



Calvià a 16 de març de 2020

Benvolgudes famílies:

Durant aquestes setmanes d'alarma pel COVID-19, que no només ens impedeix de manera forçada i preventiva assistir a escola, sino que ens confina a romandre dins els nostres domicilis, es fa necessari prendre consciència de que "NO són vacances" i que la Educació Física i la Psicomotricitat, més que mai, agafa una VITAL importància com a matèria per la seva component sobre la salut i els hàbits saludables primer, el coneixement del cos i la seva protecció després, i per arrodonir, els jocs i els espais lúdics com a mesura d'esbarjo mentre es mantenen actives les capacitats perceptives.

Es per això que hem creat aquesta eina de control perquè desde casa, s'avalui la varietat de coses que han dut a terme el vostres fills durant aquest temps i que s'entreguin, rebent el mestre la valoració, durant la primera setmana de la represa de les classes.

Mecanisme de funcionament:

- 1 – Apareix un activitat avaluable a la segona columna
- 2 - A la tercera columna marcam amb un palet cada vegada que desenvolupa l'activitat.
- 3 – Si escau se marquen observacions o anotacions d'aclariments a la quarta columna.

"Avaluació: Marcar amb un palet "I" cada vegada que es fa l'activitat." Taula Exemple

Nº	Activitat	Pics que ho fa	Observacions, comentaris si escau	<- Explicació
4	Jugar amb pepes o joguetes petites		Juga amb cotxets perquè li agrada més	<- 4 pals vol dir que ha jugat en 4 moments diferents
6	Fer cabanyes amb mobiliari coixins, mantes i pelutxos.		Varem fer una cabanya perquè erem princeses amagades	<- 1 pal vol dir que només ha jugat una vegada

Aquest full és únic per tot el procés! No s'ha d'emprar un cada dia ni un cada setmana, s'ompleix una única vegada acumulant cada pic en el mateix document. És important que continuem el procés d'ensenyança-aprenentatge des de casa i que en la mesura del possible les famílies ajudin als mestres, al mestre d'educació física en aquest cas, a transmetre si els vostres fills están complint amb les seves obligacions. Per això demanam ajuda i implicació a casa per poder dur aquesta tasca de manera rigurosa i coordinada.

Aquest document amb el nom i llinatge del vostre fill com a assumpte, es pot **presentar imprès (arxiu .pdf)** de manera presencial a la tutora del grup, al mestre de psicomotricitat o a a.mota@ceipsesquarterades.com **(arxiu .doc) de manera electrònica** durant la primera setmana de la reincorporació escolar (també es poden consultar dubtes a qualsevol hora, però seran ateses en horari lectiu). Serà molt útil a l'hora d'avaluar al tercer trimestre, mentre més hi dediquem, millor. Aquest virus el guanyam entre tots *#yomequedoencasa!*

Cuideu-vos, atentament, el departament d'Ed. Física.

Alberto Mota
Mestre de Psicomotricitat, CEIP Ses Quarterades



Calvià a 16 de març de 2020

Full de Seguiment de tasques de Psicomotricitat:

Nom de l'alumne/a:		Curs:	Psico Periode d'alarma, curs 2019/20	
Rutines diàries saludables			Document per 3, 4 i 5 anys	
Nº	Activitat	Pics	Anotacions/observacions si cal	
1	Fer 5 menjars variats diaris. Esmorzar, berenar, dinar, berenar, sopar.			
2	Rentar-se les dents entre 2 i 3 vegades diàries (quan m'aixec, després de dinar i abans d'anar-me a dormir, per exemple).			
3	Beure entre 4-6 tassons d'aigua al dia.			
4	Rentar-se les mans i la cara freqüentment; abans i després de dinar, abans i després de jugar.			
5	Dutxa o bany una vegada diària.			
6	Vestir-se tot sol i posar-se les sabates tot sol o amb poca ajuda			
7	Anar-me a dormir prest i no aixecar-me massa tard, fer una becada després de dinar.			
8	Saludar amb es colze.			
Tasques domèstiques:				
Nº	Activitat	Pics	Anotacions/observacions si cal	
1	Fer el nostre llit /ajudar a fer el nostre llit.			
2	Col·locar la nostra roba en el seu puesto i la roba bruta dur-la a la bugaderia.			
3	Mantenir ordenada i neta la nostra habitació.			
4	Ajudar a les tasques domèstiques quan me necessitin.			
5	Ajudar a col·locar la compra que es dugui a casa.			
Tasques lúdiques				
Nº	Activitat	Pics	Anotacions/observacions si cal	
1	Jocs de construcció: puzzle, lego, etc..			
2	Jugar amb pedres, pals, amagar coses i després trovar-les amb 'calent/fred'.			
3	Jugar amb plastilina o qualche joc de taula per la seva edat.			
4	Jocs amb pepes, cuinetes, hospitals, ninots o joguets petites.			
5	Veure fotos antigues dels papas i xerrar d'elles.			
6	Fer cabanyes amb coixins, mantes i pelutxos.			
7	Contar històries i després representar-les, escoltar històries dels papis quan eren petits, veure fotos antigues dels papas i xerrar d'elles.			



Calvià a 16 de març de 2020

8	Fer jocs d'endevinalles corporals: Quin animal estic fent? Quina professió faig? Quina pel·lícula estic actuant? Mímica d'objectes, karaokes...		
9	Fer dibuixos de jo mateix fent esports.		
10	Jocs de llançament i punteria a qualche pelutx o paperera com a diana amb qualche pilota tova sense fer malbé el mobiliari* <i>*idees efectuaibles segons les condicions de cada casa</i>		
11	Fer rebotar una pilota a una pared i agafar-la.* <i>*idees efectuaibles segons les condicions de cada casa</i>		
12	Pintar en es pati o terrassa, pintar ratxes, botar-les o seguir-les, jugar amb cordes, teles...* <i>*idees efectuaibles segons les condicions de cada casa</i>		
13	Fer equilibris amb diferents parts del cos: iogurs buids al cap, Pals amb es peu o sa mà, que no caigui un globus a terra,...		
14	Jugar a estonetes a jocs virtuals, intentar reduir el temps que no superi les 2h al dia.		
15	Altres....		
Tasques que NO s'han de fer ☹			
Nº	Activitat	Pics	Comentaris si cal.
1	Desatendre activitats de l' apartat de les rutines diàries		
2	Desatendre activitats de les tasques domèstiques		
3	Superar les 3h diàries amb jocs de pantalla		
4	Sortir en es carrer		
5	Botar en es llit o sofà.		
6	Dir paraules lletges, pegar, desobeir,...		
7	Quantes vegades m'han castigat? Per què?		
8	Altres...		

Altres observacions rellevants a destacar

Data i signatura del papà, la mamà o el tutor legal:

Alberto Mota
Mestre de Psicomotricitat, CEIP Ses Quarterades