

ÁREA DE FORMACIÓN INTEGRAL.

LAS EDUCADORAS OS PROPONEMOS ACTIVIDADES PARA PASAR ESTA CUARENTENA DE LA MEJOR FORMA POSIBLE.

Lo primero esperamos que estéis bien y cogiendo fuerzas para la vuelta, que tenemos ganas de veros y seguir compartiendo buenos momentos.

Recordad que es muy importante mantener y reforzar los hábitos adquiridos, para ello:

- Seguiremos con el consumo de una dieta variada y equilibrada.
- Nos mantendremos activos durante este periodo.
- Colaboraremos en casa con tareas domésticas.
- Realizaremos higiene personal (ducharnos todos los días, lavar los dientes después de las comidas y nuestras manos con frecuencia como venimos haciendo).

Os dejamos unos enlaces para repasar:

<https://youtu.be/jPqIHZfrl8k>

https://youtu.be/7wC_UMHo9M4

Podéis realizar **MANUALIDADES** que ya estamos en primavera y se acerca el día de la madre:

<https://www.pinterest.es/pin/467811480042954697/?d=t&mt=login>

<https://www.pinterest.es/clarabelen/manualidades-dia-de-la-madre/>

JUEGOS EN CASA

<https://www.guiadelnino.com/juegos-y-fiestas/juegos-para-casa/10-juegos-para-casa-cuando-llueve>

https://www.diocesisoa.org/documentos/ficheros/juegos_interior_493.pdf

<https://arbolabc.com/rompecabezas-para-niños>

Es buen momento para aprender adivinanzas, canciones y poesías.

<https://www.etapainfantil.com/adivinanzas-faciles-ninos>

<https://adivinanzass.com/faciles/>

<https://www.100adivinanzas.com/>

Hay que estar preparados para la vuelta y las salidas del cole por eso es importante la **EDUCACIÓN VIAL**



Entrando en este enlace podréis ver actividades, recursos y materiales didácticos que han sido diseñados para promover la adquisición de buenos hábitos para comportarse como peatón, viajero y conductor de bicicleta de forma segura.

https://www.fundacionmapfre.org/fundacion/es_es/educa-tu-mundo/educacion-vial-prevencion-lesiones-no-intencionadas/

Otras páginas que ofrecen información relativa a la puesta en marcha de programas, actividades, acciones y recursos:

<http://www.dgt.es/es/seguridad-vial/educacion-vial/recursos-didacticos/infancia/>

<http://www.educa.jcyl.es/zonaalumnos/es/recursos/aplicaciones-infinity/aplicaciones/educacion-vial>

También podéis descargar una aplicación gratuita sobre seguridad vial (solo es compatible con Android) para aprender y disfrutar, esta app narra la historia de Julia que lleva a su perro Pato al parque cumpliendo las normas que encuentran en su camino. “Julia, Pato y el espía”. Os lo proporcionamos en formato pdf.



RELAJACIÓN

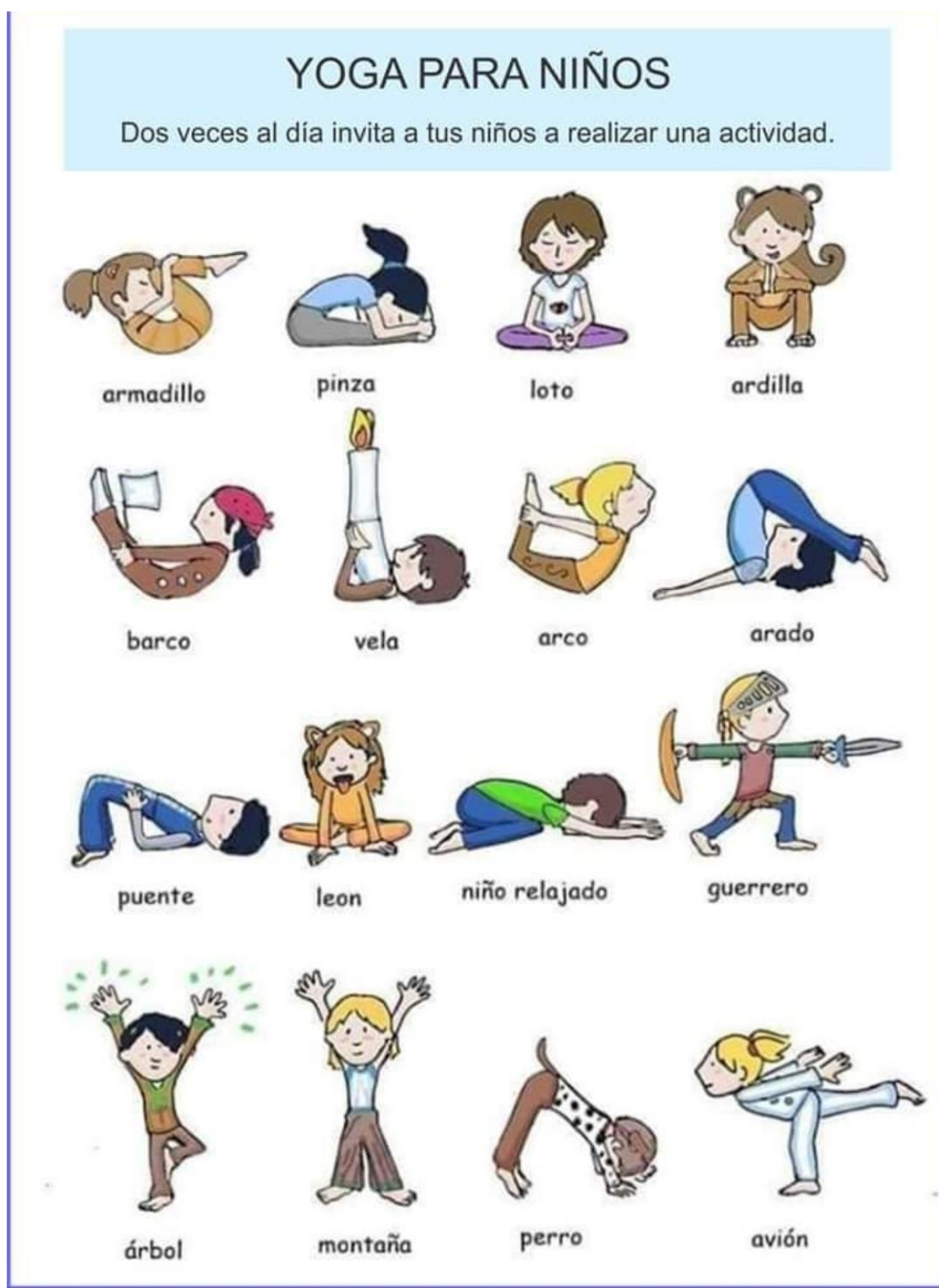
Para recordar las sesiones terapéuticas de relajación con cuencos tibetanos, proponemos escuchar la música parecida a la que Charo nos regala:

<https://www.youtube.com/watch?v=s2KUpesDhek>

Un ejemplo de 8 ejercicios mindfulness para niños:

<https://elefantezen.com/ejercicios-divertidos-mindfulness-para-ninos/>

Además estos días podéis practicar alguna de estas posturas. Se adjunta libro pdf "Yoga para niños".



COCINAR EN FAMILIA Y DE FORMA SALUDABLE

<https://cuidateplus.marca.com/alimentacion/nutricion/2017/12/01/recetas-faciles-saludables-preparar-ninos-146700.html>

Y otra para ocasiones especiales:

<https://okdiario.com/recetas/recetas-divertidas-ninos-3181530>

EDUCACIÓN EMOCIONAL

Para continuar trabajando las competencias emocionales podéis ver:

PELÍCULAS Y CORTOS DE ANIMACIÓN

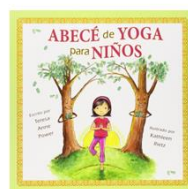


El muñeco de nieve de Raymond Briggs



Y practicar alguna de estas técnicas que ya conocemos:

TÉCNICAS DE RELAJACIÓN

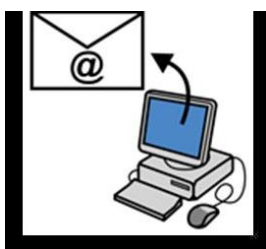


También os dejamos un enlace para que podáis ver cortos que ofrecen educación en valores.

<http://www.ayudaparamaestros.com/2019/11/17-cortos-geniales-para-trabajar-los.html>

Y os proporcionamos pdf con cuentos de esta temática, “Gato negro”, “Yo mataré monstruos por ti” y “El señor cuadrado y sus amigos”.

Si estáis interesados en recibir algún otro cuento en este formato contactar con nosotras a través de email educaociober@hotmail.com.



Esperamos que todo vuelva a la normalidad cuanto antes y mucho ánimo.

Begoña, Sonia y Maite.