



*"Som, sentim i fem l'escola de la gent"*  
**ESCOLA JOAN MIRÓ**



# #JOEMQUEDOACASA

Benvolgudes famílies,

L'equip de mitjans ens preocupem per l'estat emocional i afectiu dels nostres infants com a base dels seus processos d'aprenentatge i, per això hem estat treballant perquè els infants de l'escola i vosaltres les famílies, pugueu construir un context educatiu familiar a casa amb la realització de les idees i propostes que us expliquem a continuació i totes aquelles que us anirem fent arribar al llarg del dies.

Una de les qüestions importants, és **organitzar-se com a família** per a poder fer una atenció individualitzada i enfortir el vincle amb la màxima intensitat que requereix aquesta situació. Tenint en compte això, és important entendre que l'atenció individualitzada no ha de voler dir que hem d'entretenir tota l'estona als infants, ja que els vostres fills i filles també han de poder passar temps amb ells mateixos i elles mateixes, han de poder tenir temps per avorrir-se, ja que aquest fet els farà sorgir la imaginació i la creativitat.

També creiem que és fonamental que els infants, durant aquest període, se situïn en l'espai i el temps. Un **calendari** o una **agenda**, pot ajudar a saber i entendre quants dies fa que hem trencat la nostra vida quotidiana i quan s'espera que duri. Cada dia, es pot marcar amb un color o amb algunes senyals el dia de la setmana i del mes en que qual estem. En cas que no en tingueu cap al vostre abast, podeu crear un calendari amb els vostres fills i filles o bé, us podeu descarregar el calendari que us proporcionem al següent enllaç:  
<https://www.sedesdisseny.com/calendari2020/2020-A5-cat.pdf>

Donat que no són unes vacances, cal que això es noti en la nostra pròpia organització, que no serà tan rígida com quan anem a treballar o a l'escola, però tampoc serà tan flexible com quan estem de vacances o de cap de setmana. Convé tenir un horari previsible que es vagi repetint al llarg dels dies, ja que **l'estructura dóna seguretat** als infants de totes les edats.

Estar a casa ens possibilita **compartir les tasques domèstiques amb els infants** i, pot ser una excusa brillant per incorporar la vida quotidiana com a eina d'aprenentatge, on els donem una oportunitat per adquirir responsabilitats i gaudir del plaer de fer-se grans.

Per totes aquestes raons, us adjuntem un **horari**, amb diverses idees que podeu agafar com a orientació per estructurar els vostres dies a casa i, si ho voleu, us el podeu imprimir i posar-lo en un lloc visible perquè els vostres fills i filles puguin consultar-lo sempre que ho necessitin:



"Som, sentim i fem l'escola de la gent"  
ESCOLA JOAN MIRÓ



## Horari per a dies de confinament



HORA	ACTIVITATS	PROPOSTES
8.00h - 9.00h	Bon dia	Mireu per la finestra quin temps fa. Podeu <u>contemplar els núvols</u> , aturar-vos i imaginar-vos les formes més creatives que poden tenir. Podeu <u>respirar profundament l'aire fresc</u> i pur. Gaudiu de cada dia que comenceu com una nova oportunitat perquè cada dia queda un dia menys perquè tot això passi.
9.00h - 9.30h	Esmorzar i higiene personal	Us deixem un exemple d'esmorzar saludable i divertit que podeu <u>cuinar junts</u> : <a href="https://faros.hsibcn.org/ca/recomendacion/viderecepta-esmorzars-divertits-pe-l-cole">https://faros.hsibcn.org/ca/recomendacion/viderecepta-esmorzars-divertits-pe-l-cole</a> També és el moment per <u>rentar-vos les dents i vestir-se</u> .
9.30h - 10.00h	Tasques de la casa	Fer el llit o aprendre a fer-ho, netejar l'habitació, plegar la roba, tenir cura d'alguna planta...
10.00h - 11.30h	Temps acadèmic	En aquesta estona us anirem fent arribar diverses propostes perquè compartiu amb els vostres fills i filles moments d'aprenentatge.
11.30h - 12.15h	Snack	Petit àpat de fruita o iogurt.
12.15h - 13.00h	Activitats creatives	Jocs de construccions, dibuix lliure, treballs manuals, escoltar música, cantar, ballar, cuinar, disfressar-se, jocs de representació amb titelles, podeu proposar-vos reptes: buscar per casa tots els objectes blaus o quadrats o brillants... En aquest enllaç podeu trobar idees molt divertides. <a href="https://drive.google.com/file/d/197yaDnQWfyUD4W66TjNj5y4q5UL-delo/edit">https://drive.google.com/file/d/197yaDnQWfyUD4W66TjNj5y4q5UL-delo/edit</a>
13.00h - 14.00h	Dinar	Dinar i recollir la taula i/o ajudar a rentar els plats.
14.00h - 15.00h	Estona tranquil·la i/o lectura	És el moment per descansar, fer migdiada, llegir contes, fer puzzles... Us deixem un enllaç on podeu trobar contes per escoltar: <a href="https://www.ccma.cat/tv3/super3/una-ma-de-contes/">https://www.ccma.cat/tv3/super3/una-ma-de-contes/</a>
15.00h - 16.30h	Temps acadèmic	Podeu continuar fent les propostes de l'escola.
16.30h - 17.00h	Berenar	Us deixem un recull de més receptes saludables: <a href="https://www.centrojuliafarre.es/ca/blog/receptes-berenars-saludables/">https://www.centrojuliafarre.es/ca/blog/receptes-berenars-saludables/</a>
17.00h - 18.30h	Joc lliure	És el moment perquè pugueu fer allò que us vingui de gust: construir cabanyes, ballar, pintar, jocs de taula, trencaclosques, escoltar música, tocar instruments, jugar al fet i amagar, al pica paret, a les estatuets musicals, al joc de les cadires...
18.30h - 19.00h	Exercici físic	Mou-te amb els superherois i superheroïnes: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=sqZFz44AB78">https://www.youtube.com/watch?v=sqZFz44AB78</a> També amb el <i>Just dance</i> : <a href="https://www.youtube.com/watch?v=yQ4fTl4wbko">https://www.youtube.com/watch?v=yQ4fTl4wbko</a> Podeu crear el joc de la xarranca amb cinta aïllant, és molt divertit. Si saps saltar a la corda fes-ho i repta a la teva família en aquest joc, si no en saps és el moment per aprendre'n.
19.00h - 20.30h	Tv lliure i dutxa	Moment per a la higiene personal i mirar aquells programes de la tele que més us agraden. Nosaltres us animem a mirar de dilluns a dijous a les 19.30h l'InfoK, programa de notícies pensat per a nens i nenes que us podrà ajudar a entendre què passo al món.
20.30h - 21.30h	Sopar	Parar la taula, sopar i recollir els plats.
21.30h - 22.00h	Relaxar-se i agafar la son	Llegir un conte compartit, fer ioga en família per relaxar-se plegats: <a href="https://yoqakiddy.com/juego-yogo-gratis-imprimir">https://yoqakiddy.com/juego-yogo-gratis-imprimir</a> (us podeu descarregar aquest jocs de taula per practicar la relaxació) <a href="https://www.youtube.com/watch?v=3bjqaxDiXyk">https://www.youtube.com/watch?v=3bjqaxDiXyk</a> (ioga per a nens i nenes)



"Som, sentim i fem l'escola de la gent"  
ESCOLA JOAN MIRÓ



Els mestres i les mestres hem estat preparant tasques com una manera més de cuidar i d'atendre els vostres fills i filles des de la distància, com sempre amb molta estima i amor. Aquestes tasques ens serviran com un lligam, un vincle i una connexió amb la seva vida quotidiana a casa. Creiem que aquestes propostes, en aquest moment, cal que siguin **compartides família i infants**, ja que així, els adults els acompanyareu a entendre el moment excepcional que estem vivint i, d'aquesta oportunitat construir aprenentatges conjunts. Així doncs, la **proposta pel vostre temps acadèmic** durant aquesta setmana és la següent:

## PROPOSTA

Al llarg de la setmana i amb l'ajuda i participació de la família, heu d'inventar-vos un conte original amb el títol **#JoEmQuedoACasa**. Un cop creat, cal que el representeu i en feu una gravació per compartir-ho amb tots i totes nosaltres. A continuació us donem pautes i idees perquè, amb aquesta activitat, pugueu treballar tots els àmbits curriculars.

### ÀMBIT LINGÜÍSTIC

Inventar-vos un conte, ja sigui a nivell oral o escrit i amb l'idioma que us sentiu més còmodes. Us adjuntem unes recomanacions de com s'ha d'escriure una història, quines parts ha de tenir o com pots començar. Et pot servir de guia:

- Com fer un bon conte: <http://xtec.cat/ceipjoncodella/biblioteca/paginesweb/comesfaunconte.htm>

### ÀMBIT MATEMÀTIC

Us proposem que al conte hi aparegui el rellotge. Pot aparèixer dient l'hora que és, i per tant posant ordre a la història, què va abans o que va després dels fets que passaran durant el relat. O també, podeu fer servir el rellotge per controlar el temps que durarà l'explicació de la vostra història. Us proposem que no sigui més llarga de 5 minuts.

### ÀMBIT ARTÍSTIC

Feu servir la vostra imaginació i creeu el conte com més us agradi: dibuixant-lo, creant-vos disfresses, instruments musicals... Podeu fer servir retoladors, pintures, ceres, teles, papers de colors, fil, agulla...

### ÀMBIT D'EDUCACIÓ FÍSICA

Al vostre conte hi podeu afegir en algun moment de la història una dansa o bé, fer servir el vostre cos per representar-lo (ja siguin les vostres emocions, imitar animals o el que vosaltres us imagineu)

### ÀMBIT DE CONEIXEMENT DEL MEDI

Crear un escenari utilitzant materials reciclats que tingueu per casa, fent creacions que representin qualsevol idea que tingueu a la ment.



*"Som, sentim i fem l'escola de la gent"*  
**ESCOLA JOAN MIRÓ**



## ÀMBIT DIGITAL

Quan ja ho tingueu tot llest, us demanem que graveu la vostra representació del conte amb un dispositiu mòbil o tauleta. Si voleu, i amb l'ajuda de la família, podeu editar el vídeo afegint títols, efectes visuals...tot el que us vingui de gust posar. Podeu editar el vídeo utilitzant eines com:

- MovieMaker
- L'app PowerDirector
- O qualsevol que conegueu o descobriu

Un cop acabat, us animem a enviar-ho al correu: [joanmiromitjans@gmail.com](mailto:joanmiromitjans@gmail.com)

Tenim moltes ganes de veure els vostres vídeos per sentir-vos una mica més a prop. Us enviem una forta abraçada des de la distància desitjant que, molt aviat, ens la puguem fer en persona.



Leti, Rosa, Ester, Montse, Gina, Jorge, Elsa, Cristina, Alba, Carmen, Laia, Rafa, Eva i Ana