

Orientacions de treball per a alumnes i famílies - 10

Benvolgudes famílies i alumnes,  
Continuem amb la tramesa d'activitats que poden fer els xiquets i xiquetes a casa.

## RECEPTES CONFINADES



Durant aquestes setmanes que hem estat a casa segur que has fet algunes coses que abans no havies fet mai o no tenies tant temps per fer-les.

Parlant amb alguns companys i companyes de l'escola han sortit algunes activitats com ara:

- ajudar més en les feines de casa
- sembrar una llavor
- fer un rellotge de sol
- preparar una recepta
- muntar un circuit per tota la casa
- fer ioga amb família
- .... i moltes coses més.

La idea per a aquesta setmana és fer un recull de receptes que heu provat de fer durant el confinament o bé us hagués agradat fer.

Us passem la recepta d'una companya de 6è, Maria Fonollosa Callarisa, per anar obrint boca. Esperem veure les vostres receptes a l'instagram de @ramon\_y\_cajal\_uldecona o publicar-ho amb el hastag #escolauldeocna. També ens ho podeu enviar al correu.

DORAYAKIS	
<p><b>INGREDIENTS:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- 200 gr. de farina</li><li>- 50 gr. de sucre</li><li>- 2 ous</li><li>- 1 cullereta de mel</li><li>- 1 cullereta de royal</li><li>- un pessic de sal</li><li>- 75 ml. d'aigua</li></ul> 	<p><b>PASSOS A SEGUIR:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Barrejar tots els ingredients</li><li>- Deixar descansar 30 minuts</li><li>- Anar-ho posant a la paella</li><li>- Després posar la xocolata</li></ul> 

**BON PROFIT!!!!!!**

Us animem a entrar al bloc de l'escola per veure què estan fent els vostres companys, companyes i mestres.

<https://agora.xtec.cat/ceipulldecona/>

Correus de l'equip docent del nivell perquè pugueu comunicar-vos amb cadascun dels mestres:

Nom	Adreça electrònica
Ivet Fibla	ivet@escolauldecona.cat
Josep Verge	jverge24@escolauldecona.cat
Míriam Mateu	mmateu8@escolauldecona.cat
Mariate Paris	mariate@escolauldecona.cat
Yolanda Fernández	yolandaf@escolauldecona.cat
Laura Buendía	lbuendia@escolauldecona.cat
Robert Andrés	randres9@escolauldecona.cat
Núria Grangé	nuriateacher@escolauldecona.cat
Andrea Sol	andrea@escolauldecona.cat

# IOGA

Aquesta setmana us proposem continuar amb les postures de ioga.

## **LOTUS:**

Es tracta de la postura bàsica per a meditar. Encreuar les cames, si et costa, pots practicar amb la postura de mig lotus, de manera que col·loquis una cama sobre l'altra sense arribar a completar l'encreuament.



## **LA MUNTANYA:**

Requereix que et col·loquis de peu amb els peus en paral·lel i els polzes tocant-se. Mira al capdavant i mantingues la postura alçada amb la columna totalment recta.



## **LA CADIRA:**

De peu, flexiona els genolls i baixa les cuixes per a mantenir-los tan paral·lels al terra com et sigui possible, pren aire al mateix temps que aixeques les mans per sobre del cap. Els genolls no han d'estar per davant dels peus.



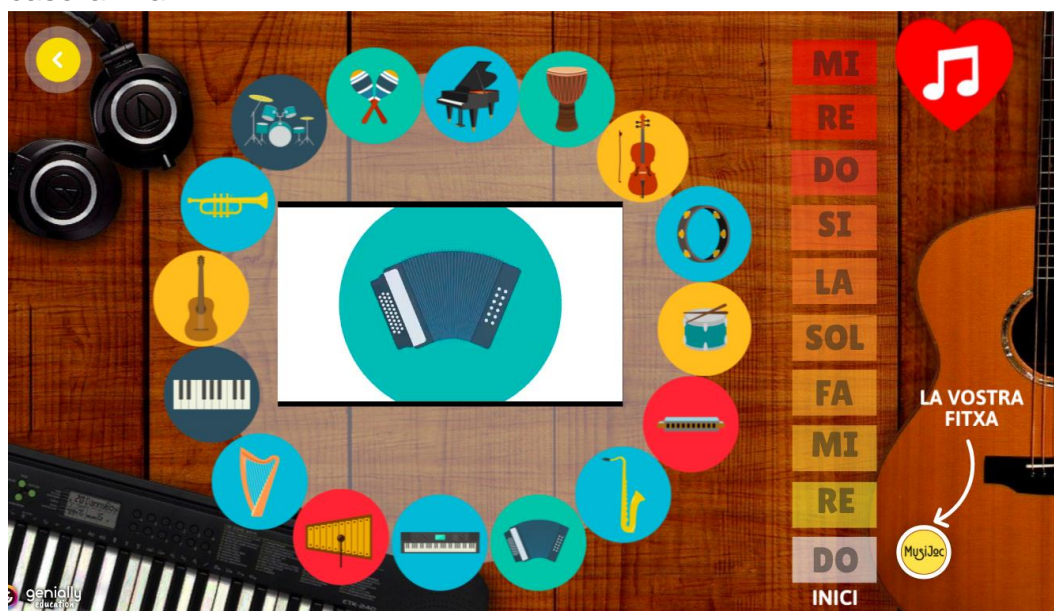
Aquesta proposta ha estat realitzada per una companya vostra de l'escola. Anna Tal de 6èB i us deixa aquest missatge:

*DESITJO QUE PASSEU UNA BONA ESTONA DE RELAXACIÓ AMB LA VOSTRA  
FAMÍLIA.*

*ANNA TAL MUÑOZ*

# MUSIJOC

El MusiJoc és una proposta didàctica musical i digital per jugar en família. S'hi juga en línia, el trobareu a aquesta pàgina web [www.tr3set.wordpress.com](http://www.tr3set.wordpress.com). L'objectiu del joc és superar, com a mínim, 10 proves per completar el recorregut i arribar a la casella final.



## • Com funciona MusiJoc?

Per començar a jugar, [entreu al joc](#) i atureu la ruleta que hi ha a la part central. La imatge que us surti serà la casella per la qual començareu a jugar.

Després de tirar la ruleta, aneu al taulell d'instruments i cliqueu damunt de la casella que us hagi sortit per saber quina activitat o repte heu de superar.

Al costat dret de la pantalla hi ha unes caselles amb notes musicals i una fitxa blanca (que diu MusiJoc) per tot el grup. Cada vegada que supereu una prova, podreu arrossegat la fitxa i fer-la avançar una casella. Aneu amb compte, potser tindreu alguna sorpresa i a la ruleta us sortirà una casella que us farà retrocedir en el taulell de notes.

Si us surt una casella que us porta a un repte que ja heu superat, torneu a clicar la ruleta.

Per últim, quan hagueu superat les 10 proves i arribeu a la casella del cor, podeu fer l'activitat final (cliqueu a sobre del cor per saber què heu de fer).

L'important no és fer-ho perfecte, sinó passa-ho bé!!!!

Esperem que xaleu mooolt!!!!!!

## GAUDEIX DE LA MÀGIA DE MICKEY

Us proposem que mireu aquest vídeo de DIBUIXOS ANIMATS. La música és l'únic diàleg i explica la història de l'aprenent de bruixot. El protagonista és un personatge molt conegut per tots vosaltres. Són uns dibuixos molt antics. Esperem que us agradin molt!!

<https://www.youtube.com/watch?v=UEYy3osi8Gs>

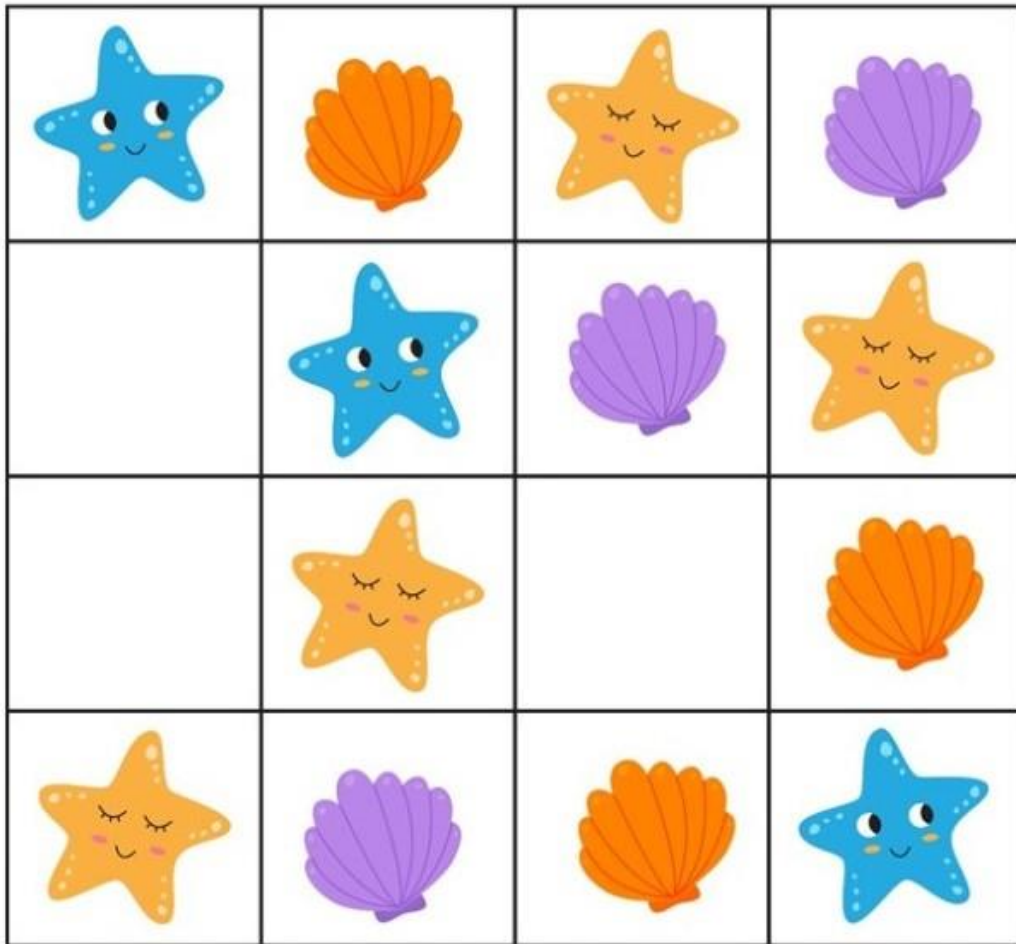


## SUDOKUS

### **Divertits sudokus infantils per a jugar a casa**

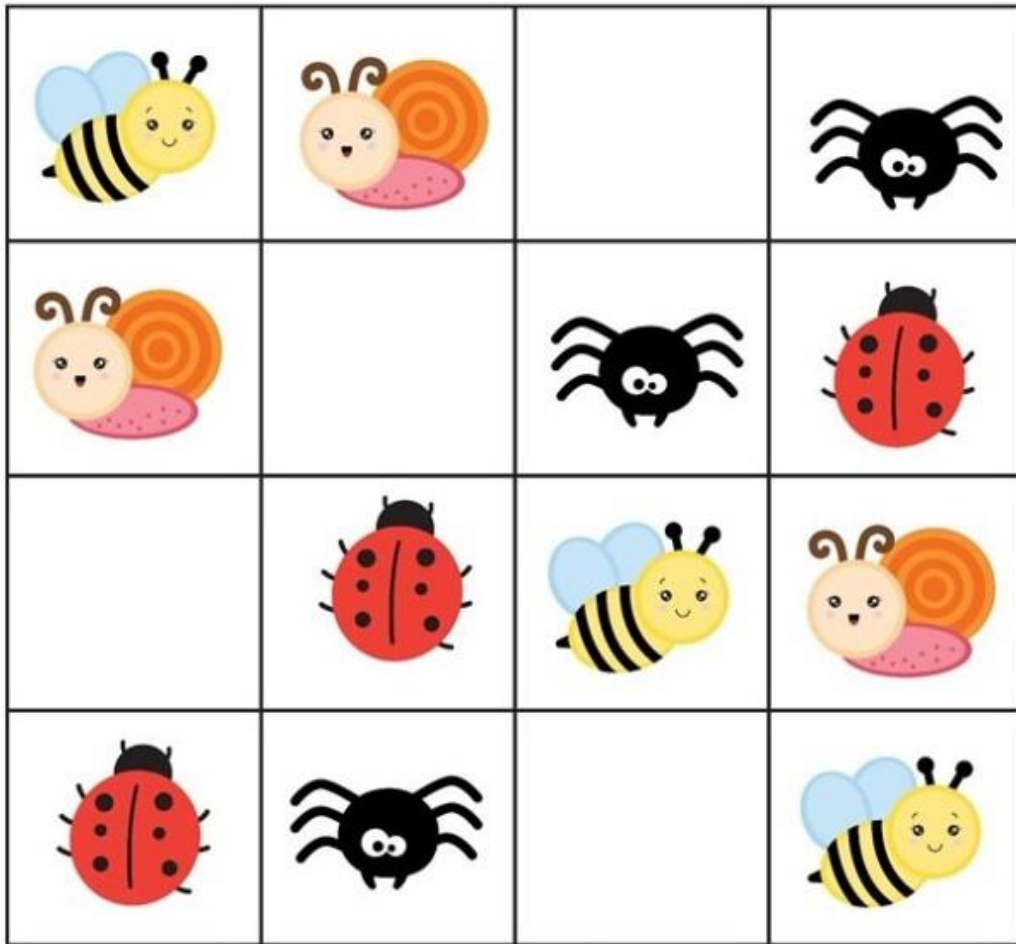
Els sudokus infantils són una bona estratègia per a que els petits de la casa vagin exercitant el seu cervell. Així que us compartim una col·lecció de divertits sudokus amb imatges d'animals per a que els nostres menuts s'ho passin molt bé mentre treballen l'atenció i l'orientació espacial.

Us posem un parell d'exemples que podeu fer.



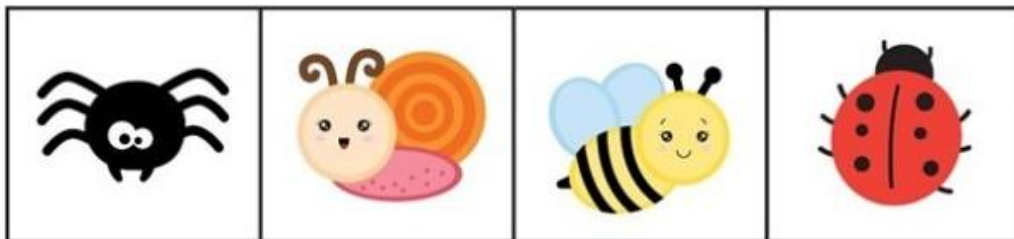
Actividades  
de  
Infantil y Primaria 





---



Si voleu més exemples els podreu trobar al següent enllaç:  
<https://www.actividadesdeinfantilyprimaria.com/2020/05/09/divertidos-sudokus-infantiles-para-jugar-en-casa/>

## MEMÒRIA AUDITIVA

Treballem la **consciència fonològica** a partir d'una activitat online d'atenció i memòria auditiva, on podrem treballar amb paraules semblants fonèticament i el seu **ordre** dins d'una seqüència:

<http://xtec.cat/~mfortun4/jclics/mfataudi/index.html>

Hi ha diferents nivells de dificultat. A veure si els podeu aconseguir tots.

## PARAULES ENCADENADES

El joc consisteix en anar encadenant paraules de manera que la segona paraula ha de començar amb la mateixa lletra que acaba la primera, i així successivament.

Per exemple:

**RATOLÍ -- ILLA -- AUTOBÚS -- SAL --**

La proposta és fer-ho primer sense escriure-les, només pensant-les i dient-les. Un cop ho hagueu practicat oralment, podeu escriure-les o escriure una nova seqüència. Intenteu fer una seqüència molt llarga amb paraules que no acaben sempre amb la mateixa lletra.