loga per a nens:

- <https://youtu.be/Dwt0qeBj85I>
- <https://youtu.be/YZILhfr6-fE>
- <https://youtu.be/MI1S5rM0ou0>

### - Imitació d'animals:

- <https://youtu.be/8wuxQI3MOMM>

### - Coreografies:

- Zumba senzilla: <https://youtu.be/ymigWt5TOV8>
- Just Dance Osito Gominola: [https://youtu.be/z\\_9I52tg410](https://youtu.be/z_9I52tg410)
- Just Dance Baby Shark: <https://youtu.be/XqZsoesa55w>
- Just Dance Timber: <https://www.youtube.com/watch?v=a1zQ1xOjZnk>
- Just Dance Mimi: <https://youtu.be/x5txbl09ItE>

### - Estiraments i Activació (9 minuts):

- <https://www.youtube.com/watch?v=oc4QS2USKmk>

### - Altres activitats que es poden fer a casa (circuit de psicomotricitat a casa, imaginació al poder!)

- <https://www.facebook.com/1234290338/posts/10216911603202380/?sfnsn=scwspwa&extid=zNZtKE5dSSd2gNc2&d=w&vh=i>
- <https://m.facebook.com/materialeseducativasmaestras/videos/2198943883747987>

### - Activitats amb gots i canyetes de plàstic:

- [https://youtu.be/\\_xWmRxIGawk](https://youtu.be/_xWmRxIGawk)

Equip Docent

Departament de Descoberta de l'entorn i Psicomotricitat



## ORIENTACIONS PER ED. ARTÍSTICA: MÚSICA I DANSA - ED. INFANTIL

📌 **Experiments de so, ritme, melodia...**: <https://musiclab.chromeexperiments.com/>

📌 **Per escoltar, aprendre i cantar cançons:**

Mainasons: <https://www.youtube.com/user/Mainasons>

El Pot Petit: <https://www.youtube.com/user/joseprovirajuarez>

Damaris Gelabert: <https://www.youtube.com/user/damarisgelabert>

Xiula: [https://www.youtube.com/channel/UCUtmM-et\\_dDdDlcGTdSrZ8A](https://www.youtube.com/channel/UCUtmM-et_dDdDlcGTdSrZ8A)

The Penguins Ska: <https://www.youtube.com/user/ThePenguinsSka>

Ambauka: <https://www.youtube.com/user/Ambaukatunabia>

📌 **Dansa:**

- Balla amb *Just Dance* a *youtube*. Aquí us facilito un recull: <http://www.ayudaparamaestros.com/2020/03/16-videos-just-dance-para-que-los-ninos.html?m=1>
- Inventa un ball amb la teva cançó preferida i grava't.
- Cd de poemes cançonetes per escoltar i inventar coreografies: <https://www.youtube.com/watch?v=0ixolZNKIno&list=PL8GTvvFTAGTdkE7ODw-CEOpfwfOjcVZ6f>

📌 **Instruments:**

- Crea un o diversos instruments amb material reciclat.
- Fes creacions amb l'app: *Junior Xylophone 3D*.

📌 **Audicions:**

EL CONTE DEL SABATER, un conte musicat per a tota la família:

INSTAGRAM: <https://www.instagram.com/tv/B99fRjhpY7U/?igshid=1pm5309ib3k1b>

FACEBOOK:

[https://m.facebook.com/story.php?story\\_fbid=200990497898273&id=100039619715229](https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=200990497898273&id=100039619715229)

📌 **Propostes des de l'Auditori de Barcelona:**

PICA-SO (a partir de 2 anys):

<https://www.youtube.com/watch?v=47fNQc4DL6w>





Equip Docent  
Departament de Comunicació i Llenguatges

## ORIENTACIONS DE LLENGUA ANGLESA - P4 i P5

Benvolgudes famílies i alumnes,

Esperem i desitgem que us trobeu bé.

Des del departament d'anglès us fem arribar algunes **orientacions adreçades a P4 i P5** que us ajudaran a seguir en contacte amb la llengua anglesa i a passar una mica millor aquest confinament.

Tal i com hem dit són orientacions, en cap cas us voldríem amoïnar. Entenem que és una situació complicada per tothom, però sabem que ho estem fent molt bé i que tot anirà bé.

Us donem les gràcies pel vostre esforç.

Ànims i una abraçada ben forta!

**Proposta 1:** Sing this motivational song every day!

Hakuna Matata means No Problems.

Hakuna Matata: No hi ha problemes.

Viu i ser Feliç!

- <https://www.youtube.com/watch?v=-Xa8Zlpiui0>

Canteu aquesta cançó i recordeu: Hakuna Matata!

**Proposta 2:** Tria la cançó que més t'agradi. Canta i balla amb família!

- <http://supersimple.com/super-simple-songs/>

(How's the weather/ Walking, walking/ Hello, Hello!/ What's your name?/ Open shut them/ One little finger/ Baby shark/ Head, shoulders, Knees and toes/ What's your favourite colour/ 5 little monkeys/ 10 little fishies...)

**Proposta 3:** Mr Tumble and Friends és un programa de CBeebies per als més petits, on reforcen molt el discurs amb la mímica.

- <https://www.youtube.com/channel/UCynLtJ9E2c34bui4ON0ovGw>

Equip Docent  
Departament de Llengua estrangera: anglès