

FICHA DE ACTIVIDAD – SESIONES TELEMÁTICAS PROGRAMA CAIXAPROINFANCIA
ASOCIACION CULTURAL Y SOCIAL TRIB-ARTE

SUBPROGRAMA DE OCIO Y TIEMPO LIBRE // CENTROS ABIERTOS RED LP PUERTO
CANTERAS

NOMBRE DE ACTIVIDAD: ¿QUÉ TENEMOS EN CASA?

SEMANA DEL 20 AL 24 DE ABRIL DE 2020

OBJETIVOS:

- ✓ Poner en práctica el horario de rutinas creado y seguir/ comenzar el diario de a bordo, lo importante es que lo utilices como una herramienta de apoyo.
- ✓ Expresar sentimientos y emociones a través de la música.
- ✓ Relajarnos
- ✓ Disfrutar del tiempo en familia

DESARROLLO:

No olvides que "las rutinas" siguen siendo necesarias en el día a día.

1. ESTAMOS EN PRIMAVERA: crea una o varias manualidades que te recuerden a la primavera o estén relacionados con ella. Si no se te ocurre nada, les dejo 3 vídeos con distintas ideas.



Al acabar la manualidad, tendrás que explicar a los demás, qué es.

2. MEDITACIÓN: elegir un espacio sin ruido, a poder ser con luz tenue que ayude a olvidarme del mundo exterior. Adoptar una postura cómoda, que nos permita relajarnos fácilmente (sentada/o /acostada/o). Podemos añadir elementos que nos gusten y nos ayuden a relajarnos, (velas, incienso, esterillas, mantas...). Este es el momento de olvidarnos de todo, disfrútalo. Está invitada ¡toda la familia!

- RELAJACIÓN 5 MIN <https://www.youtube.com/watch?v=LDZQH0Tp4IE>
- RELAJACIÓN 10 MIN <https://www.youtube.com/watch?v=6z6lpP4c4EY>
- RELAJACIÓN 9 MIN <https://www.youtube.com/watch?v=mIKRD2Qhp8Q>

3. LA CIENCIA EN CASA: estar en casa es una oportunidad para aprender experimentando. Para ello haremos experimentos caseros, consiste en hacer mezcla determinados elementos, comprobando que sucede y por qué.

¡IMPORTANTE! En los experimentos necesitamos que una persona adulta supervise y ayude si es necesario, al menor.

Elige el experimento que puedas realizar con los materiales que tienes





en casa.

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

<https://www.youtube.com/watch?v=KN6gnmE-vLU>

<https://www.youtube.com/watch?v=vknFMOWd-1Y>

<https://www.youtube.com/watch?v=tomVPWbkRA4>

MATERIAL:

Para el ejercicio de la MÚSICA ESTA VIVA EN TÍ:

- Un folio / cartulina/ cuaderno
- Colores/témperas/acuarelas
- Aparato para reproducir la música

Para el ejercicio de RELAJACIÓN:

- Aparato reproductor, “espacio sin distracciones”

Para el ejercicio de PAPIROFLEXIA:

- Folios / papel

EVALUACIÓN/OBSERVACIONES:

Anota en un papel qué dificultades ha encontrado tu hijo/a para la realización de la actividad. Si le ha gustado y ha cumplido con el objetivo.

En la tutoría hablaremos de estas cuestiones.

FRASE DE LA SEMANA:

“YA QUE ESTAMOS DE PASO, DEJEMOS HUELLAS BONITAS”