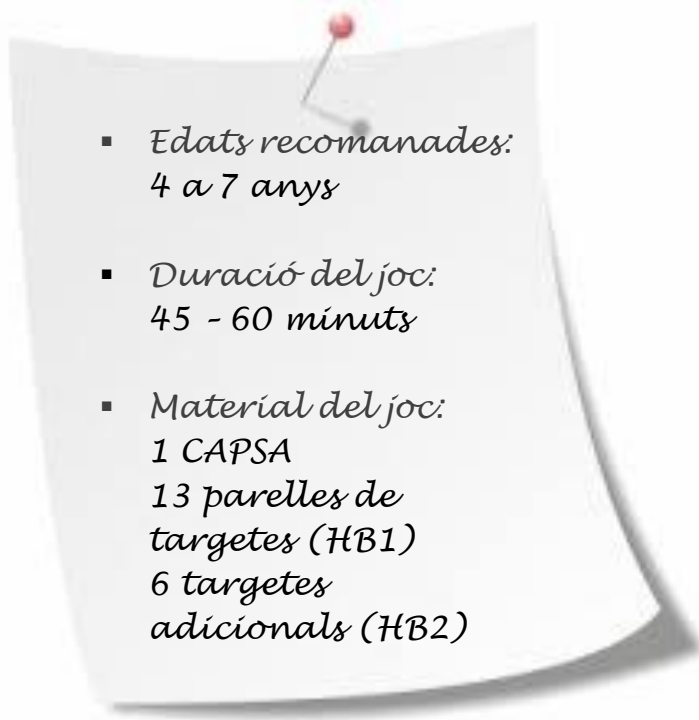


Joc de memòria

- 
- *Edats recomanades:*
4 a 7 anys
 - *Duració del joc:*
45 - 60 minuts
 - *Material del joc:*
1 CAPSA
13 parelles de
targetes (HB1)
6 targetes
adicionals (HB2)

Descripció

Es tracta d'un joc de taula dirigit a la petita infància, en el qual es treballen els hàbits saludables, la memòria visual i el vocabulari utilitzant targetes amb imatges. El joc permet relacionar objectes amb accions que promouen hàbits saludables prèviament prioritzats, així com identificar algunes conseqüències sobre la salut quan no es tenen.

Objectius

- Identificar i promoure els hàbits saludables prioritzats per a la petita infància, per tal de poder incidir en la millora de la qualitat de vida dels més petits.
- Fomentar l'agilitat visual i la memòria gràfica.
- Promoure l'hàbit de la lectura i el seu gust vers la petita infància.

Metodologia

1. Els educadors /es utilitzaran els llibres seleccionats per promoure hàbits saludables, el joc reforçarà alguns aspectes que es treballaran amb els contes. (veure bibliografia associada)
2. La dinàmica del joc:
 - Es disposaran les 26 parelles de targetes (HS1) de cap per avall (13 parelles d'objectes i 13 parelles d'accions). Conforme vagin destapant les targetes per identificar i recordar on està la parella, es suggereix que vagin verbalitzant els noms dels objectes i les accions (si es coneixen els noms en un altre idioma, es poden posar en comú).
 - Una vegada que estiguin totes voltejades, es relacionaran els objectes amb les accions, tal com es mostra a continuació:

	OBJECTE	ACCIÓ
1	Dutxa sabó	Banyar-se/ dutxar-se
2	Xampú	Rentar-se els cabells
3	Raspall de cabells	Pentinar-se
4	Raspall de dents/pasta	Raspallar-se les dents
5	WC/ paper higiènic	Rentar-se les mans
6	Pijama	Anar al llit
7	Ingredients de l'esmorzar	Esmorzar cada matí
8	Vestit i gorra de bany	Nedar a la piscina
9	Aigua i gorra	Beure aigua a l'estiu
10	Fruita	Jugar, fer esport, etc (activitats que requereixen energia física)
11	Roba d'hivern (bufanda, abric i gorra)	Vestir abrigat a l'hivern
12	Roba d'estiu (samarreta curta, gorra, etc)	Vestir amb roba d'estiu
13	Libres	Llegir

- S'obrirà un espai on l'educador/a explicarà la repercussió que pot tenir per als nens/es el fet de no respectar els hàbits esmentats, per exemple menjar molt dolç industrial o lliminadures. Per a això, utilitzarà les 6 targetes restants (HS2) que mostren algunes conseqüències sobre la salut si no es tenen bons hàbits.

CONSEQÜÈNCIA
Febre
Càries
Obessitat
Polls
Mal de panxa
Fongs als peus

- L'educador/a els demanarà que diguin què veuen en les imatges (conseqüències) i que ho relacionin amb els hàbits que es promouen en les altres targetes. D'aquesta forma, l'educador/a afavoreix que els nens/as relacionin com un hàbit pot afectar de diverses formes sobre la salut i que les conseqüències poden referir-se a diversos factors. Per exemple: Promourà que relacionin la targeta amb la nena gratant-se el cap (polls) amb la del raspall dels cabells o la de rentar-se el cabell; la de la dutxa o la de rentar-se les mans, amb la del nen amb febre o la de la nena amb mal de panxa (per infeccions), etc.

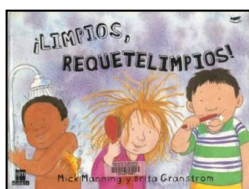
Bibliografia associada:

Higiene corporal: polls, rentar-se les mans, les banyeres, etc...



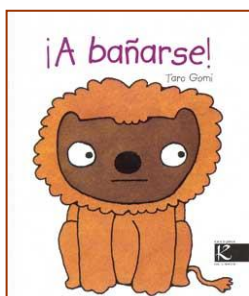
Pica, rasca. Miriam Moss, Delphine Durand (2002). Ed. Serres.

Un diminut insecte no major que una piga, es cola a la classe de la senyoreta Calipso. Aviat tota la classe es gratarà el cap sense parar... Un llibre que ens mostra la facilitat de contagi dels polls i pot servir per parlar de la prevenció i de l'actuació.



¡Limpios, Requetelimpios! Mick Manning, Brita Granström (1999)

Tant els animals com els humans dediquem bastant temps a estar nets i endreçats. Esbrina per què ho fem en aquest llibre sobre la higiene i la cura d'un/a mateix.



¡A bañarse! Taro Gomi (1987, 2007). Fkactoria de Libros.Ed. Kalandraka.

L'hora del bany acostuma a ser un moment poc desitjat pels més petits. En moltes ocasions han d'abandonar els seus jocs per començar la tasca de la neteja personal. El protagonista d'aquesta història desenvolupa el bany després dels seus jocs.



Gens ni mica brutes. Wanja Olten i Manuela Olten. Ed. Takatuka (2009)

Les mans s'han de rentar només quan les portes brutes de debò. O sigui, molt poques vegades! Una visió divertida sobre les discrepàncies entre adults i nens/es respecte a la necessitat de rentar-se les mans.

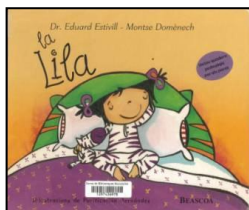
Hàbits en general: horari de llevar-se, horaris d'anar a dormir, vestir-se, rentar-se, etc.

Hàbits en particular: la piscina, una activitat sana, per vestir-se adequadament, prevenir fongs, perdre la por, etc...



Avui toca piscina. Elisa Ramon (2010). Ed. L'abadia de Montserrat.

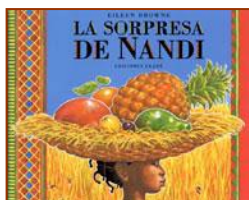
Tu ets dels que els agrada anar a nedar a la piscina o dels que no els agrada gens? En aquest conte hi surten nens i nenes que són com a peixets, i d'altres que l'aigua els fa una mica de por... I mira bé els dibuixos, que al final del conte hauràs de demostrar que t'hi has fixat bé!



La Lila .Eduard Estivill, Montse Domènech. (2005). Ed. Beascoa

Hola! Sóc la Lila! I saps què? Cada dia del món he de llevar-me per anar... a l'escola! I no sols això, també he de vestir-me (jo soleta!), esmorzar i rentar-me la cara... Sembla molt avorrit, oi? Doncs fins i tot m'ho passo bé, encara que no m'ho puc saltar ni un dia!

Hàbits alimentaris. Que mengem, quan i com. Foment de l'hàbit de menjar fruita, fer esport, els horaris, ets.00000.



La sorpresa de Nandi. Eilen Browne. Ediciones Ekare (1996)

L' autora realitza un homenatge als nens/a de la tribu Luo que viuen al surest de Kenia. Es tracta d'un text breu que reproduïx el pensament de la protagonista i té gran força descriptiva. Amb aquest llibre es poden tractar hàbits alimentaris d'altres cultures.



Golosina y Perrozoso. Jeanne Willis i Tony Ros. Ed. Oceano Travesia.

Golosina y Perrozoso eren molt fluixos. Menjaven i menjaven. Dormien i dormien. Però un bon dia, quan van despertar d'una migdiada, estaven molt incòmodes. ¡el sofà s'havia fet més petit! O almenys això volien creure. Treball de les conseqüències per no practicar uns bons hàbits alimentaris (obesitat i sedentarisme). Foment d'activitats lúdiques i esportives.

Bibliografia complementària

Per nens/nenes:

- CHILD, Lauren (2001). No tengo sueño y no quiero irme a la cama. Ed. SerreS.
- ESTIVILL, Eduard, DOMÉNECH, Montse. (2005). La Lila menja bé. Ed. Beascoa
- ESTIVILL, Eduard, DOMÉNECH, Montse. (2005). La Lila ve la tele. Ed. Beascoa
- LINDA, Elvira , URBERUAGA, Emilio (2008). Olivia no quiere bañarse. Ed. SM
- MAYNARD, Christopher (1999). ¿POR QUÉ ES SANA LA FRUTA? Editorial : SM saber

Per educadors/es

Per llegir i treballar amb nenes/s

- ABENOZA, Rosa (2006). Comer y crecer. Ed. FETE – UGT. Ministerio de Educación y Ciencia.
- Link: <http://www.aulaintercultural.org/IMG/pdf/crecer.pdf>
-

Materials didàctics i aprofundiment en el tema

- Educación dental infantil. Guia para profesionales de educación y salud. Conceptos. Incluye cuestionario de evaluación. Junta de Andalucía.
- Promoción de la salud bucodental en el ámbito escolar. Programa Aprende a Sonreír. Propuesta didáctica.
- Ofrece buenas ideas para realizar actividades y dinámicas con los/as niños/as (ver anexos).

Per famílies

- ESTIVILL, Eduard (Metode Estivill. Guia ràpida per ensenyar els nens a dormir. Ed. DeBolsillo.