

**Podéis aprovechar las rutinas diarias para generar hábitos:**

- Levantarse y acostarse más o menos a la misma hora.
- Organizar, junto con vuestros hijos/as, un pequeño horario con tareas a desarrollar a lo largo del día.
- Preparar el desayuno, el almuerzo o la cena juntos.
- Colaborar en las tareas de casa: recoger la habitación, recoger su espacio de juguetes, poner y quitar la mesa ...

**Os hacemos algunas propuestas de actividades:**

**- Leer cuentos y álbumes ilustrados. A partir de la lectura del cuento:**

- Jugar a hacer onomatopeyas de los personajes que salen.
- Representar el cuento poniendo diferentes voces a los personajes. Podéis grabar la explicación con el móvil y luego escucharla.
- Hacer títeres de los personajes (las puede realizar con material reciclado, tales como: telas, calcetines, botones, pinzas ...) y representar el cuento. Puede hacer las marionetas dibujando los personajes en una hoja y pegándolo un palo de polo o de pinchito.
- Cambiar algún personaje o elemento de la historia y reinventarla.
- Disfrazaros y jugar a ser los personajes de una historia. Podéis grabar la representación con el móvil y luego mirarla.
- Hacer un dibujo del cuento.

**- Hacer actividades creativas (manualidades) e ir creando una pequeña exposición a casa:**

- Pintar con pinturas y pinceles.
- Hacer estampaciones mojando pintura en diferentes materiales: papel de cocina, papel de diario, esponjas, alimentos (patata, cebolla...), plantas (hojas, flores...)
- Moldear plastelina/barro y hacer esculturas.
- Hacer un collage con materiales que tengáis por casa (cartulinas, recortes de re-

vistas o papel de diario...)

- Imprimir fotos de la familia en blanco y negro y decorarlas añadiendo elementos con rotuladores, ceras, pintura...
- Pintar con las manos o los pies y pintura.

#### **- Hacer actividades manipulativas en casa:**

- Actividades con pinzas (de tender la ropa; por ejemplo, pintar la punta de la pinza de un color y asociarla a una cartulina/papel pintado del mismo color).
- Actividades de trasvases (legumbres, arroz, y botes de cocina de varias medidas; consiste en que el niño juegue a cambiar de lugar el elemento con el cual juega).
- Bandejas sensoriales (sal, arroz, legumbres; por ejemplo, situamos en una bandeja uno de los elementos anteriores y le proponemos al niño que dibuje formas en ellas: líneas, círculos, formas...).
- Actividades de ensartar (por ejemplo; ensartar macarrones en un cordel, cañas en un palillo largo que tenga una base de plastilina...).
- Bolsas sensoriales (por ejemplo, con una bolsa de congelados transparente, jabón de cocina, y colorantes podemos ver qué pasa con estos elementos cuando entran en contacto).

#### **- Practicar alguna actividad física en casa:**

- Hacer un circuito con sillas, almohadas... y pasarlo.
- Poner un colchón en el suelo y hacer saltos, volteretas...
- Jugar a pasaros un globo intentando que no toque el suelo.
- Hacer guerra de almohadas.
- Poner un hilo o cinta en el suelo y jugar a hacer el equilibrista.
- Jugar a encestar una pelota en un cubo o cesto.
- Montar un telaraña en el pasillo con lana y cintas y jugar a atravesarlo.
- Elegir una canción e inventar una coreografía.
- Hacer yoga o meditación (en el Youtube hay muchos tutoriales a seguir, que podéis proyectar en la TV también).
- Hacer masajes.

#### **- Jugar a juegos diversos:**

- Mímica.

- Imitar caras.
- Aguantar sin reír.
- Explicar chistes.
- Frío y caliente.
- El teléfono.
- El escondite.
- Adivinanzas y trabalenguas.
- Karaoke.
- Jugar a juegos de mesa (el Parchís, el tres en raya, el Pictionary, Monopoli, cartas...)

#### **- Construir:**

- Torres con material que tengáis por casa: cartas, tapones, vasos de plástico o de cartón, envases...
- Una cabaña con sábanas, mantas, sillas... Este puede pasar a ser vuestro espacio donde explicar cuentos o historias, ir a merendar...

#### **- Convertir espacios de casa:**

- Convertir el comedor en una sala de cine. Escoger una película, preparar las entradas, hacer palomitas...
- Convertir la habitación en una tienda de ropa. Hacer el cartel de la tienda, escribir el nombre de las cosas que se venden y posar precio... Jugar a comprar y vender.
- Convertir la cocina en un supermercado. Hacer el cartel del supermercado, escribir el nombre de los alimentos que se venden y posar precio, hacer la lista de la compra...

#### **- Trabajar la lectoescritura. Como?**

- Escribir el propio nombre en letra de palo (es decir, en mayúscula) y el de la familia. Podéis hacer comparaciones, pues seguro que hay sonidos y letras que compartís.
- Hacer mensajes secretos a la familia (dibujos, escribir palabras y, los niños de P-5, frases).
- Reseguir las letras con el dedo.
- Poner piedrecitas o *gomets* encima de las letras.

- Podéis jugar a juegos de palabras, por ejemplo: pensar palabras que empiezan por una letra y, quien consiga más palabras, ha ganado,
- Inventar "historias locas»: uno se inventa el inicio, otra persona continúa la historia y, otra persona (o la misma del inicio) se inventa un final. Después la podéis escribir (palabras o frases) y/o dibujar.

### **- Trabajar las matemáticas. Como?**

- Trabajar los conceptos cuantitativos y cualitativos. Haciendo comparaciones y utilizando terms como por ejemplo: esta torre es más/menos alta, que.../ puede ser más alto/bajo que... / el Everest es una montaña que está más lejos/cerca que... / adentro/fuera encontramos más...
- Contar y clasificar objetos. Los podéis clasificar por color, medida, peso...
- Escribir los números.
- Los niños de P-5, también pueden hacer frases matemáticas con material tangible (como lo explicamos en el primer álbum del curso:  $2+2$ , cogemos dos piedras y añadimos dos piedras más).
- Jugar a juegos de mesa. Donde haya dados y/o donde se trabaje la lógica.
- Hacer puzzles sencillos o encajables.
- Hacer fotografías/buscar, objetos de la casa con las figuras geométricas.
- Esconder objetos por la vivienda y que el niño los tenga que buscar con la ayuda de un plano dibujado por el adulto con los elementos más característicos de la casa.
- Hacer construcciones con LEGO/DUPLO, ya sean libres, guiadas o acompañadas.