

Ideas para hacer na casa mentres dure a corentena

Volume 3



#EuQuedoNaCasa

FADEMGA
 Plena
inclusión
Galicia


Special Olympics
Galicia

ÍNDICE

Manualidades, xogo, ocio..... Páxina 3

Deporte.... Páxina 4

Lectura... Páxina 5

Gastronomía e formación.... Páxina 6

Cine e teatro.... Páxina 7

Música... Páxina 8

Museos... Páxina 8



MANUALIDADES, XOGOS, OCIO....

- **Comecocos activo**

Unha manualidade para facer exercicio todos os días. Imprime o comecocos e xoga para ver qué actividade toca facer. Descarga o PDF co xogo e as instrucións.

[Descárgao aquí.](#)

- **Páxina para crear contos interactivos**

Outra forma de disfrutar os cuentos y ser tí mesmo o protagonista! Dalle vida á túa historia!

[Accede aquí](#)

- **Acertijos e adiviñas**

Que che parece se exercitamos a mente un intre con adiviñas para pensar? Pon a proba o teu sentido común con ocurentes acertijos de lóxica con resposta. É francamente xenial adestrar a mente dos máis pequenos para resolver adiviñas graciosas.

[Accede aquí](#)

- **Misión: quedar na casa**

“Misión: Quedar na casa” é un conto coloreable para que os nenos entendan a importancia de non saír á rúa durante estes días. É tamén unha pequena axuda para pais, nais, titores e titoras para conseguilo.

[Descárgaos aquí](#)

- **Xogos en liña**

Xogos para aprender ao tempo que nos divertimos; para nenos de primaria.

[Accede aquí](#)

- **Taller de collares e pulseiras**

[Accede aquí](#)

- **50 xogos económicos e divertidos para facer na casa**

[Accede aquí](#)



DEPORTE

- **Special Olympics Aragón**

Cada día ás 18:30 horas poderás ver un adestramento en directo nesta canle de Youtube: <https://www.youtube.com/channel/UCWge3Qlh1MRnzhCXkwKCUGQ>

Cada día faise unha temática distinta:

Luns: Adestramento funcional

Martes: Elasticidade- Coordinación motriz

Mércores: Tonificación

Xoves : Ponte en Marcha Bailando

Venres: Tonificación.

Sábado: Baile latino

Comentarvos que naquelas sesións que é necesario, ofrecen varios niveis de intensidade para que todos os deportistas o podan realizar.

Estes adestramentos tamén se difunden por whatsapp. Se estades interesados, o número é 607720104.

- **Educación física na casa**

Manter a actividade física é fundamental durante este tempo de confinamiento. Rubén Medina Piera, profesor de educación física dun Centro de Educación Especial, propon exercicios para el alumnado en casa.

[Accede aquí](#)

- **Iniciación ao Yoga para os máis pequenos**

[Podes acceder aquí](#)



LECTURA

- **Contos populares con audio e animacións en Powerpoint**

A web de ARASAAC conta cunha gran cantidade de recursos elaborados con Sistemas Aumentativos e Alternativos de Comunicación. Entre eles, hoxe compartimos esta colección de contos en Powerpoint elaborados por Setefilla Lopez e Araceli Vázquez Maestre. Unha forma de entreternos durante estes días na casa.

[Podedes descargar os contos aquí](#)

- **Contos con valores**

Para os máis pequenos, aprender valores importantes a través de contos é a forma máis sinxela e divertida, xa que estarán aos assimilar mentres se deixan levar por fascinantes historias. Por iso, Mundo Primaria propón esta serie de contos con valores para que os máis pequenos interioricen os seus ensinamentos e lévenas ao seu día a día. Podes atopar miles de contos na nosa biblioteca, e están todos adaptados e revisados para os máis pequenos da casa.

[Accede aquí](#)

- **Biblioteca Dixital Mundial**

Reúne mapas, textos, fotos, e películas de todos os tempos e explica en 7 idiomas as reliquias culturais de tódalas partes do planeta

[Accede aquí](#)

- **Lecturas para os máis pequenos**

Para os nenos e nenas que están na casa, Jordi Sierra i Fabra colgará na súa web un conto de lectura gratuita cada día

[Podes acceder aquí](#)

- **Lecturas gratuitas en Amazon**

[Pode acceder aquí](#)



GASTRONOMÍA

- **"Bizcocho de calabaza"**

Pasar tempo na cociña elaborando algún postre é outra boa maneira de pasar o tempo.

Aquí achegamos, adaptada con pictogramas, a receta dun bo biscoito de cabaza.

[Descárgao aquí.](#)

- **Bolitas de chocolate**

[Accede aquí](#)

Cociña adaptada aos máis pequenos

[Accede aquí](#)



FORMACIÓN

- **Logopedia na casa**

Ana Morató Soldevila e Rosa Marí Baquero, logopedas dun Centro de Educación Especial, propoñen exercicios para seguir o traballo de logopedia nacasa.

[Accede aos vídeos aquí.](#)

- **Aprender dende a casa**

[Accede aquí](#)



CINE E TEATRO

- **Somos Cine.**
Películas gratis para pasar a corentena.
[Podes acceder aquí.](#)
- **Cortos de metraje**
Unha web con centos de curtametraxes gratuitos
[Podes velos aquí](#)
- **15 Clásicos del cine subtítulos para ver On Line.**
[Podes acceder aquí](#)
- **Efilm**
Películas gratuitas soamente con ter un carnet de biblioteca
[Podes acceder aquí](#)
- **HBO**
A plataforma conta con dúas semanas gratis de subscrición
[Accede aquí](#)
- **Amazon Prime**
A plataforma conta con 30 días gratuitos de proba.
[Accede aquí](#)
- **Centro Dramático Nacional (CDN)**
Propón unha programación online diferente: charlas, xogos, lecturas, entrevistas... Todo relacionado co universo do teatro. Cada semana van actualizando os eventos na súa páxina web e nas súas redes.
<https://cdn.mcu.es/>



MÚSICA

- **Cuarentena Fest**

Festival de música en streaming

[Accede aquí](#)

- **Ópera en streaming: semana del 13 al 19 de abril**

[Accede aquí](#)

- **Digital Concert Hall**

La plataforma de vídeos bajo demanda de la Filarmónica de Berlín pone a disposición del usuario todo su catálogo gratuitamente durante 30 días utilizando el siguiente código: BERLINPHIL

[Podes acceder aquí](#)



MUSEOS

- **10 museos para visitar estando en casa: tour virtual y colecciones online**

[Accede aquí](#)



FADEMGA
 **Plena
inclusión**
Galicia


Special Olympics
Galicia