



DOSSIER ACTIVITATS NADAL 2020

ÍNDEX

Hem elaborat aquest dossier amb activitats perquè durant els dies que celebrem les festes de Nadal, disposem d'alternatives per a fer a les estones lliures.

En ell hi trobem:

SOPA DE LLETRES I/II

VISITES VIRTUALS I/ II

EXERCICI FÍSIC I/II

ESCRITURA i CàLCUL I/II

MANUALITATS I/ II

SOPA DE LLETRES I

EMOCIONS

Troben mots que descriguin emocions

Y	J	G	H	K	A	L	.	L	E	G	R	I	A
B	P	L	E	N	I	T	U	T	M	W	E	O	A
O	Z	G	H	O	B	E	U	F	Ò	R	I	A	M
X	I	S	K	Y	O	C	S	P	D	Z	U	V	R
R	I	F	Q	G	K	Z	A	N	G	O	I	X	A
B	S	S	A	T	I	S	F	A	C	C	I	Ó	B
B	K	W	E	N	T	U	S	I	A	S	M	E	G
K	R	E	L	A	X	Q	C	A	P	A	T	I	A
T	M	V	E	D	Y	J	L	P	P	O	R	P	U
P	V	J	O	W	N	N	T	A	L	U	P	M	W
N	C	A	O	W	U	K	H	S	V	K	J	U	R
D	T	R	I	S	T	E	S	A	Q	C	W	M	A
Y	Y	C	A	L	M	A	P	R	À	B	I	A	W
V	J	M	Z	Q	C	G	A	X	T	Z	G	U	S

www.educima.com

- | | |
|-------------|----------|
| AL·LEGRIA | ANGOIXA |
| APATIA | CALMA |
| ENTUSIASME | EUFÒRIA |
| PLENITUT | POR |
| RELAX | RÀBIA |
| SATISFACCIÓ | TRISTESA |

SOPA DE LLETRES II

MEMÒRIA

Trobem mots relacionats amb el fet de recordar

A	N	I	V	E	R	S	A	R	I	U	H	U	E
B	T	R	C	T	Z	V	A	C	Z	O	O	D	A
N	E	X	L	O	E	R	N	O	Y	S	V	M	Z
X	T	C	H	D	A	T	A	R	E	C	O	R	D
L	B	A	A	I	E	V	C	T	Q	W	K	A	R
A	S	V	G	H	W	X	Z	N	O	T	A	M	D
Z	H	W	R	U	C	A	L	E	N	D	A	R	I
F	O	T	O	G	R	A	F	I	A	D	W	S	N
D	I	A	R	I	E	Q	C	H	R	U	M	F	V
J	K	O	I	X	D	I	B	U	I	X	P	B	D
M	K	P	E	W	M	X	S	Q	X	T	A	C	W
K	L	O	Q	J	K	E	S	N	C	I	T	A	D
R	E	T	O	L	A	D	O	R	I	F	P	G	A
I	L	Y	J	E	O	K	G	D	H	G	Z	M	I

www.educima.com

- | | |
|------------|-----------|
| ANIVERSARI | CALENDARI |
| CITA | DATA |
| DIARI | DIBUIX |
| FOTOGRAFIA | NOTA |
| RECORD | RETOLADOR |

VISITES VIRTUALS I

A la Biblioteca Virtual, trobem un gran ventall d'oferta per fer turisme des de casa.

Obrint el següent enllaç hi podrem visitar paratges naturals i ciutats d'arreu del món:



<https://bibliotecavirtual.diba.cat/turisme/des-de-casa>

Descobrim indrets sense fer la maleta.

VISITES VIRTUALS II

Una galeria virtual que pretén recuperar i fer visible la

Galeria virtual de dones

Us presentem #DonesMuseuslocals, una galeria virtual que pretén recuperar i fer visible la memòria silenciada i el paper de les dones en diferents àmbits i èpoques històriques a

Mostrar més

71 fotos · 1,821 vistas



Por: Patrimoni Cultural Diputació de Barcelona

PRO

memòria silenciada i el paper de les dones en diferents àmbits i èpoques històriques a partir d'objectes i altres testimonis materials i immaterials conservats als museus de la Xarxa de Museus Locals.

<https://www.flickr.com/photos/patcdiba/albums/72157676871083327>



EXERCICI FÍSIC I

Sessió de 30 minuts : Tonificació

Abans de començar:

- *Ens hidratem i alimentem suficientment.
- *Ens vestim de forma adequada.
- *Preparem l'espai per a realitzar exercici amb una cadira i al terra o sobre el llit.



Obrint l'enllaç:

<https://beteve.cat/bcn-es-mou-dins-de-casa/sessio-42/>

IMPORTANT!

Si sentim alguna molèstia, aturem l'activitat i ens posem en contacte amb la persona metgessa o fisioterapeuta que ens pugui orientar.

EXERCICI FÍSIC II

Sessió de 30 minuts : Exercici amb jocs en parella i música.

Abans de començar:

- *Ens hidratem i alimentem suficientment.
- *Ens vestim de forma adequada.
- *Preparem l'espai per a realitzar exercici amb una cadira i al terra o sobre el llit.



Obrint l'enllaç:

<https://beteve.cat/bcn-es-mou-dins-de-casa/sessio-40/>

IMPORTANT!

Si sentim alguna molèstia, aturem l'activitat i ens posem en contacte amb la persona metgessa o fisioterapeuta que ens pugui orientar.

ESCRITURA i CàLCUL I

1. Llegim en veu alta i subratllem les lletres z:

<p>La asociación es uno de los mecanismos más potentes que utiliza la memoria. Asociar es relacionar o unir algo que queremos recordar con lo que ya conocemos. Unos sencillos ejemplos nos ayudarán a entenderlo. Tenemos un círculo amarillo, un triángulo verde y una estrella azul; queremos recordar las tres figuras con su color. Este recuerdo será muy fácil si relacionamos el círculo amarillo con el sol amarillo, la estrella azul con el cielo azul, y el triángulo verde con un abeto verde. Otro ejemplo: si sale un señor en la televisión que se llama Antonio, lo recordaré si asocio su cara con la de otra persona que se llama también Antonio y que yo conozco. Al asociar se relacionan todo tipo de elementos: hechos, números, formas, imágenes, palabras, etc. Las asociaciones son personales, todas valen. Cuantas más asociaciones realicemos sobre algo, mejor lo vamos a recordar.</p>	<p>1</p>
TOTAL	

2. Sumem les z que hi ha a cada línia i apuntem a la columna de la dreta sumant el total.


3. Escrivim la part que més ens ha interessat. Podem copiar el fragment.

4. Quants cops apareix la paraula "amarillo"?

ESCRITURA I CÀLCUL II

1. Escrivim el nom de 8 objectes que puguin estar fets de pell, per exemple (cinturó)

2. Escrivim 6 paraules que continguin RR (carro)


 Debajo de ☆ ponga 1 y debajo de ● ponga 2.
 Sume el total:.....

☆	🔔	🕒	🔔	●	☆	🕒	🔔	●	🕒	🔔	☆	🕒
1												
🔔	🕒	☆	●	🕒	🔔	🔔	☆	●	🕒	☆	●	🔔
🕒	☆	🕒	☆	●	🕒	🕒	●	🕒	☆	🔔	☆	●
🕒	🔔	●	🔔	🕒	●	●	☆	●	☆	●	☆	🕒
🕒	☆	●	☆	🔔	☆	🕒	●	●	☆	☆	☆	🕒
🔔	●	🔔	☆	🔔	☆	🕒	🔔	🕒	☆	🕒	🔔	☆

Ninot de neu:

Necessitarem:

Un mitjó

Arròs

Agulles

Retalls de roba



Obrint el següent enllaç veurem com fer-lo:

<https://www.youtube.com/watch?v=R8guCcaGjzA>

Per aturar la imatge, pitgem sobre el vídeo i tornem a fer-ho per activar de nou.

Aquesta és una manualitat per decorar o regalar a l'hivern.

Endavant!

Espelma ecològica:

Aquesta espelma la podrem fer amb material reciclat i que tenim habitualment a casa.

Per decorar la taula o il·luminar un racó de casa.

Vigilem amb el foc, això sí!



Per descobrir com fer-la obrim l'enllaç:

<https://www.youtube.com/watch?v=4EDACFL6XBI>

Si necessitem aturar el vídeo, pitgem sobre la imatge.

Bona Revetlla de Cap d'Any!