

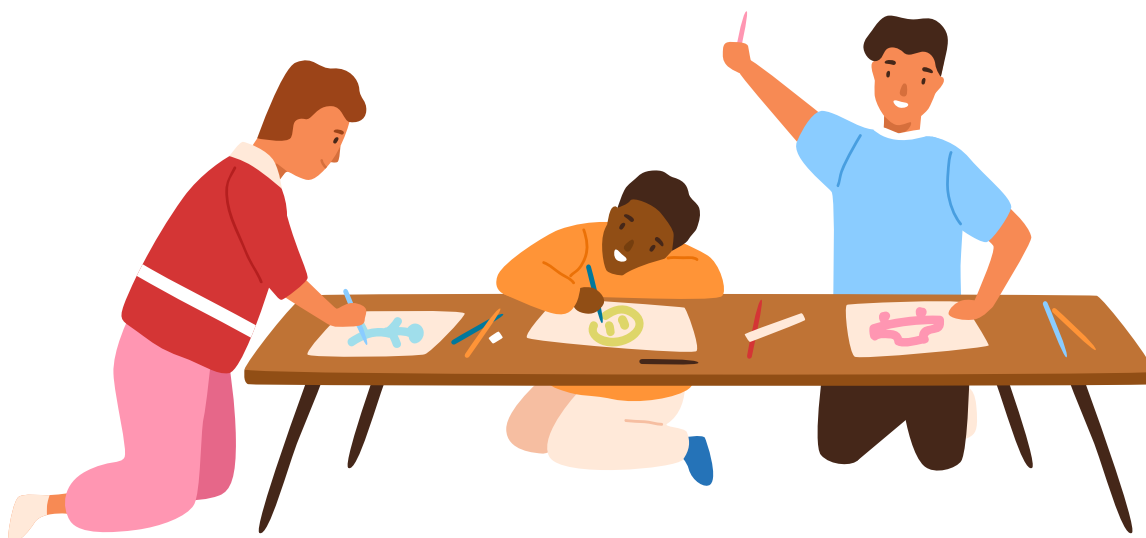


RECURSOS PEDAGÒGICS

Per a totes aquelles persones, estudiants, pares/mares, empresaris, treballadors, o qualsevol persona que tingui la necessitat de sentir-se productiu i actiu en aquesta situació de confinament, aquí van alguns recursos pedagògics per a optimitzar l'estada a casa, ja sigui amb nosaltres mateixos, amb la nostra feina, amb els nostres fills/es, etc.

¿Que necessites?

- 1** Papers + bolígraf + colors + jocs + material cuina + tot allò que em permeti crear un espai de treball productiu i constructiu.
- 2** Ganes de estimular la nostra creativitat i de compartir moments i espais amb els nostres.
- 3** Compartir-ho amb els vostres i a les xarxes socials.



Aprofiteu per a fer jocs pedagògics o inclús dissenyar-los. Marqueu l'objectiu a treballar i feu volar la imaginació.

Jocs de paraules, de lletres, començar una història i que un altre l'acabi, dibuixar amb música (triar colors, temàtiques, estils, etc. Segons la música que sona).

Fer mímica, dissenyar material per a la casa...

Jocs pedagògics

Exemples:

Pintar + crear històries + crear menús + fer horaris conjunts + jocs de mímiques + dissenyar materials per a casa + obres de teatre + música + càlcul mental + jocs de taula (dissenyar-los, crear regles).



Escriure un diari de forma divertida o segons les emocions que vivim. O una part del dia l'escriu un membre de la família i així successivament i al final del dia es posa en comú.

Diari

Exemples:

Escrivim un diari divertit.

Escrivim un diari entre tota la família.



Marqueu objectius individuals i col·lectius i poseu-vos reptes de temps, qualitat, quantitat. Aquests poden ser compartits amb altres, per benefici propi o comú, materials o no, etc.

Objectius i reptes

Exemples:

Batalla d'objectius. Cada un en marca 2 o 3 i guanya qui primer els aconsegueixi.

Sense trampes, objectius personals o grupals, originals o reals.



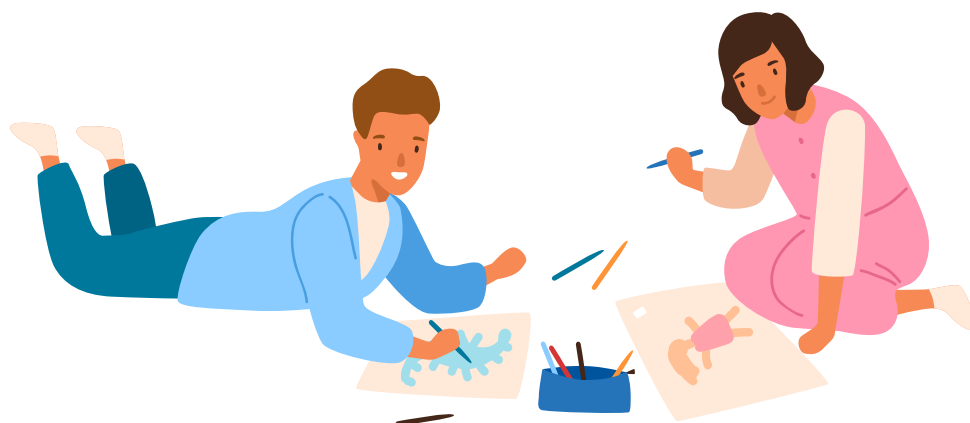
Aprofiteu per pactar amb els més petits de casa i implicar-los en els processos de casa. Ensenyeu tasques domèstiques per a generar empatia, consciència i coneixement. Pacteu una sèrie d'accions, impliqueu-los i genereu reforç positiu sobre aquestes. És una forma molt sana de normalitzar les tasques a casa i generar implicació directa amb aquestes.

Pactes

Exemples:

Bon moment per pactar amb els petits de casa o amb la parella. Pacteu repartició de tasques amb un bé comú.

Guanyeu tots al aconseguir-ho fer.



Aprofitar per repassar aquells temes de l'escola que més em costen. Compartiu moments pares/fills per a fer més disteses aquestes tasques. Marqueu el nivell inicial i valoreu l'evolució.

Repassar tasques

Exemples:

Juguem a fer deures? Aproveiteu per a millorar aquelles habilitats acadèmiques o tècniques que més us costen.

Us atreviu amb la pintura? Amb algun instrument? Amb la cuina? Amb algun idioma nou?

Aprenem idioma de signes?

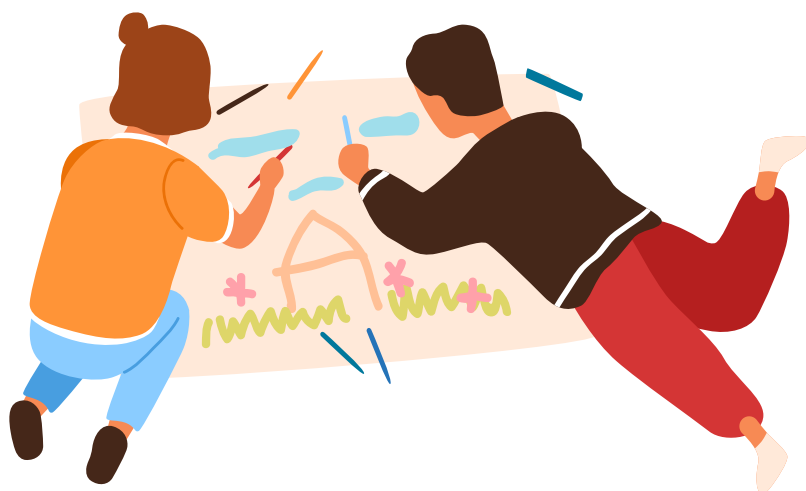


Fer jocs de representacions teatrals. Treballar el decorat (amb material que tinguem per casa), treballar el contingut i el missatge i gaudir dels resultats.

Representacions

Exemples:

Teatre en família. Un comença l'obra i els altres segueixen. Jugueu amb la improvisació, segur que us riureu.



Qualsevol activitat que generi vincle entre els implicats.

**Jocs de taula,
puzzles, pintures**

Exemples:

Jocs de taula, puzzles, pintures:

Qualsevol activitat que generi vincle entre els implicats.



La cuina és una activitat que enganxa molt als petits i que també dona molt espai a la creativitat (aprofiteu aquests moments junts que no teniu de normal i ensenyeu als petits a fer pastissos, galetes, que escullin ells les formes i els condiments!!).

Cuineu junts

Exemples:

A veure qui fa la recepta més bona, més original i més sana.



Marqueu petits premis de tal manera que cada dia hi hagi un petit extra de motivació, no han de ser coses extraordinàries, pot ser simplement el mirar una pel·lícula que a tots els agrada molt, fer pizza, o inclús a nivell personal fer-se una banyera relaxant (un regal per a tu).

Premis diaris

Exemples:

En l'espai de manualitats dissenyeu algun premi per aquell que millor ho faci.

Doneu-vos algun regal i recompensa a la feina ben feta.



Manteniu la màxima rutina possible, des de l'hora de despertar-se (cert marge), fins higiene personal, horaris de menjar, vestir-se com si anéssim a fer la nostra activitat diària, etc. Això ens permetrà normalitzar la jornada i no tenir la sensació d'estar tancats sense fer res.

Rutines

Exemples:

Mantenir hàbits i rutines (saludables) ens ajudarà a mantenir-nos actius.

Normalitza el teu dia (no vagis tot el dia amb pijama :P)



Acompanyament
Psicopedagògic

Para más información

Albert Casorran

*Pedagogo y Máster en psicología
deportiva*

albert@casorran.com

M. 620 370 252

 [caso_5](#)

 [albertcasorran](#)

Andrea Crosas

*Psicóloga y Máster en psicología
deportiva*

andreacg22@hotmail.com

M. 647 142 077

 [andcg22](#)

Trataremos de responder cualquier duda y/o comentario al respecto

