

# CONFINAMIENTO

ACTIVIDADES



LORATZEN

## Contenido

INTRODUCCIÓN .....	3
Sesión 1 .....	4
Moviendo el esqueleto .....	4
Sesión 2 .....	5
Aprendiendo a cocinar .....	5
.....	6
Sesión 3 .....	7
Saquemos nuestra creatividad.....	7
Sesión 4 .....	8
Jugando a ser artistas.....	8
Sesión 5 .....	9
Hoy somos escritores .....	9
Sesión 6 .....	10
Paisaje de Emociones .....	10
Sesión 7 .....	11
Carrera de Bolas .....	11
Sesión 8 .....	12
Nosotros/as también apoyamos .....	12
Sesión 9 .....	13
Frio o caliente.....	13
Sesión 10 .....	14
Mi diario .....	14

## INTRODUCCIÓN

Hay que tener en cuenta que los pequeños de la casa no son como los adultos, tienen peculiaridades a nivel psicológico que los adultos debemos tener en cuenta para poder empatizar con ellos.

Los peques necesitan ir al parque, jugar con otros niños y correr libremente. Para que estén tranquilos y distraídos en casa debemos tener recursos a mano y plantearles varias actividades divertidas.

Podemos hacer que el juego sea la principal actividad de esa rutina diaria. Ayuda a seguir manteniendo la tranquilidad y disminuye su frustración porque no se generan expectativas o deseos que no se van a cumplir. Puede ser con o sin juguetes.

El niño aprende muchas cosas a través del juego. Es un pequeño laboratorio donde el niño descubre y adquiere conocimiento sobre el mundo, la sociedad, sobre cómo relacionarse. Aprende habilidades sociales, a resolver problemas, a ser ingenioso, a ser cada vez más autónomo, independiente y seguro.

Además, a través del ocio, del tiempo libre no estructurado, el niño tiene también la posibilidad de aburrirse. Y aburrirse es fundamental en el desarrollo del niño. Porque cuando uno se aburre, tiene la posibilidad de improvisar.

Ante el aburrimiento y la falta de estímulos, el niño se ve obligado a desarrollar su imaginación y creatividad, a explorar el entorno en busca de nuevos estímulos y juegos, a buscar a sus compañeros o amigos para nuevas aventuras.

## Sesión 1

Moviendo el esqueleto



Loratzen

# MOVIENDO EL ESQUELETO

**EDAD APROPIADA:** De 4 a 14 años

**TAMAÑO DEL GRUPO:** De 8 a 10 personas

**DURACIÓN:** 1 hora

### OBJETIVOS:

- Mantener el cuerpo y mente activos
- Ejercitar la musculatura
- Divertir a los peques de la casa

**MATERIALES:** Música con diferentes canciones

### DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:

1. Lo primero se empezara con 10 minutos de estiramientos, con música suave. Porque que sean niños no significa que puedan tener una lesión.
2. Una vez finalicemos lo estiramientos en todo el cuerpo pondremos música marchosa y comenzara la sesión de baile.
3. El integrador o integradora ira marcando los pasos. De tal manera que muevan todas las partes del cuerpo.

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

- ¿Les ha gustado la actividad?
- ¿Han ejercitado todo el cuerpo?

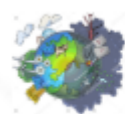
### VARIANTES E IMPREVISTOS:

Si alguna canción les resultase con demasiado ritmo, se pasaría a la siguiente.

### OBSERVACIONES:

## Sesión 2

Aprendiendo a cocinar



Loratzen

# APRENDIENDO A COCINAR

**EDAD APROPIADA:** Desde los 3 años hasta los 14 años

**TAMAÑO DEL GRUPO:** de 5 a 13 personas

**DURACIÓN:** 2 horas

### OBJETIVOS:

- Pasar un rato distraídos
- Aprender a cocinar
- Convivir entre todos

**MATERIALES:** Harina, mantequilla, levadura, pepitas de chocolate, azúcar, horno, cuchara.

### DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:

1. Realizar la receta \*

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

¿Les ha gustado cocinar?

### VARIANTES E IMPREVISTOS:

Si alguien no quisiera participar activamente podría solo observar mientras se realiza la receta

**OBSERVACIONES:**

## Galletas con pepitas

---

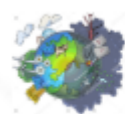
- 350 gr. de harina
  - 200 gr. de mantequilla
  - 200 gr. de azúcar (mejor a partes iguales azúcar moreno y azúcar blanquilla)
  - 150 gr. de algún relleno (pasas, nueces picadas, trocitos de chocolate negro o blanco...)
  - 2 huevos
  - 1 pizca de sal
  - Una cucharadita de levadura química en polvo
  - 1 cucharada de vainilla en polvo
- 

### ELABORACIÓN

- 1.** Precalienta el horno a 200º.
- 2.** En el bol bate la mantequilla con el azúcar hasta tener una crema, agrega la vainilla y los huevos, la sal y la levadura, mezclando bien.
- 3.** Luego añade el relleno elegido, en este caso perlas de chocolate (o chocolate picado a cuchillo pero que esté muy frío), mezcla bien e incorpora la harina, siempre mezclando muy bien. Tiene que quedar una masa compacta con aspecto de migas (como en la foto).
- 4.** Distribuye la preparación con la cuchara en una bandeja engrasada, dejando espacio entre ellas porque crecen bastante. Aplasta un poquito con las manos húmedas o con una cucharada para que queden regulares.
- 5.** Hornea de 10 a 15 min. o hasta que comiencen a dorarse. Retira y deja enfriar a temperatura ambiente. Hasta que no se enfrían del todo no se endurecen y cogen su textura.

## Sesión 3

Saquemos nuestra creatividad



Loratzen

# SAQUEMOS NUESTRA CREATIVIDAD

**EDAD APROPIADA:** Desde los 3 años hasta los 14 años

**TAMAÑO DEL GRUPO:** de 5 a 13 personas

**DURACIÓN:** 1 hora y media

### OBJETIVOS:

- Desarrollar psicomotricidad fina
- Desarrollar la creatividad

**MATERIALES:** Rollos de papel del váter, cola blanca, acuarelas, pinceles, papel de periódico, cartulinas, tela.

### DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:

1. Primero haremos nosotras un modelo para que después ellos y ellas lo copien.
2. Con un lápiz nos podemos ayudar para hacer un previo del diseño y marcamos donde irán los ojos, el pelo... Es mejor empezar colocando el pelo y la ropa, que será lo que más ocupe y luego pasar a los detalles.
3. Para cortar las cartulinas, al medir, debemos tener en cuenta que el rollo es redondo, por lo que deberemos ser cuidadosos al medir y no olvidarnos de hacer algún corte de forma vertical para quede mejor a la hora de pegarlo, que no nos queden arrugas.
4. Cuando lo peguemos, el corte deberemos colocarlo en la parte de atrás, para que no se vea.
5. ¡ahora decorar! Podemos pegar mas cartulinas encima, pegar abalorios, ojos de pegatina, la-

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

¿Les ha gustado la actividad?

¿Se divertido?

¿Les ha resultado complicado hacer la manualidad?

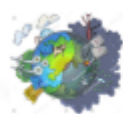
### VARIANTES E IMPREVISTOS:

Si a alguien le resultase difícil hacer ese muñeco podría realizar otra manualidad sacando su creatividad

### OBSERVACIONES:

## Sesión 4

Jugando a ser artistas



Loratzen

# JUGANDO A SER ARTISTAS

**EDAD APROPIADA:** Desde los 3 años hasta los 14 años

**TAMAÑO DEL GRUPO:** de 5 a 13 personas

**DURACIÓN:** 2 horas

### OBJETIVOS:

- Sacar la imaginación de cada menor
- Contar una historia en base al disfraz que se han puesto

**MATERIALES:** un disfraz para cada uno/a

### DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:

1. Cada menor deberá escoger uno de los disfraces y ponérselo.
2. Se le dará 20 minutos para preparar una historia imaginaria relacionada con el disfraz que ha escogido.
3. Después la contara a los demás, y así hasta que todos y todas hayan contado una historia.

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

¿Les ha gustado la actividad?

¿Les ha resultado difícil inventar una historia?

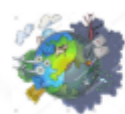
### VARIANTES E IMPREVISTOS:

Si alguien no se quiere disfrazar podrá contar la historia o al revés, que solo se disfrace y solo diga que personaje es

### OBSERVACIONES:

## Sesión 5

Hoy somos escritores



Loratzen

# HOY SOMOS ESCRITORES

**EDAD APROPIADA:** crear un cuento del virus entre todos

**TAMAÑO DEL GRUPO:** de 5 a 14 personas

**DURACIÓN:** 2 horas

### OBJETIVOS:

- Sacar la imaginación
- Escuchar las ideas de los demás
- Concienciar de la importancia del virus

**MATERIALES:** papel, boli, pinturillas, rotuladores, acuarelas.

### DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:

1. El integrador/a comenzara el cuento, que tratara sobre el coronavirus
2. Después explicara a todos/as que deben seguir y acabar el cuento sacando su imaginación.
3. Tendrán una hora para escribirlo, colorearlo o como quieran crearlo.
4. La siguiente hora de uno en uno contarán el cuento a los demás.

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

¿les ha resultado entretenido?

¿les ha resultado difícil seguir la historia del cuento?

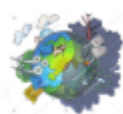
### VARIANTES E IMPREVISTOS:

Si alguien le resulta complicado escribir o dibujar un cuento, podrá interpretarlo.

**OBSERVACIONES:**

## Sesión 6

### Paisaje de Emociones



Loratzen

# PAISAJE DE EMOCIONES

**EDAD APROPIADA:** de 6 años a 14 años

**TAMAÑO DEL GRUPO:** de 2 a 15 personas

**DURACIÓN:** 1 hora

#### OBJETIVOS:

- Despertar su imaginación
- Reconocer las emociones que sienten los demás
- Identificar y expresar su propia emoción

**MATERIALES:** no se requiere de ningún material

#### DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:

- De uno en uno eligen una emoción y interpretan a los demás la emoción con mímica.
- La persona que más emociones adivine ganara un premio que en este caso será una chuche más que el resto solo por haber participado.

#### CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

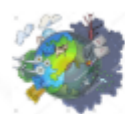
¿Les ha resultado difícil hacer la mímica?

¿han empatizado con sus compañeros/as?

#### VARIANTES E IMPREVISTOS:

Si a todos/as les resulta difícil imitar por mímica la emoción la podrán expresar y explicar, ya que el objetivo principal es que identifiquen la emoción que sienten.

**OBSERVACIONES:**



## CARRERA DE BOLAS

**EDAD APROPIADA:** Desde los 3 años hasta los 14 años

**TAMAÑO DEL GRUPO:** de 5 a 13 personas

**DURACIÓN:** 1 Hora

**OBJETIVOS:**

- Saber perder
- Tener concentración

**MATERIALES:** Cinta de carroceros, una pajita para cada participante y una bolita de papel.

**DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:**

1. Pegamos la cinta adhesiva en el suelo haciendo un circuito.
2. Una vez echa sortearemos quien empieza.
3. Deberán acabar sin salirse de la cinta y moverán la bolita de papel soplando con la pajita.



**CRITERIOS DE EVALUACIÓN:**

- ¿Se han divertido?
- ¿Les ha resultado complicado?

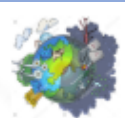
**VARIANTES E IMPREVISTOS:**

Si les resulta difícil soplar con la pajita, lo harán con los dedos como si fuera una chapa.

**OBSERVACIONES:**

## Sesión 8

Nosotros/as también apoyamos



Loratzen

# NOSOTRO/AS TAMBIÉN APOYAMOS

**EDAD APROPIADA:** Desde los 3 años hasta los 14 años

**TAMAÑO DEL GRUPO:** de 5 a 13 personas

**DURACIÓN:** 2 horas

### OBJETIVOS:

- Agradecer a todos los trabajadores/as en estos momentos
- Empatizar con los trabajadores/as

**MATERIALES:** Papel de mural, acuarelas, pinturas madley, rotuladores, pinturillas.

### DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:

1. Primero les explicaremos a los/as menores que este mural es para agradecer a todos esos trabajadores/as que estos días no pueden quedarse en casa (médicos, enfermeras, cajeros, camioneros, etc.)
2. Después entre todos/as dibujaran el mural, cada menor dibujara lo que quiera en forma de agradecimiento.

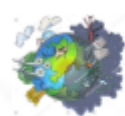
### CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

- ¿Les a gustado realizar este mural?
- ¿Han entendido para quien va dirigido?

### VARIANTES E IMPREVISTOS:

Si no tuviéramos papel de mural pegaríamos folios por detrás hasta conseguir un mural grande

**OBSERVACIONES:**



## FRIO O CALIENTE

**EDAD APROPIADA:** Desde los 3 años hasta los 14 años

**TAMAÑO DEL GRUPO:** de 2 a 13 personas

**DURACIÓN:** 1 Hora

**OBJETIVOS:**

- Jugar entre todos/as
- Desarrollar la imaginación

**MATERIALES:** una pelota pequeña

**DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:**

1. Primero les explicamos en que consiste el juego.
2. Deben esconder la pelota en algún lugar de la casa y después elegir a alguien para que la busque.
3. Una vez escondida la pelota y elegida la persona que la ha de buscar.
4. Quien la ha escondido ira diciendo frio si esta muy lejos de la pelota o caliente si esta cerca.

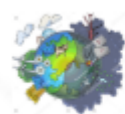
**CRITERIOS DE EVALUACIÓN:**

- ¿Les ha gustado el juego?
- ¿Habían jugado alguna vez a este juego?

**VARIANTES E IMPREVISTOS:**

Si no tenemos pelota pequeña vale cualquier objeto pequeño

**OBSERVACIONES:**



# MI DIARIO

**EDAD APROPIADA:** Desde los 6 años hasta los 14 años

**TAMAÑO DEL GRUPO:** de 2 a 13 personas

**DURACIÓN:** 30 minutos diarios

**OBJETIVOS:**

- Expresar y plasmar como se sienten

**MATERIALES:** un cuaderno y boli para cada uno/a

**DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:**

1. Redactaran un diario explicando que hacen y como se sienten los días que están en casa sin ir a La escuela o ver a sus amigos.
2. escribirán todos los días media hora.
3. Lo harán en la hora que quieran durante el día y de manera individual

**CRITERIOS DE EVALUACIÓN:**

¿Les gusta la idea de realizar un diario?

¿Les resulta complicado explicar lo que hacen y lo que sienten día a día?

**VARIANTES E IMPREVISTOS:**

Si alguien no le gustase nada escribir podría aparte de escribir realizar dibujos en las hojas o un collage

**OBSERVACIONES:**

