

## Propostes per realitzar a casa – Educació Infantil

En primer lloc, us deixem enllaçat un **article** que trobem interessant de llegir: **Com sobreviure al confinament en família? del Diari ARA:** [https://www.ara.cat/societat/covid-19-coronavirus-com-sobreviure-confinamewnt-familia-propostes-jocs\\_0\\_2417158334.html](https://www.ara.cat/societat/covid-19-coronavirus-com-sobreviure-confinamewnt-familia-propostes-jocs_0_2417158334.html).

Apareixen cites interessants de psicòlogues, pedagogs i especialistes en joc que ens poden ajudar. Ja veureu que donen especial importància a l'**organització diària** i emfatitza en:

- Dedicar temps a diverses activitats o rutines.
- Reforçar hàbits.
- Continuar aprenent.
- Descobrir noves inquietuds.
- Minimitzar el temps amb pantalles.
- Gaudir del temps en família.
- Donar importància al joc (sobretot en aquestes edats)...

En segon lloc, us deixem un **horari** que hem trobat adient ja que té en compte una organització pautaada i dedica temps per:

- ◆ Reforçar hàbits d'autonomia, higiene i alimentació.
- ◆ Realitzar activitats educatives.
- ◆ Descansar.
- ◆ Joc lliure i estones de moviment.
- ◆ Gaudir de la família.

### **PROPOSTA 1 (DIVENDRES 20 DE MARÇ)**

1. **Definir el vostre propi horari** tenint present els diversos temps explicats anteriorment **I POSAR-HO EN MARXA!**

És interessant que **els nens i nenes estiguin presents i siguin participants** de la creació de l'horari ja que d'aquesta manera estaran més implicats en el seu compliment.

Seria ideal que fos **visual i entenedor** per ells i elles, i que el poguessin **tenir a l'abast** per poder veure'l en tot moment. Serà enriquidor que, durant la creació, **els infants proposin activitats** i que, alhora, **les famílies guieu i vetlleu** per aconseguir el que dèiem anteriorment: tenir temps per realitzar diverses activitats durant tot el dia.

# Horari per a dies de confinament

|                      |                             |                                                                                                                                    |
|----------------------|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| A partir de les 8/9h | <b>DESPERTAR-SE</b>         | Esmorzar, vestir-se, posar la roba bruta al cistell de la bugada.                                                                  |
| 10:00-10:30          | <b>TASQUES DE LA CASA</b>   | Fer el llit i netejar l'habitació.                                                                                                 |
| 10:30-10:30          | <b>TEMPS ACADÈMIC</b>       | Sense ordinador. Deures escolars, llegir, activitats matemàtiques o de llengua, jocs de lògica, etc.                               |
| 11:30-11:45          | <b>SNACK</b>                | Petit snack de fruita o iogurt.                                                                                                    |
| 11:45-12:30          | <b>ACTIVITATS CREATIVES</b> | Legos, jocs magnètics, dibuix lliure, treballs manuals, escoltar música, ballar, cuinar, etc.                                      |
| 12:30-13:00          | <b>DINAR</b>                | Dinar i recollir la taula.                                                                                                         |
| 13:30-15:00          | <b>ESTONA TRANQUILA</b>     | Lectura, trencaclosques, migdiada.                                                                                                 |
| 15:00-16:30          | <b>TEMPS ACADÈMIC</b>       | Deures escolars (i tot el que he anomenat anteriorment), jocs educatius d'ordinador, documentals adaptats als infants, InfoK, etc. |
| 16:30-17:00          | <b>BERENAR</b>              |                                                                                                                                    |
| 17:00-19:00          | <b>JOC LLIURE</b>           | Jocs de moviment, ioga, joc lliure, etc.                                                                                           |
| 19:00-20:30          | <b>TV LLIURE I DUTXA</b>    | TV lliure i dutxes.                                                                                                                |
| 20:30-21:30          | <b>SOPAR</b>                |                                                                                                                                    |
| 21:30                | <b>HORA DE DORMIR</b>       | Llegir un conte i dormir.                                                                                                          |

Disseny i adaptació: <http://comaprendreaaprendre.blogspot.com.es>

Basat en l'horari creat per Jessica McHale

## Notes:

- Aquest horari és una guia, però cada família el pot adaptar a les seves pròpies rutines i necessitats.
- És recomanable que deixem els dissabtes i diumenges com a dies d'activitat lliure.