

Hola mis queridos niños y niñas.

¡¡Empezáis vuestra semana de vacaciones tan merecidas!!

Seguro que habéis trabajado mucho estos días con todo lo que el colegio os mandaba.

Estamos seguros que lo habéis hecho fenomenal. Ahora que vais a tener más tiempo, los especialistas del CRE de Sevilla os proponemos algunas actividades divertidas, pensadas para vosotros, para poder hacer en familia. Esto es sólo una idea, no es obligatorio. Sólo queremos que los paséis bien después de estas semanas de cole en casa. Hemos pensado en materiales que normalmente hay en casa. Podéis mirarlas con vuestras familias y elegir alguna o todas si queréis.

Un abrazo muy fuerte a todos y pronto nos veremos en el CRE divirtiéndonos con todos vuestros amigos de la ONCE.

COCHE IMPULSADO POR AIRE

Vamos a realizar un coche muy sencillo pero divertido. Tendréis ventaja aquellos que ya lo habéis hecho en alguna jornada del CRE y podréis ayudar a vuestra familia. Podréis comprobar que el aire será el motor que hará funcionar nuestro coche.

Materiales

- Botella de plástico pequeña vacía.
- 4 tapones de botella de agua pequeña
- 2 palillos de pinchos de madera
- 2 cañitas
- Fijo
- 1 globo
- Cinta adhesiva de colores para decorar (no es necesario)
- Algo para agujerear los tapones como una barrena o punzón
- Unas tijeras

El profesor proporcionará al alumnado el siguiente material:

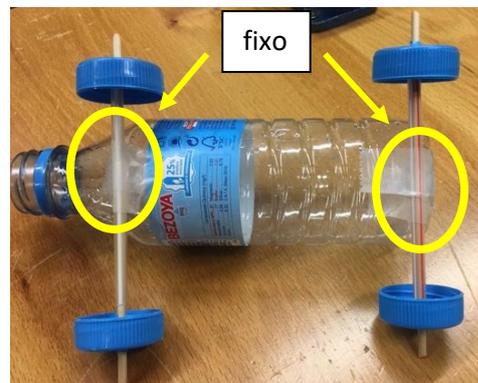
- La maqueta de muestra.
- El palo de madera se dará cortado a 13 cm.

Construcción del coche

- 1- Se hacen agujeros pequeños en los tapones con algo punzante por la parte central, para ello se pone sobre el suelo o un taco de madera. No conviene hacer el agujero muy grande. Eso tendrá que hacerlo un adulto.

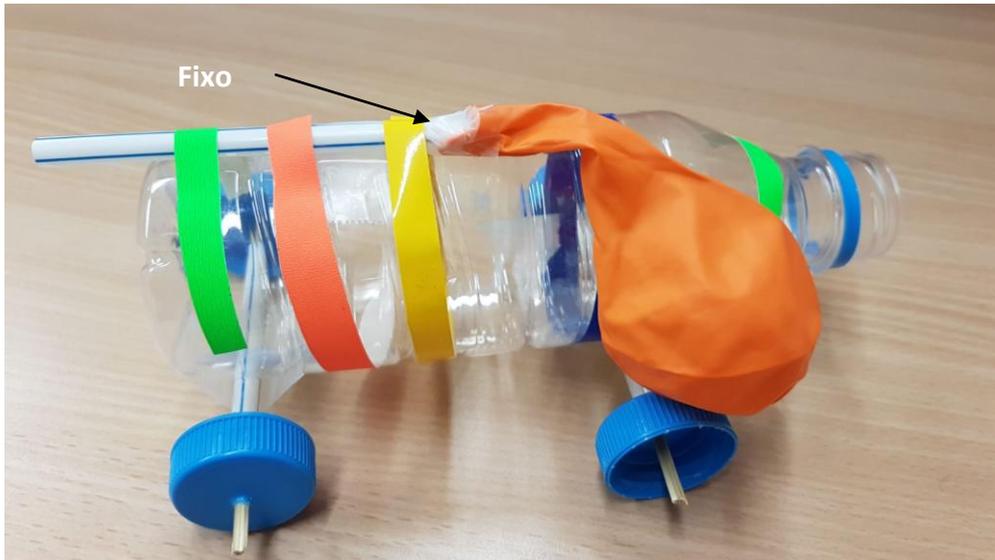


- 2- Se cortan dos de las pajitas en 9 cm de largo.
- 3- Se montan las ruedas como se ve en la foto de abajo. Para ello los **palillos de madera deben ir dentro de las pajitas** ya cortadas y en cada extremo se coloca una rueda. Se comprueba que rueden bien sobre la superficie de la mesa.



- 4- Se pegan los ejes por la parte de la pajita en la botella con fixo, lo más separado posible para que el coche tenga más estabilidad. Hay que tener cuidado que los ejes queden paralelos y probar que rueda bien.
- 5- Se pega la boca del globo al extremo de la otra pajita con fixo. Se prueba que el globo se hincha y no se escape aire.
- 6- Se pega la pajita con el globo en la parte de atrás de la botella, de forma que la pajita salga un poco para poder soplar.
- 7- Se puede decorar con tiras de cinta adhesiva de colores, gommets, pintar con rotulador permanente...

Así será nuestro coche. Si inflas el globo por la pajita y lo sueltas en el suelo correrá.



QUÉDATE EN CASA

Planteamos una propuesta sencilla con material que todos tenemos en casa.

Necesitaremos:

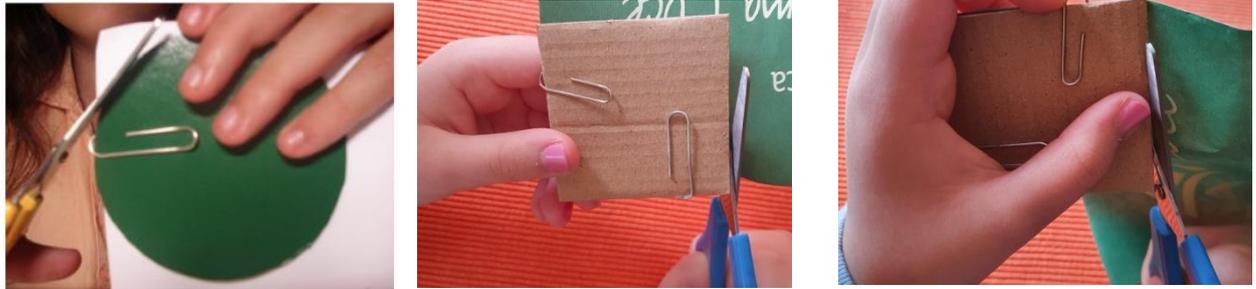
- Tijeras
- Pegamento de barra o cola
- Recortes de papeles o cajas con distintos grosores o texturas. Podría ser: papel de revista, cartón de cajas de galletas, cajas de latas de comida, papel de regalo, el interior de un tetrabrik (que es plateado), recortes de cartulina, recortes de papel de cuaderno, lo que se te ocurra.



Vamos a realizar una ciudad con la técnica del collage titulado: "QUÉDATE EN CASA".

Se recortarán diferentes figuras básicas: cuadrados, rectángulos, triángulos y círculos.

Los niños que no vean pueden recortar las figuras con una plantilla que se le da de cartón. Esta plantilla se sujeta sobre el papel que va a cortar con dos clips como se ve en la fotografía.



El niño que pueda dibuja las formas sobre los papeles o lo recorta directamente.

Se pega con pegamento de barra comenzando por la parte de debajo de la ciudad para llevar un orden. Para poner el pegamento de barra suele ser más sencillo poner el papel encima del pegamento.



Después de la fila de abajo la ciudad irá creciendo hasta llegar a la parte superior. Entre casa y casa podemos dejar un pequeño espacio sin unir para que el niño lo note mejor.



Este podía ser el resultado final, es sólo una idea, ¡¡seguro que el tuyo queda genial!!



HACEMOS UN VIRUS DE PLASTILINA

Vamos a fabricar un poco de plastilina para hacer un virus, el Coronavirus, ese que nos tiene a todos encerrados en casa. Pero nosotros conseguiremos destruirlo.

Para ello vamos a utilizar ingredientes que todos tenemos en la cocina, así podremos pasar un buen rato con nuestra familia.

Ingredientes:

- 6 cucharadas de harina
- 6 cucharadas de sal
- 7 cucharadas de agua templada
- Un recipiente donde quepan todos los ingredientes.
- Una cuchara.

Modo de hacerla:

- Pon las cucharadas de harina y sal en el recipiente. Remueve un poco para mezclar los 2 ingredientes.
- Añade después las cucharadas de agua templada.
- Con esa cuchara ve mezclándolo todo, en unos minutos lo habrás conseguido.



- Saca la masa del recipiente y termina de amasarla con las manos. Cuando tenga la consistencia de la plastilina, haz dos bolas con la masa.



- Vamos a coger solo una bola y la otra se deja para luego.
- A la bola que tenemos, le vamos a quitar unos trocitos pequeños, hacemos pequeños churros y los pegamos alrededor del cuerpo del virus.



Ya tenemos el virus de mentira en nuestra cocina.

¡Pero vamos a destruirlo! ¡Vamos a deshacernos de él!

¿Cómo? Pues como nos dice el médico y nuestra familia, con agua caliente y jabón.

Pon agua caliente en el fregadero o en un cubo, añade un chorrito de jabón y mete el virus en el agua.

Coge el virus entre las manos y remuevelas en el agua caliente como si te las estuvieras lavando, recuerda que debe ser al menos un minuto. Cuenta hasta 60 para saber que ya ha pasado el tiempo.



¿Qué pasará? Pues que el virus se deshace y ya no es peligroso para nadie. **¡Hemos conseguido destruirlo!**

Tiramos lo que queda de la masa a la basura y podremos jugar con el trozo de bola que ha quedado sin utilizar como si fuera plastilina.

Cuando termines de jugar, tira esa masa a la basura. No la guardes. Por eso no hemos hecho mucha cantidad, si en otro momento te apetece volver a jugar, puedes fabricar un poco más.

Por último, acuérdate de lavarte las manos con agua calentita y jabón. Así todos estaremos sanos.

Construir un dado para jugar en familia

Esta actividad puede hacerse como un taller de manualidades en la que todos juntos se fabriquen su propio dado. Cada uno lo personaliza decorándolo a su gusto.

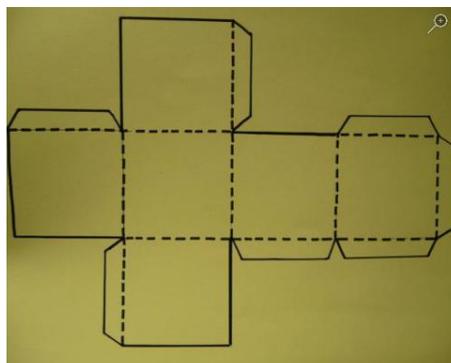


¿Qué necesitamos?

- Cartulinas de colores o cartón
- Tijeras
- Regla
- Pegamento o tira adhesiva

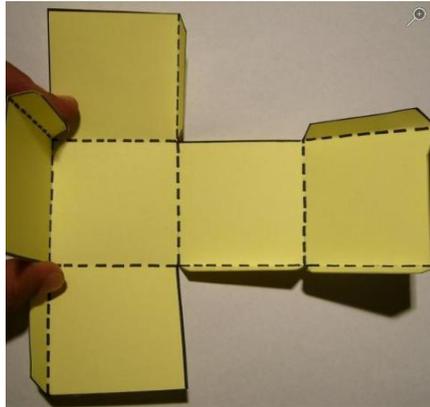
Recuerda que un dado es una figura geométrica que se llama CUBO y está compuesta por 6 caras iguales que tienen forma de cuadrado.

1. Copia el desarrollo del cubo en el cartón. Recuerda que los lados de los cuadrados miden lo mismo. Se pueden hacer cuadrados de cartón e ir

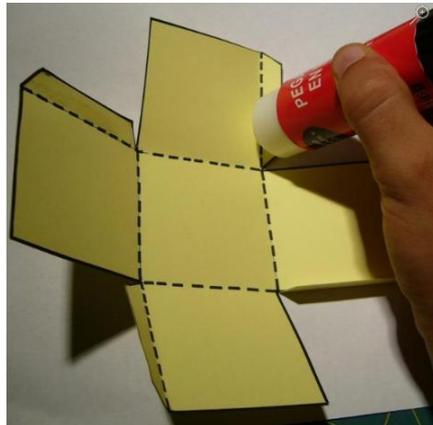


colocándolo uno al lado de otro para hacer el dibujo.

2. Recorta la figura por la línea continua. Aquí necesitarán un poco de ayuda
3. Dobra la cartulina por la línea de puntos



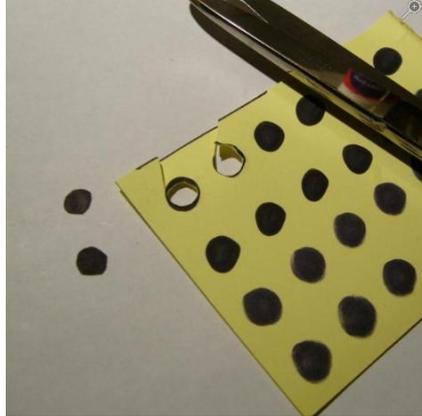
4. Pon pegamento en todas las pestañas del cubo



5. Tienes que ir dando forma al dado y terminas pegando todos los lados.



6. Recorta 21 circulitos de otro color de cartulina u otro material que se note al tacto.



7. Pega los círculos en el dado desde el 1 al 6. No se pueden repetir.



Ideas para jugar:

- Cada jugador tiene un dado, se tira por turnos y gana el que saque el número mayor.
- Llegar a 20: se va tirando por turnos y se anota el resultado. En la segunda ronda se suma al número anterior sacado. En la cuarta ronda algunos jugadores se pasarán de 20 pues tendrán que restar el número que saquen. Gana el primero que llegue a 20.
- Se puede acompañar de ejercicio físico: saltos si sacas número par y agacharse si sacas número impar.



Muévete con "ILU"



QUERIDOS AMIGUITOS DESDE EL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA DEL CRE OS QUEREMOS HACER LLEGAR ESTE JUEGO DE LA OCA CON MUCHOS RETOS DIVERTIDOS QUE OS HARÁN MOVEROS Y PASAR UN BUEN RATO EN FAMILIA. LO HEMOS LLAMADO MUÉVETE CON ILU EN HONOR A NUESTRA QUERIDA MASCOTA.

SOLO NECESITAMOS:

- UN DADO, PODEIS USAR ALGUNO EN RELIEVE COMO ESTOS O FABRICARLO CASERO, LA SEÑO ANA ALONSO OS VA A EXPLICAR CÓMO... o bien si tienes un móvil o un ordenador con internet puedes optar por la opción de tirar online <https://www.tirardado.com/>
- UN TABLERO, OS PODEIS IMPRIMIR ESTE, INVENTAROS UNO PROPIO O USAR UNO QUE TENGAIS POR CASA, YA SABEIS QUE SON MUY FACILES DE ADAPTAR... CON PEGATINAS EN RELIEVE O GOMETES.

Y MUCHAS GANAS DE DISFRUTAR!!!!





Muévete con "ILU"



1. YOGA. CADA VEZ QUE ALGÚN JUGADOR CAIGA EN ESTA CASILLA TODOS LOS JUGADORES DEBERAN CONSEGUIR UN RETO COMÚN: MANTENER UNA DE LAS SIGUIENTES POSTURAS DEYOGA DURANTE AL MENOS 10 SEGUNDOS. COMENZAMOS CON LA POSTURA DEL ARBOL



En internet podemos encontrar muchos videos en los que podemos escuchar los pasos a seguir para conseguir una correcta ejecución de los movimientos. Aquí os dejo un enlace para la primera de ellas:

<https://www.guiainfantil.com/articulos/deportes/postura-de-yoga-del-arbol-o-vrksasana-asanas-de-yoga-para-ninos/>



Muévete con "ILU"



2. DESAFIO DEPORTIVO. SI HAS CAIDO EN ESTA CASILLA DEBERÁS RETAR A OTRO JUGADOR A UNO DE LOS SIGUIENTES DESAFIOS:

- CENTRIFUGANDO! BUSCA UN LUGAR ESPACIOSO EN EL QUE PODAMOS HACER VARIAS VOLTERETAS SEGUIDAS SIN CHOCAR CON NADA, UN PASILLO ES IDEAL PERO SI NO TENEMOS, TAMBIEN NOS VALE EL SOFA O LA CAMA DE PAPA Y MAMA. EL DESAFIO CONSISTIRÁ EN COMPROBAR QUÉ MIEMBRO DE LA FAMILIA ES CAPAZ DE HACER MAS VOLTERETAS SEGUIDAS.

VARIANTES: SE PUEDE SUSTITUIR POR UNA CARRERA HACIENDO LA CROQUETA, A LA PATA COJA O EL CANGURO DE UN PUNTO A OTRO DEL SALÓN.



3. GUERRA DE COJINES.HACEMOS ACOPIO DE COJINES Y ALMOHADAS POR TODA LA CASA Y A LA SEÑAL TENDREMOS UN MINUTO PARA DESCARGAR TODA NUESTRA ADRENALINA. UTILIZAREMOS LA VOZ PARA ORIENTAR NUESTROS ATAQUES.

4. DE DADO A DADO Y TIRO PORQUE ME HA TOCADO: VE A LA CASILLA NÚMERO 7 Y VUELVE A TIRAR

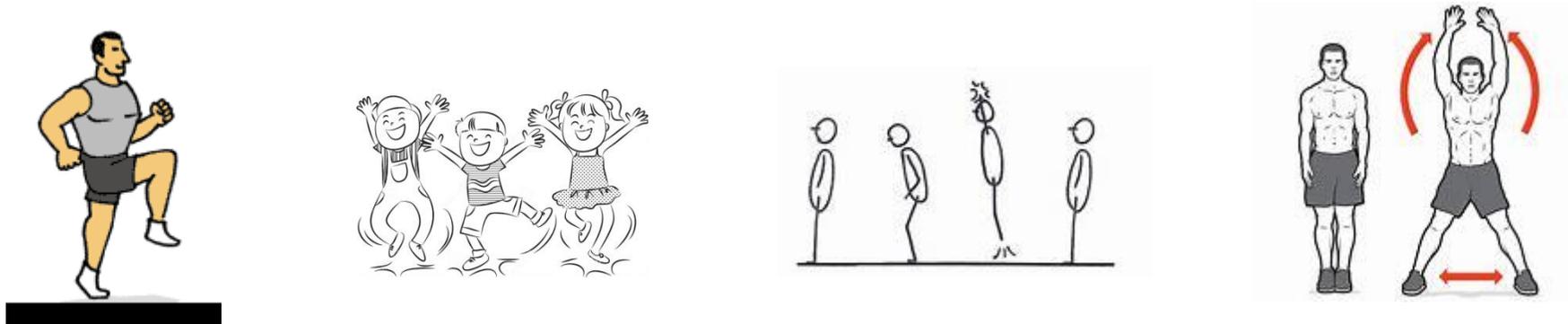


Muévete con "ILU"



5. DE OCA A OCA Y TIRO PORQUE ME TOCA. VE A LA CASILLA 9 Y VUELVE A TIRAR

6. SIGANME LOS BUENOS! EL JUGADOR QUE CAE EN ESTA CASILLA SE CONVIERTE EN EL ENTRENADOR DEL RESTO DE JUGADORES DURANTE DOS MINUTOS (O EL TIEMPO QUE DURE UNA CANCIÓN) LES DIRÁ EJERCICIOS QUE DEBERÁN HACER POR EJEMPLO: CORREMOS EN EL SITIO, SKIPPING (CORRER CON LAS RODILLAS ARRIBA), TOCAR SUELO Y SALTAR LO MAS ALTO POSIBLE, ABRIR Y CERRAR LAS PIERNAS DANDO SALTOS, 5 SENTADILLAS...



7. DE DADO A DADO Y TIRO PORQUE ME HA TOCADO

8. EL SUELO ES LAVA! AGUDIZAD EL INGENIO! TENDREIS QUE CONSEGUIR LLEGAR HASTA EL CUARTO DE BAÑO SIN TOCAR EL SUELO...

9. DE OCA A OCA Y TIRO PORQUE ME TOCA. VE A LA CASILLA 5 Y VUELVE A TIRAR



Muévete con "ILU"



10. A TOCAR EL TECHO. SIN UTILIZAR NINGÚN OBJETO TENÉIS QUE CONSEGUIR QUE EL JUGADOR QUE HA CAIDO EN ESTA CASILLA TOQUE EL TECHO. VARIANTES: HACEMOS ACROSPORT EN FAMILIA: BUSCAD EN INTERNET FIGURAS DE ACROSPORT DEL NUMERO DE JUGADORES QUE HAYA EN CASA, CADA VEZ QUE UN JUGADOR CAIGA AQUÍ TENDREIS QUE CONSEGUIR IMITAR UNA FIGURA DIFERENTE, SI CONSEGUIS AÑADIRLE MUSICA, UNA PRESENTACION Y UN FINAL... TODOS LOS JUGADORES RECIBIRÁN UNA RECOMPENSA : AVANZARÁN 3 CASILLAS!



11. REPORTEROS. CORRE A UNA VENTANA, BALCÓN, AZOTEA... BUSCA A UN VECINO Y PREGÚNTALE CUAL ES SU ACTIVIDAD FÍSICA FAVORITA DURANTE LA CUARENTENA... METETE EN EL PAPEL DE UN AUTÉNTICO REPORTERO (PUEDES DISFRAZARTE), ENTERATE MUY BIEN EN QUÉ CONSISTE Y AL VOLVER CUENTASELO AL RESTO E INTENTAD PONERLO EN PRÁCTICA. SI NO ENCONTRAMOS A NADIE TAMBIÉN VALE UNA ENTREVISTA VIRTUAL, LLAMA A UN AMIGO, LOS TITOS, LOS ABUELOS...



Muévete con "ILU"



12. DE DADO A DADO Y TIRO PORQUE ME HA TOCADO. VE A LA CASILLA 7 Y VUELVE A TIRAR

13. COREOGRAFIA FAMILIAR. VAMOS A BAILAR... SEGUIMOS UNA COREOGRAFIA SENCILLA POR EJEMPLO LA CANCIÓN DE DANZACUDURO PARA ROMPER EL HIELO, A PARTIR DE LA SEGUNDA VEZ QUE ALGUIEN CAIGA EN ESTA CASILLA SERÁ EL JUGADOR QUE ESTÉ MAS AVANZADO EN EL TABLERO QUIEN ELIJA LA MÚSICA Y EL JUGADOR QUE HAYA CAIDO SERA QUIEN DIRIJA AL RESTO VERBALIZANDO LOS MOVIMIENTOS A REALIZAR. EN WWW.ZUMBAKIDS.COM TENÉIS MUCHOS EJEMPLOS.



14. CARRERA DE HUEVO-CUCHARA RETA A UN JUGADOR A GANARLE EN UNA CARRERA LLEVANDO UN HUEVO SOBRE UNA CUCHARA Y SOSTENIENDOLO SOLO CON LA BOCA O CON LA MANO... ADEMÁS AL LLEGAR A LA META TENDREIS QUE COMPLETAR EL SIGUIENTE TRABALENGUAS:

"EL CIELO ESTÁ ENCAPOTADO QUIEN LO DESENCAPOTARÁ EL BUEN DESENCAPOTADOR QUE LO DESENCAPOTE BUEN DESENCAPOTADOR SERÁ"

GANARÁ EL DESAFIO EL PRIMER JUGADOR EN COMPLETAR EL RECORRIDO ON EL HUEVO Y DECIR CORRECTAMENTE EL TRABALENGUAS. EL PREMIO SERÁ AVANZAR HASTA LA CASILLA 19!

15. OH! HAS CAIDO EN EL POZO!



UN TURNO SIN JUGAR!



Muévete con "ILU"



16. JUGAMOS AL ESCONDITE. CON LOS OJOS VENDADOS EL JUGADOR QUE HA CAIDO EN ESTA CASILLA DEBE ENCONTRAR AL RESTO DE JUGADORES ESCONDIDOS POR LA CASA CON LA ÚNICA AYUDA DEL SONIDO DE LA VOZ.

PODEMOS JUGAR DE DIFERENTES FORMAS... EL QUE LA QUEDA DICE "MARCO" Y EL RESTO RESPONDEN POLO, O LOS QUE SE ESCONDEN EMITEN SONIDOS CON INSTRUMENTOS MUSICALES CASEROS ... (TAPADERAS DE OLLAS COMO PLATILLOS...BOTELLA DE ANIS... CUBIERTOS CHOCANDO ENTRE ELLOS...) O CON SONIDOS DE ANIMALES...

17. IMITACIONES! EL JUGADOR QUE CAIGA EN ESTA CASILLA DEBERA IMITAR AL PERSONAJE (FAMOSO O FAMILIAR) QUE ELIJA EL JUGADOR MAS RETRASADO EN EL TABLERO... PUEDE SER UN CANTANTE, HUMORISTA, DEPORTISTA... LA ACTUACIÓN LA PREPARARAN ENTRE LOS DOS Y EL RESTO DE JUGADORES TENDRÁN QUE ADIVINAR DE QUIEN SE TRATA. ESFORZAOS PORQUE SI CONSIGUIS QUE LO ADIVINEN CONSEGUIREIS LOS DOS UNA TIRADA EXTRA Y QUIEN LO ADIVINE GANA UNA TIRADA EXTRA TAMBIÉN.

18. HAS CAIDO EN LA MUERTE! LO SIENTO, VUELVE A LA CASILLA DE INICIO!

19. HACEMOS BURPEES! QUE ES ESO? ES UN EJERCICIO QUE EN ESPAÑOL LLAMAMOS EL SOLDADITO. AQUÍ OS DEJO UN ENLACE DE YOUTUBE DONDE UNA ATLETA NOS EXPLICA SU EJECUCIÓN, PARA SUPERAR EL RETO TENDRÉIS QUE HACER AL MENOS 5, MUCHO ÁNIMO!!!

<https://www.youtube.com/watch?v=Uy2nUNX38xE>





Muévete con "ILU"



20. ENHORABUENAAAAAAAAAAAAAAA!

HAS LLEGADO AL FINAL DEL JUEGO ¡ESPERAMOS QUE HAYAIS DISFRUTADO MUCHO Y SOBRE TODO OS HAYAIS REIDO MUCHO EN FAMILIA.





Muévete con "ILU"



A board game layout featuring a central purple starburst labeled "META". The board consists of 19 numbered circles arranged in a path. The numbers are: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 16, 17, 19. Various icons are placed around the board: two dice (top left), a duck (top right), a well (middle left), a skull and crossbones (middle right), two dice (bottom right), a duck (bottom right), and a rainbow (bottom right). A blue character with a basketball is positioned near the center.

SALIDA

¿Y si ponemos un poquito de música a todo esto que estamos viviendo?

Me refiero, a cantar una canción.

Os dejo la letra abajo, y la música en el audio. También tenéis otro audio con las notas para flauta, para quien le apetezca tocarla.

Letra:

Estos días son muy especiales

Al colegio no podemos ir,

Todos jugaremos en las casas

A los parques no puedes salir.

Dicen que hay un virus en la calle

Que a todos quiere asustar

Pero si te quedas en tu casa

Este virus no te pillará.

Resistiré frente al coronavirus

Y volveré a jugar con mis amigos, otra vez,

Todas las calles y los bares de gente se llenarán

Y al trabajo y al colegio todo el mundo volverá

Esistiré frente al coronavirus

Y volveré a jugar con mis amigos otra vez,

Y aunque en la tele las noticias hablen de calamidad

Resistiré, resistiré.....

Aunque no puedas salir de casa

Muchas cosas tú puedes hacer:

Las tareas de tus profesores

Ayudar en casa y recoger.

Escuchar la música en la radio

Y bailar moviendo bien los pies

Aprender a hacer una receta

Ver una película y leer.

Resistiré.....