

Orientacions per aquests dies de confinament

Estimades famílies,

Les mestres de la Comunitat de Petits us volem fer arribar alguns suggeriments per passar el millor que pugueu aquests dies de confinament a casa.

Sabem que és molt difícil, els infants necessiten moviment, iguals amb els que compartir el seu joc, i estar a casa sense poder sortir els hi resulta anti natural i estressant. Però ens ho podem prendre com una oportunitat de gaudir de la seva companyia, de crear vincles encara més forts, de gaudir plegats de moments potser inimaginables durant el dia a dia habitual.

Aquest matí heu rebut un document elaborat per l'equip directiu de l'Escola Congrés-Indians on es donen pautes sobre com cuidar i cuidar-nos aquests dies. És una lectura llarga però meravellosa, que nosaltres compartim al 100%, per aquest motiu us la hem volgut fer arribar.

Aquest llistat nostre és de caire pràctic, amb recursos que podeu utilitzar per compartir amb les vostres filles i els vostres fills, que els poden permetre enriquir el cos i la ment i continuar vinculats a l'escola.

- Els hem de facilitar oportunitats de moviment. Han de poder jugar, córrer, saltar, fer tombarelles: al llit, al sofà, amb matalassos a terra, pel passadís, pel balcó, on les possibilitats del vostre habitatge us ho permetin.
- Una pilota, de la mida que sigui, sempre suposa una oportunitat de compartir jocs i rialles. Aquests dies les pilotes han d'estar permeses dins de casa.
- Explorar diferents formes de desplaçaments: com a animals, com a objectes, com a persones conegudes. Deixeu que els infants suggereixin i us guiïn.
- Aproveu per conversar molt, parlar i escoltar de manera activa i atenta.
- No oblideu mai les històries, llegides o explicades, font inesgotable de gaudi i aprenentatge... I si necessiteu recursos extres, la web [d'Una mà de contes](#) us oferirà contes artístics de molta qualitat.

- Feu dites, embarbussaments, rodolins, endevinalles...
- Permeteu que dibuixin i pintin tant com ho desitgin, oferint materials i suports diversos: llapis de colors, retoladors, aquarel·les, pintura de dits, pinzells de diferents gruixos,... fulls grans, petits, prims, gruixuts, blancs, de colors, fulls de diari,... Dibuix lliure, pel pur gaudi de dibuixar, sense preocupació pel resultat, com fan a l'escola. Estan expressant sentiments, emocions i, de pas, estan practicant traços que els permetran l'aprenentatge de l'escriptura quan tinguin prou maduresa i interès per abordar-la.
- Els jocs de construccions, el joc simbòlic amb ninos, cuinetes, metges, animals, proporcionen hores i hores de joc autònom o compartit.
- Permeteu que juguin molt amb l'aigua: a la banyera o amb algun recipient prou gran per poder experimentar amb diferents estris, materials i joguines.
- Ja que no poden jugar amb la sorra al parc, proporcioneu altres elements sensorials per potinejar: farina, arròs, sèmola, llavors variades, farina de galeta, puré de patates, i deixeu que els barregin amb aigua. És un gran plaer, proveu vosaltres també!
- Si no disposeu de fang o de plastilina en aquests moments, podeu fer pasta de sal per modelar o també "slime" (el blandiblú de tota la vida). Aquí us deixem un parell d'enllaços amb receptes senzilles, però a internet en teniu per triar i remenar.
 - [Pasta de sal](#)
 - [Slime](#)
- Deixeu el material al seu abast, faciliteu l'autonomia. També podeu practicar el vestir-se i desvestir-se, amb roba, disfresses, mocadors, robes... Podeu representar, maquillar-vos, fer ombres xineses...
- Compartir la cuina, elaborar plegats receptes fàcils i delicioses és un gran recurs per aprendre matemàtiques, nutrició, química, amor i dedicació.
- Que els infants col·laborin en les tasques de convivència com parar taula, rentar els plats, escombrar, netejar, endreçar el llit...
- També pot ser un bon moment per fer endreça de roba, de joguines i veure quines coses ja no fem servir i podem donar, regalar...

- Tingueu sempre a mà algun joc de taula: cartes, dòmino, trenca-closques, oca, parxís, són els més clàssics, però de ben segur que a casa en teniu una bona pila. És increïble com uneix la família un joc de taula i la quantitat d'aprenentatges que s'hi amaguen.
- Us proposem mirar vídeos, documentals d'animals, de la natura, i documenteu-vos d'allò que els interessi i us cridi l'atenció. I donat que es tracta d'una situació extrema, sempre amb molta mesura, podeu triar alguna sèrie o pel·lícules per veure en família. En aquest enllaç trobareu recomanacions:
 - [Pel·lícules Hayao Miyazaki](#)
- I, sobretot, canteu, canteu, canteu molt, ...i balleu!!! La música té un meravellós poder sanador. Aquí us deixem alguns enllaços, però demaneu quines són les seves cançons preferides, escolteu amb atenció per aprendre-les o busqueu-les a internet.
 - [La Pataqueta](#)
 - [La Pataqueta Pop](#)
 - [El Pot petit](#)
 - [Jocs de dits de Tamara Chubarovsky](#)
 - Dàmaris Gelabert
 - Jordi Tonietti
 - Xiula
 - El tramvia blanc
 - Falsterbo marí
 - Xesco Boix
- Fer teatre o espectacles de contes, d'històries inventades, de dansa...
- Cosir, teixir, enfilar, crear... un bon moment per engegar-ho si encara no ho havíem compartit mai amb els nostres fills/filles.
- Sigueu creatius i creeu una llum, un mòbil, decoreu un espai, una finestra... amb paper, paper maixé, roba, cordills, llanes...
- Mireu les fotos del primer trimestre, del curs anterior... i podeu recordar els moments viscuts, anècdotes, vivències... veure als companys i amics del grup i els que ja no estan al grup.

- Busqueu informació de temes que els interessin i investigueu coses que els poden interessar.
- Podeu fer un diari, documentar amb fotografies, dibuixos, etc. el vostre dia a dia per després compartir-ho a l'escola o a la família.
- Sentiu-vos lliures per contactar amb nosaltres a través de les delegades d'ambient, estarem encantades d'escoltar i compartir els vostres dubtes, neguits, propostes. De la mateixa manera, si els infants tenen necessitat de compartir alguna cosa amb la seva mestra, poden utilitzar el canal de les delegades.

Tingueu presents que la noció del temps dels infants és relativa, així que una bona idea és ajudar-los a estructurar el dia. Cada matí podeu mirar el calendari per saber quin dia som, observar el temps, felicitar als companys, amics, familiars que fan anys... Ajudeu-los a regular tasques diàries que es repeteixin i fer un horari que els ajudi a diferenciar diferents moments durant el dia que els ajudaran a estructurar-se i a sobre portar el pas del temps. Tingueu presents els moments d'hàbits, d'higiene, de joc lliure, d'alimentació, de descans, etc.

Recordeu parlar amb sinceritat amb ells del que està passant, tot tenint present la seva edat. Us recomanem veure alguns vídeos divulgatius de l'InfoK pensats per a infants on es comparteix informació del que està passant, consells de com rentar-se de forma efectiva les mans per evitar el contagi i altres temes molt interessants.

Com a famílies, cuideu també el vostre temps de cura personal i de descans. Tingueu present que no hem de dirigir constantment el joc de l'infant, que hi ha estones que es poden autoregular i que vosaltres podeu dedicar-vos per a vosaltres mateixos. L'organització de l'espai a casa us ajudarà a fomentar l'autonomia i que els infants es regulin segons les seves necessitats.

Us enviem una forta abraçada virtual i molta energia. El nostre desig és poder tornar-nos a trobar el més aviat possible.

MOLTA SALUT!!!!

Equip de mestres de la Comunitat de Petits.