

GRUP



fundació Ramon Noguera

**#quedatacasa**  
**#quédateencasa**

**Grup Fundació Ramon Noguera**  
Per la qualitat de vida de les persones

# RECOMANACIONS

- ▶ Establir una **rutina-estructura** amb un **horari visual** ens ajudarà a tots.
- ▶ Estructurar la temporalitat de les activitats amb un **temporitzador** (mòbil, alarma, rellotge de sorra) i **anticipar** als nens que faran després.
- ▶ Aprofitem per fer les coses amb **tranquil·litat**. Respectar els seus ritmes, “be calm”
- ▶ Deixar estones de **joc lliure** al nen, ja que ell es regularà sol amb les seves necessitats.
- ▶ Preparar una **caixa de tresors** per quan comenci a estar més nerviós, pugui tenir el seu espai per tranquil·litzar-se.
- ▶ Dividir la casa amb **diferents espais-racons** (Joc, taula, moviment, contes...)

# RECOMANACIONS

- ▶ Combinar activitats de **JOC** amb activitats de **tablet/tv**, amb supervisió i sense sentir-nos malament si aquests dies en fem més ús.
- ▶ Explicar que és el **coronavirus**, a través de contes.
- ▶ Aprofitar el **confinament** per treballar **hàbits d'autonomia**.
- ▶ Buscar alguns moments pels **parens** (Silenci, llegir, cuinar, mirar la tele, trucar amics o familiars)
- ▶ Fer **activitats físiques**, descarrega l'energia i autoregula al infant.
- ▶ I estiguem **tranquils** si certes de les conductes no desitjades augmenten, és normal, però respectem-les i acompanyem-les sense enfadar-nos, la situació és estranya per tots.

# RECOMANACIONS

## ▶ WEBS D'INTERÉS:

- ▶ PICTOGRAMES i altres materials: <http://www.arasaac.org/>
- ▶ PINTEREST portal amb moltes idees diferents
- ▶ <https://www.orientacionandujar.es/>
- ▶ <https://saposyprincesas.elmundo.es/especiales/consejos-ideas-familias-cuarentena-quedateencasa>
- ▶ **CONTES** per explicar als nens QUÈ ÉS el CORONAVIRUS:
- ▶ <https://www.copmadrid.org/web/publicaciones/rosa-contra-el-virus-cuento-para-explicar-a-los-ninos-y-ninas-el-coronavirus-y-otros-posibles-virus>
- ▶ <https://docs.google.com/viewerng/viewer?url=https://imatges.vilaweb.cat/comunitat/uploads/2020/03/mussol9coronavirusfree2.pdf>

## HÀBITS D'AUTONOMIA

- ▶ Fer-los **partícijs** de les **activitats de la casa**: parar i desparar la taula. Rentar els plats. Ajudar a estendre la roba. Escombrar. Netejar. Cuinar. Sempre en la mesura de les seves possibilitats.
- ▶ **Respectar el seu ritme**, ara no tenim pressa per anar a l'escola.
- ▶ Explicar tot el que fem i aprofitar **les rutines**, això reforçarà el desenvolupament dels aprenentatges, llenguatge i parla.
- ▶ Retirar progressivament **l'ajuda**.

# HÀBITS D'AUTONOMIA

- ▶ **VESTIR-SE:** Poder escollir entre dues opcions. Triar-se la roba.
  - ▶ [http://www.arasaac.org/materiales.php?id\\_material=1707](http://www.arasaac.org/materiales.php?id_material=1707)
- ▶ **DESVESTIR-SE:** Posar-ho dins la roba bruta. Plegar-la.
- ▶ **RENTAR-SE LES DENTS:** Posar un temporitzador.
  - ▶ [http://www.arasaac.org/materiales.php?id\\_material=1352&buscador=1&product\\_id=cnV0YV9jZNX0bz16b25hX2Rlc2Nhcmdhcy9tYXRlcmlhbGVzLzEzNTIvUnV0aW5hc19jZXBpbGxhZG9fZGVfZGllbnRlcy5wZGY=](http://www.arasaac.org/materiales.php?id_material=1352&buscador=1&product_id=cnV0YV9jZNX0bz16b25hX2Rlc2Nhcmdhcy9tYXRlcmlhbGVzLzEzNTIvUnV0aW5hc19jZXBpbGxhZG9fZGVfZGllbnRlcy5wZGY=)
- ▶ **RENTAR-SE LES MANS**
  - ▶ [http://www.arasaac.org/materiales.php?id\\_material=1354](http://www.arasaac.org/materiales.php?id_material=1354)
- ▶ **ÀPATS (esmorzar-dinar-berenar i sopar):** evitar tablets i dedicar a parlar.
- ▶ **CONTROL D'ESFINTERS:**
  - ▶ [http://www.arasaac.org/zona\\_descargas/materiales/2270/Historia\\_social\\_Hago\\_caca\\_en\\_el\\_banyo\\_Masculino\\_y\\_Femenino.pdf](http://www.arasaac.org/zona_descargas/materiales/2270/Historia_social_Hago_caca_en_el_banyo_Masculino_y_Femenino.pdf)
- ▶ **SON:** intentar seguir els horaris habituals i descansar les hores necessàries.

# ACTIVITATS

- ▶ Repàs escolar: traç, números i lletres (seguir recomanacions del Dep d'Ensenyament)
  - ▶ <http://www.ciudad17.com/material-imprimible>
  - ▶ <https://socmestre.cat/nivells/infantil/materials-dossier-grafomotricitat-basic-per-sortir-del-pas/#.XnflCupKjUp>
- ▶ Fer un àlbum de fotos de la família. (En funció del nivell, escriure qui són, els noms, o simplement jugar a buscar on és....)
- ▶ Escoltar música Infantil: El pot petit, Damaris Gelabert, Cantajuegos, The penguins, Mainasons...

# APPS I COMPTES D'INSTAGRAM D'INTERÉS

## APPLICACIONS:

- ▶ Toca boca
- ▶ Buho boo
- ▶ Match it up (My first app)
- ▶ <http://guiatictea.org/>

Guia TIC per persones amb TEA

- ▶ Respira, piensa, actua.

## COMPTES IG:

- ▶ Mestres confinats
- ▶ ARASAAC
- ▶ Orientacionandujar
- ▶ Recursos Aula



# ACTIVITATS MANIPULATIVES/SENSORIALS

**Receptes de cuina:**

- ▶ [http://www.arasaac.org/materiales.php?id\\_material=1931](http://www.arasaac.org/materiales.php?id_material=1931)
- ▶ <https://www.sortirambnens.com/es/que-hacemos-en-casa/cocinar-con-ninos/>

**Fer pasta de sal, plastilina casolana, slime.**

<http://www.tierraenlasmanos.com/pasta-de-sal/>

**Amagar objectes** dins arròs, farina, grana seca.

**Dibuixar** sobre de farina, amb espuma d'afaitar, terra, sorra.

**Fer activitats** amb pinces d'estendre roba.

**Traspassar objectes** entre dos recipients.

**Pintar** un arc de Sant Martí

[http://www.arasaac.org/materiales.php?id\\_material=2288](http://www.arasaac.org/materiales.php?id_material=2288)

# ACTIVITATS MOTORES-FÍSIIQUES

- ▶ **Amagar objectes o joguines** per la casa i jugar al «fred o calent»
- ▶ **Carreres de cucs, boca avall, pel passadís.**
- ▶ **El joc de las cadires**
- ▶ **Pica paret, twister.**
- ▶ **loga :** <https://smileandlearn.com/yoga-y-relajacion-para-ninos/>
- ▶ **Circuits motrius:** <https://www.pequeocio.com/5-juegos-ninos-casa/>

**CONFIANÇA AMB VOSALTRES MATEIXOS I ELS  
VOSTRES FILLS.  
TRANQUILITAT I PACIÈNCIA.**

[https://www.youtube.com/watch?v=xyx\\_LnEtVWw](https://www.youtube.com/watch?v=xyx_LnEtVWw)

**MOLTES GRÀCIES!!!**



GRUP



fundació Ramon Noguera

**Grup Fundació Ramon Noguera**  
Per la qualitat de vida de les persones