

## RECOMENDACIONES PARA LOS DÍAS DE CUARENTENA 5º Y 6º DE PRIMARIA

A continuación, os presentamos una serie de recomendaciones generales a llevar a cabo en estos días de cuarentena. Se trata de orientar una planificación que ayudará a pasar el tiempo lo mejor posible, así como a mantener un ritmo de estudio y trabajo diario. Después de todo seguís siendo estudiantes.

**1. Organizar un horario y establecer unas rutinas** es fundamental. A continuación, un ejemplo, pero en muchas ocasiones resulta muy positivo que lo decidáis consensuado entre los diferentes miembros de la familia.

### EJEMPLO DE ORGANIZACIÓN DE UN DÍA.

HORARIO	LUNES-MARTES-MIÉRCOLES-JUEVES-VIERNES
9H	Desayuno, higiene.
10H	Tareas escolares.
12H	Juego y deporte.
13H	Comida.
15H	Tareas escolares.
17H	Merienda.
18H	Juego libre.
19H	Duchas.
20H	Cena.
21H	¡A la cama!

**2. Lectura.** ¡Muy importante! Hay que leer al menos media hora todos los días. Libros que os inspiren y os gusten, así como revistas, pasatiempos, cómics... En voz alta (para leer a alguien), lectura silenciosa, lectura compartida... ¡La lectura es la herramienta imprescindible del estudiante!

Pronto enviaremos recomendaciones para continuar leyendo desde casa "LA PEQUEÑA PAULA".



Como dijo Miguel de Cervantes,

*"EL QUE LEE MUCHO Y ANDA  
MUCHO, VE MUCHO Y SABE MUCHO"*

**3. Escritura.** Inventa una historia o escribe un diario de lo que hagas durante el día. Así mejorarás tu expresión escrita y seguro que te gustará leerlo cuando pase un poco de tiempo. Escribir es una buena terapia. Ten cuidado cuando escribas con el teléfono móvil, ordenador o cualquier otro dispositivo, debes hacerlo correctamente. No utilices abreviaturas, utiliza la ortografía adecuada porque cuando seas mayor lo agradecerás.

**4. Matemáticas.** Realiza actividades de repaso de todo lo aprendido: operaciones básicas y combinadas con distintos tipos de números (naturales, fraccionarios, decimales), resolución de problemas. Las matemáticas se aprenden practicando, no pierdas el ritmo.

**5. Inglés.** En casa, hay que procurar seguir estando en contacto con el inglés: escuchando canciones en inglés prestando atención a lo que se dice, viendo películas en versión original. A continuación, apuntamos dos links de internet con actividades variadas. Echadles un vistazo.

- <https://learnenglishkids.britishcouncil.org/>
- <http://www.angles365.com/classroom/class5.htm>

**6. Educación Física.** Ejercita tu cuerpo en función de las posibilidades: practica todo el deporte que puedas, sal al patio, al campo en zonas poco concurridas. Come saludable, descansa adecuadamente y serás un verdadero superhéroe o superheroína.

### **7. Tiempo de ocio:**

- Disfruta de películas con diálogos emotivos, no olvides que será más productivo si las ves en inglés o en francés. Intenta analizar el sentido de la película realizando un resumen, hablando de los personajes, dando tu opinión sobre ella. Puede dar lugar a entablar un pequeño debate con tu familia.
- Las actividades manipulativas te mantendrán entretenido/a ya que te pueden ocupar largos periodos de tiempo: haz manualidades con material reciclado o con material que tengas en casa. También podemos hacernos expertos haciendo papiroflexia, o incluso hacer pulseras, collares, etc.
- Colabora en las tareas domésticas, puesto que todos tenemos ahora la misma responsabilidad: cuidar unos de otros. Es una buena oportunidad para que aproveches y hagas aquel pastel tan rico o ayudes a preparar cenas y comidas.
- También puede venir bien reorganizar aquellos juguetes olvidados u ordenar tu habitación, hacer limpieza general, etc.
- Escucha música a diario, incluso puedes descargar la letra en inglés o en francés y sacar partido a este tipo de actividades. También puedes organizar una coreografía, será muy divertido que nos la enseñes a la vuelta. Como dijo **Friedrich Nietzsche**: *“Sin música la vida sería un error”*.
- Reúne juegos familiares: ¡juegos de toda la vida! Para jugar en familia: cartas, bingo, oca, ajedrez, parchís, entre otros. Puede ser todo un reto hacer un puzle entre todos.

Y, en general, sé agradecido, no digas palabrotas, no pierdas los nervios y utiliza expresiones gentiles: BUENOS DÍAS, GRACIAS, PERDONA, POR FAVOR. Seamos buenas personas. Todos juntos hacemos muy buen equipo.

Durante estos días, iremos enviando diversas actividades e ideas para repasar y mantenernos activos. Para ello hemos creado un blog que será nuestro medio de comunicación, así como la plataforma Papás 2.0. Conciénciate y sonríe. Todo saldrá bien.