

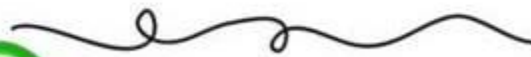


RECETARIO DIVERTIDO





Rectas creativas, Actividades e Ideas

para compartir con los chicos!




SALAS DE 5





Te presentamos este
RECETARIO donde
elegimos un compilado de
recetas fáciles y
actividades entretenidas
para hacer con los más
chicos.



Una forma divertida
para acercarlos a la
ciencia, mientras
aprenden y estimulan su
desarrollo.



**¡Esperamos
que lo
disfruten!**



COLABORADORAS
DE SALA DE 5



RECETARIO DE MASAS



BENEFICIOS DE HACER Y JUGAR CON MASA CASERA

Las masas caseras, hechas con ingredientes comestibles, son ideales para hacer con los chicos, ya que no son tóxicas.

Al ser suaves y no pegajosas permiten una primera aproximación placentera en niños pequeños con texturas nobles.

Favorece la motricidad fina, en tanto permite desarrollar mayor fuerza, precisión y destreza de los dedos de la mano.

Las masas con base arenosa y las famosas slime, son ideales para favorecer la estimulación táctil, mediante la exploración de distintas texturas altamente estimulantes.

Hacerlas en casa permite a los niños jugar a ser pequeños científicos aprendiendo de las propiedades de los materiales, despertando la curiosidad y la creatividad.

La masa es otro soporte para poder trabajar pre escritura en forma didáctica y divertida, a través de la representación de formas y letras.

PLASTILINA

Casera



*2 1/2 tazas de harina común

*2 cdas. de cremor tártaro

*2 cdas. de aceite

*1/2 taza de sal

*2 tazas de agua

*colorante vegetal

*mezclar en frío y
llevar al fuego

* revolver
constantemente

*dejar que enfríe
para jugar!





SLIME



- *Plasticola o pégamento tipo silicona
- *Jabón líquido Ariel o Ace
- *Colorante
- *pueden agregar brillitos o bolitas de tergopol



*Cantidades a ojmetro, hasta dar con la textura deseada.



ARENA

Kinetica



- *Realizar un Slime con jabón y plasticola.
- *agregar arena de a poco (paciencia, que lleva mucha!) hasta obtener la textura adecuada.



MASA *de* SAL



- *1 parte de sal
- * 1 parte de agua
- * 2 partes de harina
- *colorante



- *mezclar y amasar
- *se puede dejar secar medio día y llevar al horno la pieza terminada.





RECETARIO DE PINTURAS



BENEFICIOS DE HACER Y JUGAR CON PINTURAS CASERAS

Estimula al sistema táctil, brindando información a nuestro cerebro sobre los límites de nuestra mano. A esta información se le suma la que aportan los movimientos a través de los músculos y articulaciones. Así, nuestro cerebro configura a la mano como una herramienta, para poder utilizarla con mayor destreza, con movimientos más refinados y precisos.

En niños con cierta defensividad táctil, el utilizar este tipo de pinturas a través de algún intermediario como esponjas o pinceles, favorece el acercamiento y contacto a las texturas. Para luego, una vez familiarizado pueda tocarlas.

Son una opción económica y sana ante las pinturas comerciales.

El proceso de armar las pinturas es de por sí una actividad en sí misma súper productiva para hacer con los peques.



PINTURA DE DUCHA

- $\frac{1}{4}$ de taza de jabon líquido de baño blanco o shampoo blanco o transparente



- $\frac{1}{4}$ de taza de Maizena
- 2 cucharadas de agua
- 4 gotas de Colorante



PINTURA 3D

- 1 taza de harina
- 1 cdita. de sal
- 3 cdas. polvo de hornear
- colorante
- agua



Mezclar bien,
separar y
agregar los
colorantes.
colocar en
pomitos o
mangas.
Pintar en
cartulinas y
llevar a
microondas
30".

PINTURA NUBE

- Espuma de afeitar



- Cola escolar



Ambas en partes iguales

- Colorante



PINTURA DACTILAR

- 1 taza de harina
- 3 tazas de agua
- colorantes



Disolver 1 taza de
harina en 1 de agua.
Agregar el agua
restante.



Concinar a fuego lento
revolviendo.

Retirar cuando
espesa y agregar
colorantes.
Dejar enfriar
y pintar.





RECETARIO ANTIESTRESS



ESTRES Y AUTORREGULACIÓN

El estrés puede ser una respuesta a un cambio en la vida del niño. En pequeñas cantidades, el estrés puede ser bueno. Pero, el exceso de estrés puede afectar la forma como el niño piensa, actúa y siente.

Cuando un niño se desregula y su cuerpo manifiesta signos de estrés, debemos ayudarlos a encontrar la manera de que puedan salir de la situación.

Los estímulos propioceptivos, aquellos que tienen que ver con apretar, morder, empujar, son calmantes y regulatorios para el sistema sensorial y neuronal que se encuentra estresado.

Estas opciones son pensadas para que en estas situaciones, los chicos puedan descargar dichas tensiones a través del juego y logren autorregularse.

OUBLECK BALL



- Materiales:
- Fécula de maíz
 - Agua
 - Globo
 - Red de verduras



Preparar un fluido no newtoniano juntando partes iguales de agua y fécula.



Rellenar el globo con ayuda de un embudo. Atar bien fuerte y cubrir con la red de verduleria, ajustar con un precinto.

SQUISHY BALLS

Materiales:



- Piñata globo
- Orbeez (bolitas de gel que crecen con agua)
- Agua



Rellenar el globo piñata con las orbeez y luego completar con agua. Esperar el tiempo necesario para que las orbeez crezcan y ocupen todo el espacio.

Nota: se pueden hacer más pequeños con globos comunes



CARITA MOLDEABLE

Materiales:

- Globo
- Harina
- Ojitos móviles
- Silicona líquida

Con ayuda de un embudo llenar un globo con harina en su máxima capacidad.

Cerrar fuertemente sin dejar aire.

Pegar los ojitos móviles para decorar.





GUÍA DE ACTIVIDADES HIGIENE DE MANOS



HIGIENE DE MANOS

La higiene de manos es un hábito importantísimo en materia de salud individual y social.

Mantener la higiene en forma habitual y diaria es algo que debemos inculcar y enseñar a los chicos desde pequeños.

esta guía incluye distintas actividades para fomentar, en carácter lúdico el lavado de manos.

Recomendamos ser supervisadas por un adulto, y acompañadas con la enseñanza pertinente de la correcta higiene de manos.



SECUENCIA ILUSTRADA DEL LAVADO DE MANOS

Duración: 40" aprox.



1



COLOCAR
JABON

2



REFREGAR
PALMAS

3



REFREGAR DORSO DE MANO Y
ENTRE LOS DEDOS

4



LAVAR PULGAR

5



LIMPIAR UÑAS Y
PULPEJOS CONTRA
LA PALMA

6



LAVAR
MUÑECAS

7



ENJUAGAR

8



SECAR CON TOALLA
INDIVIDUAL O
DESCARTABLE



UN TESORO en el JABÓN



Coloca un juguete,
previamente
esterilizado, dentro
del jabón líquido o el
alcohol en gel... Sólo
podrá acceder al
juguete una vez que se
acabe el contenido del
envase...

ojo!no vale hacer
trampa, el jabón no
debe desperdiciarse...
cuantas más
frecuente sea el
lavado de manos, más
rápido lo conseguirá!





EL JUEGO DEL VIRUS

(adaptación del juego de Narwhal Tabarca)

Dibuja, al inicio del día, con marcador un virus en el dorso de la mano de tu hijo, debe eliminarlo durante el día a través de los lavados de mano.



Si por la noche el virus no está, gana 5 puntos, y al llegar a 20 consigue un premio!





CONTAGIANDO PINTURA



En un área segura para las manchas, pinta las manos del niño con tempera verde, (pueden ser solo los dedos) dejalo seguir con sus actividades, y luego miren todo lo q se ha manchado!

Explicale que eso pasa cuando estornudamos en nuestra mano y no nos lavamos, dejando la suciedad por todos lados.

finalicen lavando la pintura restante con agua y jabon





¿VIRUS ESTAS?



Ensucia las manos del niño con un resaltador flúor o pintura fluorescente. luego mostrale con luz UV todas las marcas, que representan los virus y bacterias...

Después de que se lave las manos como hace habitualmente, volver a iluminar. Si no se lavó bien, seguirá teniendo manchas.

Ayudarlo entonces a realizar la correcta higiene de manos y volver a iluminar.

(Tip: podes hacer lampara UV con la linterna del celu colocando 6 capas de cinta adhesiva pintada de azul)



QUÉDATE
EN TU CASA
Y PONLA
EN
MANOS
DE
DIOS

#YoMeQuedoEnCasa



COLABORADORAS
DE SALA DE 5

