



Aprendre
junts, créixer
en família
Gaudim
junts en família



6

Aprendre
junts, créixer
en família

Gaudim
junts en família



Obra Social "la Caixa"

Per tal d'evitar la repetició excessiva de formes dobles en el text (nens i nenes, fills i filles, pares i mares, etc.) i agilitzar-ne la lectura, s'ha optat pel masculí morfològic (gènere no marcat), que té valor genèric en les llengües romàniques. Aquest ús normatiu és recomanable, dins el marc d'un llenguatge no sexista, en els casos de contínua repetició dels mateixos termes.

EDICIÓ:

Fundació Bancària "la Caixa"

AUTORS:

Universitat de Barcelona

Pere Amorós

Núria Fuentes

Ainoa Mateos

Crescència Pastor

Universitat de La Laguna

M.^a José Rodrigo

Sonia Byrne

Universitat de Lleida

M. Àngels Balsells

Universitat de Las Palmas de Gran Canaria

Juan Carlos Martín

Mónica Guerra

DIRECCIÓ DEL PROJECTE

Pere Amorós (Universitat de Barcelona)

DISSENY GRÀFIC:

Cèl·lula Acció Creativa, SL

IL·LUSTRACIONS:

Imma Itxart

CORRECCIÓ LINGÜÍSTICA:

Isidro Sánchez

TRADUCCIÓ:

Esther Barnet i Joaquim Obrador

IMPRESSIÓ:

Milimétrica Producciones

© de l'edició, Fundació Bancària "la Caixa"

3a Edició, 2016

Pl. Weyler, 3 – 07001 Palma

D. L.: B 13385-2016

Índex

Introducció 5

Sessions per a pares 8

Sessió 1: Juguem en família..... 10

Sessió 2: L'oci compartit és divertit!..... 20

Sessions per a fills 31

Sessió 1: Ens divertim jugant..... 32

Sessió 2: Gaudim de l'oci..... 41

Sessions per a famílies 49

Sessió 1: Compartim el joc en família..... 50

Sessió 2: Desenvolupem recursos 57



Mòdul 6

Gaudim junts en família

El joc és present en totes les cultures i en totes les edats, però principalment en la infància. El joc és una activitat sense impositcions, acceptada lliurement. És un element fonamental per al desenvolupament social, afectiu, cognitiu i motriu dels nens i presenta nombrosos beneficis per al seu desenvolupament, com proporcionar plaer i diversió i contribuir al desenvolupament de la mobilitat i a l'activitat física; és un instrument per a l'aprenentatge i facilita la relació amb l'entorn; afavoreix la transmissió de la cultura i l'adaptació al món.

En cada edat, els nens tenen una manera particular de jugar, i utilitzen un tipus de joc determinat. Hi ha nombrosos tipus de jocs: d'exercici, de representacions, de construcció i creatius, i de regles.

Als nens els agrada jugar sols o amb amics, però, sobretot, els agrada jugar amb la seva família. De vegades, les preocupacions i les ocupacions dels progenitors no faciliten compartir el joc amb els seus fills, de manera que cal planificar els moments de joc en família per tal que els jocs siguin satisfactoris per a tothom. Però, a més del joc, hi ha altres activitats d'oci que es duen a terme de manera individual i en família: les compreses en el lleure que podríem anomenar de diversió, com activitats de descans i entreteniment, o bé altres que

6 Mòdul 6 **Gaudim junts en família**

podríem considerar de satisfacció, que suposen major implicació, esforç i aprenentatge.

Per poder fer aquestes activitats, disposem de nombrosos recursos en el barri i a la ciutat on residim. Entre d'altres, hi trobem parcs, places, muntanya, platja o bé centres socials, cívics, centres oberts, ludoteques, biblioteques, pavellons d'esports, museus. Tots aquests espais estan a la nostra disposició; l'important és conèixer-los i saber com accedir-hi.

Mòdul 6

Gaudim junts en família

Objectiu general

Crear i enfortir hàbits saludables, activitats d'oci constructiu amb els companys i l'ús de recursos en l'entorn comunitari que permetin consolidar estils de vida positius en els menors i en tota la família com a factors de protecció davant els possibles problemes de l'adolescència.

Competències parentals

- Cognicions centrades en els nens, en el joc i les seves necessitats i interessos.
- Sensibilitat davant les necessitats de joc dels fills.
- Percepció ajustada del rol parental.
- Capacitat per escollir el tipus de joc adequat a les característiques i l'edat dels fills.
- Coneixement dels diferents recursos d'oci de diversió i de satisfacció.
- Posar en pràctica estratègies d'oci compartit.

Competències dels fills

- Capacitat per escollir el tipus de joc segons les seves característiques.
- Habilitats per al joc cooperatiu.
- Coneixement dels diferents recursos d'oci de diversió i de satisfacció.
- Posar en pràctica estratègies d'oci compartit.

Sessions:

- Pares:
 - 1. Juguem en família.
 - 2. L'oci compartit és divertit!
- Fills:
 - 1. Ens divertim jugant.
 - 2. Alternatives d'oci.
- Família:
 - 1. Compartim el joc en família.
 - 2. Desenvolupem recursos.

Sessions per a pares

El joc és una activitat que és present a la vida de tots els nens. És una activitat sense imposicions, acceptada lliurement. A partir del joc, els petits poden deixar córrer la seva imaginació i fer que aflorin la fantasia i la màgia. El joc proporciona plaer i diversió i contribueix al desenvolupament de la mobilitat i l'activitat física. És un instrument per a l'aprenentatge i facilita, per la seva dependència dels objectes, les persones i els espais, la relació amb l'entorn. El joc és un element essencial per a la transmissió de la cultura i per a l'adaptació al món dels nens. Els jocs i les seves característiques varien en funció de l'edat i del moment històric. Tot i que actualment encara es juga a molts jocs tradicionals, com puzles, escacs, cartes, etc., molts d'aquests han evolucionat amb les noves tecnologies. Actualment es compta amb una gran diversitat de jocs interactius a Internet i en videoconsoles que permeten adaptar i actualitzar els jocs tradicionals. Els videojocs, així com els jocs tradicionals, poden ser molt positius, sempre que s'utilitzin adequadament, tenint en compte l'edat dels nens.

El joc compartit en família aporta molts beneficis per a tots els seus membres; tanmateix, és molt important l'actitud que adoptin els progenitors respecte als jocs. Molts temen que l'ús dels videojocs pugui perjudicar els seus fills. Per això, l'important és que els pares comparteixin aquests

jocs amb els nens per fer-ne un bon ús, ja que, si s'utilitzen de forma adequada, tenen elements que poden ser positius: permeten jugar individualment o en grup, faciliten les activitats de forma activa, així com recopilar en un únic joc diferents jocs tradicionals.

A més del joc, hi ha altres activitats d'oci que són importants per al desenvolupament d'hàbits saludables en els nens. Totes aquestes es poden dur a terme de manera individual o en família. Es poden trobar activitats d'oci de diversió, que són aquelles que impliquen poc esforç, i activitats d'oci de satisfacció, que exigeixen major esforç i aprenentatge.

Són molts els recursos que poden trobar les famílies en el seu entorn més proper per gaudir juntes. Conèixer aquests recursos, tenir clar com accedir-hi i què ofereix cada un d'aquests als nostres fills, és una estratègia que ajudarà a gaudir-ne.



Desenvolupament de la sessió

Els nens juguen. Són nombroses les aportacions que té el joc per a ells. A partir del joc, poden deixar córrer la seva imaginació i fer aflorar la fantasia i la màgia. El joc proporciona plaer i diversió, i contribueix al desenvolupament de la mobilitat i l'activitat física. És un instrument per a l'aprenentatge i facilita, pels seus vincles amb els objectes, les persones i els espais, la relació amb l'entorn. El joc és un element essencial per a la transmissió de la cultura i per l'adaptació al món infantil.

Activitat 1 A què juguen els nostres fills?

Vídeo fòrum. Treball en grups petits.
30 minuts.

a. Introducció

Els nens juguen, de manera individual o en grups. El joc és fonamental en la infància, ja que proporciona plaer, diversió, mobilitat i activitat, i facilita l'aprenentatge i l'adaptació al món. Ara bé, no tots els nens juguen a les mateixes coses. El joc té unes característiques concretes en cada edat; per això hi ha diferents tipus de jocs adequats per a les diferents edats.

b. Desenvolupament

El dinamitzador comentarà que a continuació es visualitzarà el vídeo *Juguen i es diverteixen*. En aquest, podran conèixer les característiques del joc en diferents edats i els tipus de jocs més comuns en cada una.

Com a orientació per a la persona dinamitzadora, en la taula següent s'especifiquen les característiques i els tipus de jocs (fitxa 2) més habituals dels 6 als 9 anys i dels 10 als 12 anys, que es presenten en el vídeo.

Un cop visionat el vídeo, se suggerirà que s'agrupin en tres grups de cinc membres. A cada grup se li lliurarà la fitxa 1: "A què juguen els nostres fills". Cada grup haurà d'anotar tres jocs als quals juguen els seus fills de diferents edats o els que recordin de quan eren petits i que no s'hagin vist en el vídeo. Per contestar es donaran 5 minuts.

Una vegada tots els grups hagin emplenat la fitxa, un portaveu farà la presentació dels jocs aportats a tot el grup. S'aniran anotant a la pissarra els diferents jocs, agrupant-los segons el tipus: d'exercici, de representació, d'acoblament i construcció i de regles.

c. Conclusions

Per finalitzar l'activitat, es comentarà que, com han pogut observar, el joc és un element fonamental per al desenvolupament social, afectiu, cognitiu i motriu dels nens. Els jocs i les seves característiques varien en funció de l'edat i del moment històric. Els jocs tradicionals (puzles, escacs, cartes, etc.) han evolucionat amb les noves tecnologies. Actualment comptem amb una diversitat de jocs interactius (a Internet i videoconsoles) que permeten adaptar i actualitzar els jocs tradicionals. Els nens demanen a les famílies nous jocs que, de vegades, generen desconcert entre els pares sobre la seva adequació. Cada joc, independentment del seu suport (de taula, audiovisual, etc.), ha de tenir unes característiques adequades per a l'edat dels nens. En la conclusió es facilita la fitxa 2: "Característiques i tipus de jocs", que recull algunes orientacions sobre la tipologia de jocs, i les seves característiques segons l'edat.

Finalment, si el temps ho permet, es pot ampliar l'activitat entrant en el debat actual sobre la idoneïtat dels videojocs (avantatges i inconvenients del seu ús; negociació del temps de joc individual; pros i contres d'incorporar les noves tecnologies en els jocs, etc.). Els videojocs, així com altres jocs tradicionals, són positius sempre que s'utilitzin adequadament i s'ajustin a l'edat. Aquesta ade-

quació poden valorar-la els progenitors consultant les indicacions i recomanacions pedagògiques que han de constar a la caixa del joc.

Activitat 2

Com podem jugar tota la família junta?

Fantasia guiada. Discussió dirigida.
25 minuts.

a. Introducció

Als nens, a més de compartir el joc amb els seus amics, també els agrada compartir-lo amb els seus pares. El joc és un element educatiu importantíssim per als nens i les seves famílies. A través del joc, els pares poden ajudar els seus fills a conèixer i a aprendre moltes coses.

b. Desenvolupament

Els pares fa temps que van deixar de ser nens. Per aquesta raó, posar-se al lloc dels seus fills per jugar pot resultar una tasca difícil. Tanmateix, cal que considerem alguns aspectes que s'han de tenir en compte perquè el joc amb els nostres fills resulti satisfactori per a tots plegats. Per a això, farem l'activitat següent, inclosa en la fitxa 3: "Fantasia guiada: *Un dissabte a la tarda*".

Es facilitaran les orientacions següents:

- Ara us llegirem una història quotidiana que es dona en una família com la vostra. Estigueu atents perquè després en farem un comentari. Per ajudar-vos a estar més concentrats, si voleu, podeu tancar els ulls. Ara s'inicia la fantasia guiada.

FITXA 3: FANTASIA GUIADA. UN DISSABTE A LA TARDA

És un dissabte d'hivern a la tarda. El temps és desagradable i ha plogut durant tot el dia. Normalment, la Rosa i en Josep solen sortir amb la seva filla Noèlia, de 8 anys, i el seu fill Pere, d'11,

a donar una tomb pel barri i aprofiten per anar al parc i passejar. Avui el temps no els acompanya i decideixen quedar-se a casa. Així, la Rosa té pensat aprofitar per revisar els missatges de correu electrònic, ja que durant la setmana no ha tingut temps de fer-ho, i en Josep pensa dedicar-se a arreglar algunes coses que hi ha pendents des de fa temps. La Noèlia i en Pere porten una estona veient la tele, però ja estan cansats i comuniquen a la Rosa i en Josep que estan avorrits, que no saben què fer i que per què no juguen tots junts.

— Com creieu que se senten la Rosa i en Josep?

— Com se senten la Noèlia i en Pere?

La Rosa i en Josep ho comenten entre si i decideixen que els nens tenen raó, que estaria bé jugar tots junts. Així que els comuniquen que busquin els jocs a què els agradaria jugar i que d'aquí a una hora, quan acabin les tasques que estan fent en aquest moment, els quatre podran dedicar-se a jugar.

— I ara, com creieu que se senten tots, pares i nens?

Quan acaben les tasques, es reuneixen els quatre. La Noèlia ha escollit jugar al dòmino, que és fàcil per a ella i li agrada molt. En Pere, per la seva part, ha escollit el cub de Rubik, que és més complex i interessant per a ell i per a la seva edat. Davant d'aquesta disjuntiva, els pares es miren i pregunten.

— Bé, i ara què podem fer perquè tots juguem i ens divertim junts?

La Noèlia defensa el seu joc i en Pere, el seu.

— Què creieu que poden fer els pares?

— Què hauríeu fet vosaltres?

La Rosa i en Josep comenten que els entenen a tots dos, però que no es pot jugar als dos jocs alhora. A més, el cub de Rubik és un joc per a nens més grans, i la Noèlia encara no hi sap jugar prou bé. Davant d'aquesta situació, decideixen jugar primer al dòmino, que és un joc al qual



tots saben jugar-hi, i després al cub de Rubik. Encara que en Pere no hi està del tot d'acord, al final accepta.

— Què creieu que han tingut en compte els pares a l'hora d'escollir a quins jocs jugar? Per què?

Inicien les partides de dòmino. Els quatre hi participen alegrement. Com que hi ha molta diferència d'edat, tant la Rosa com en Josep intenten anar motivant la Noèlia en totes les seves aportacions i en Pere perquè respecti els temps de la Noèlia, ja que a aquesta encara li costa una mica.

— Com creieu que se senten la Rosa i en Josep? I la Noèlia i en Pere?

Després d'unes quantes partides, en les quals tots han tingut l'oportunitat de guanyar, decideixen jugar al joc que havia triat en Pere, el cub de Rubik. Però la Rosa i en Josep tenen ara un altre dilema: com jugar-hi sense que la Noèlia no se senti exclòsa, ja que es tracta d'un joc que és un mica difícil per a la seva edat.

— Què creieu que poden fer perquè ningú se senti exclòs?

Davant aquesta nova situació, decideixen jugar en parelles. Una persona gran amb un dels nens. D'aquesta manera, mitjançant el joc cooperatiu, la Noèlia pot anar aprenent el nou joc sense sentir-se exclòsa i en Pere pot jugar al joc que havia escollit inicialment. Però tant la Noèlia com en Pere prefereixen jugar sols, com un més del grup, i no en parelles.

— Què en penseu d'aquesta decisió? Què hauríeu fet vosaltres?

Un cop finalitzat el relat, els demanarà que obrin els ulls i es donarà l'oportunitat de comentar individualment en dues paraules els sentiments que han tingut. Se suggerirà d'aquesta forma:

— Digueu-me amb una o dues paraules quins sentiments heu tingut al llarg d'aquest relat.

Els sentiments s'escriuen a la pissarra. Un cop que ja se n'ha expressat un nombre adequat, es podrà passar a comentar-los breument, preguntant:

— Qui ha dit el sentiment de...? Pot explicar-lo? En quin moment l'ha tingut?

Aquestes preguntes es poden fer comentant un sentiment de cada persona. Després es pot suggerir:

— De trobar-vos en aquesta situació, què hauríeu fet?

Seguidament, es pot comentar el següent:

— Com podeu veure, tots, en un moment o altre, hem tingut l'oportunitat de compartir jocs amb els nostres fills, però les preocupacions, el treball i les responsabilitats, de vegades, ens ho dificulten. Com heu pogut observar en el relat, de la mateixa manera que la Rosa i en Josep, nosaltres també podem fer alguna cosa perquè una tarda que podia haver estat avorrida sigui entretinguda i divertida. Per a això, a partir d'alguns elements que han ajudat la Rosa i en Josep, i que vosaltres heu comentat, planificarem el joc compartit en família, per tal que aquest sigui més satisfactori per a tots, pares i fills.

Després es destacaran aquests elements amb el suport de la fitxa següent, que reuneix elements que poden ajudar a planificar moments de joc compartit en família.

FITXA 4: ELEMENTS PER PLANIFICAR EL JOC EN FAMÍLIA

— Posar-se en el lloc dels menors. L'important és que els nostres fills se sentin còmodes i aprenguin de nosaltres durant el joc.

— Edat i habilitats. Tenir en compte l'edat i les habilitats dels nostres fills per seleccionar el tipus de joc.

— Tipus de joc. Valorar el tipus de joc més convenient en funció de l'edat i de les possibilitats. Jugar cooperativament.

- Buscar un temps i un espai. És convenient buscar moments en què pugui estar junta tota la família sense obligacions ni interrupcions. La disponibilitat d'espai determinarà un tipus o un altre de joc. Si és a casa, en un parc, etc.
- Freqüència. Establir moments de joc periòdics. Caps de setmana, per exemple.
- Motivació conjunta. Tractar que es tinguin en compte els interessos i les motivacions de tots els participants .

c. Conclusió

Per finalitzar, es comentarà que el joc compartit en família comporta moltes satisfaccions a tots els seus membres. Els progenitors hi tenen un paper cabdal, ja que és molt important l'actitud que adoptin respecte del joc dels seus fills. Cal reflexionar sobre quins són els seus objectius. No es tracta de demostrar-los que els pares som més grans, més hàbils i més intel·ligents, sinó de motivar-los i reconèixer les seves aportacions, encara que siguin molt petites. L'objectiu no és guanyar, sinó compartir i divertir-se junts. Com ja s'ha treballat en l'activitat anterior, els nens tenen interès per l'ús dels videojocs. En moltes ocasions, els pares temen que aquests puguin perjudicar-los. Per això, perquè els menors aprenguin a fer un bon ús d'aquests jocs, és important que els comparteixin amb ells. Aquests jocs interactius tenen elements que són positius si s'utilitzen de forma adequada: permeten jugar individualment o en grup; faciliten la pràctica d'activitats de manera dinàmica (exercici físic, ball, etc.), i permeten recopilar en un únic joc (videojoc) diferents jocs tradicionals (per exemple, jugar sobre la pantalla als escacs o altres jocs de taula).

Recorda:

- El joc aplega molts beneficis en el desenvolupament personal dels menors.
- Hi ha uns jocs determinats per a cada edat, amb unes característiques particulars.
- Perquè el joc sigui satisfactori per a tota la família, és recomanable planificar-lo.
- Cal motivar i reconèixer les aportacions, per molt petites que siguin.
- Tots, adults i nens, coneixem moltes maneres de divertir-nos i molts jocs per poder passar un dia agradable en família. El que hem de fer és planificar i buscar solucions entre tots.
- Hi ha múltiples maneres de divertir-se junts en família, amb jocs en què pot participar tot-hom. Tan sols és necessari planificar, disposar d'una mica de temps, buscar o crear els jocs i posar-se a jugar.

A què juguen els nostres fills

Tipus de jocs	de 6 a 9 anys	de 10 a 12 anys
Jocs d'exercici	— Tocar i parar	— Futbol
Jocs de representació	— Jugar amb disfresses	— Coreografia de ball amb videoconsola
Jocs d'acoblament i construcció	— Puzles	— Construcció de maquetes
Jocs de regles	— Tres en ratlla	— Escacs

Característiques i tipus de joc

De 6 a 9 anys	De 10 a 12 anys
<p>Característiques</p> <ul style="list-style-type: none"> — S'inicien els jocs de competició. — Predominen els desitjos personals sobre els del grup. — Utilitzen materials de l'entorn per al joc. — Els agrada practicar jocs que es basen en activitats de la vida quotidiana. — Segueixen certes regles no gaire difícils. — Solen preferir jugar amb nens i nenes del mateix sexe. 	<p>Característiques</p> <ul style="list-style-type: none"> — Han integrat els jocs de competició. — Encara que continuen jugant sols, prefereixen jugar en grup. — Fan jocs creatius amb els materials de l'entorn. — Practiquen qualsevol tipus de joc seguint normes i regles. — Cada vegada els jocs, tant individuals com en parella o en grup, són més complexos.
Tipus de jocs	Tipus de jocs
<ul style="list-style-type: none"> — Jocs d'exercici <p>Tocar i parar, fet i amagar, persecucions, pilotes, anelles, cordes, gronxadors, jocs de lluita, simular baralles, baldufes, tacs, bicicleta, patinet, patins, balls, jocs físics amb l'ús de la tecnologia (videojocs).</p> <p>Inicien esports.</p>	<ul style="list-style-type: none"> — Jocs d'exercici <p>Bicicleta, patinet, monopati (skate), futbol, bàsquet, balls en grup, joc de bitlles, futbolí, billar, ping-pong, tennis, pàdel, squaix, jocs físics amb l'ús de la tecnologia (videojocs).</p> <p>Esports competitius.</p>
<ul style="list-style-type: none"> — Jocs de representació <p>Títelles, ninots articulats, nines, disfresses, oficis, casetes, cotxes, jocs de princeses, metges o altres simulacions, maquillatge, cuinetes, caracterització de personatges coneguts, mimica, etc.</p>	<ul style="list-style-type: none"> — Jocs de representació <p>Coreografies, representacions dramàtiques, musicals amb argument i papers definits, el Qui és Qui, jocs de simular i endevinar pel·lícules, jocs de simulació de la vida real per mitjà de l'ordinador, etc.</p>
<ul style="list-style-type: none"> — Jocs d'acoblament i construcció <p>Jocs tipus lego, de construccions, puzles, muntatges mecànics, elaboració de produccions artístiques amb cartró, fang, paper, jocs d'acoblament amb l'ús de l'ordinador o videoconsoles (per exemple, puzles i Tetris).</p> <p>Dins d'aquesta categoria, podem incloure jocs d'elaboració de laminadures, gelats, xocolata, etc., amb l'ús de petites eines de joguina.</p>	<p>Jocs d'acoblament i construcció</p> <p>Lego, jocs magnètics, trencaclosques, jocs de paraules, elaboració de produccions artístiques complexes amb materials reciclats, jocs d'acoblament amb l'ús de l'ordinador o consoles de joc (per exemple, la diana virtual).</p> <p>Dins d'aquesta categoria, podem incloure jocs de disseny i elaboració de roba, bosses, etc. Hi ha paquets de joguines per a aquestes elaboracions, així com la versió en línia del disseny de vestits per a nines.</p>
<ul style="list-style-type: none"> — Jocs de regles senzilles <p>Loteria, dòmino, circuits, parxís, cartes, joc de l'oca, tres en ratlla, de paraules, el penjat, etc. Els jocs anteriors també es troben en versions en línia o en videoconsoles.</p>	<ul style="list-style-type: none"> — Jocs de regles complexes <p>Cartes, dòmino, escacs, jocs de memòria, dames, el cub de Rubik, sudokus. Versions en línia o en videoconsola tradicionals.</p>

Un dissabte a la tarda

És un dissabte d'hivern a la tarda. El temps és desagradable i ha plogut durant tot el dia. Normalment, la Rosa i en Josep solen sortir amb la seva filla Noèlia, de 8 anys, i el seu fill Pere, d'11, a donar una tomb pel barri i aprofiten per anar al parc i passejar. Avui el temps no els acompanya i decideixen quedar-se a casa. Així, la Rosa té pensat aprofitar per revisar els missatges de correu electrònic, ja que durant la setmana no ha tingut temps de fer-ho, i en Josep pensa dedicar-se a arreglar algunes coses que hi ha pendents des de fa temps. La Noèlia i en Pere porten una estona veient la tele, però ja estan cansats i comuniquen a la Rosa i en Josep que estan avorrits, que no saben què fer i que per què no juguen tots junts.

— Com creieu que se senten la Rosa i en Josep?

— Com se senten la Noèlia i en Pere?

La Rosa i en Josep ho comenten entre si i decideixen que els nens tenen raó, que estaria bé jugar tots junts. Així que els comuniquen que busquin els jocs a què els agradaria jugar i que d'aquí a una hora, quan acabin les tasques que estan fent en aquest moment, els quatre podran dedicar-se a jugar.

— I ara, com creieu que se senten tots, pares i nens?

Quan acaben les tasques, es reuneixen els quatre. La Noèlia ha escollit jugar al dòmino, que és fàcil per a ella i li agrada molt. En Pere, per la seva part, ha escollit el cub de Rubik, que és més complex i interessant per a ell i per a la seva edat. Davant d'aquesta disjuntiva, els pares es miren i pregunten.

— Bé, i ara què podem fer perquè tots juguem i ens divertim junts?

La Noèlia defensa el seu joc i en Pere, el seu.

— Què creieu que poden fer els pares?

— Què hauríeu fet vosaltres?

La Rosa i en Josep comenten que els entenen a tots dos, però que no es pot jugar als dos jocs alhora. A més, el cub de Rubik és un joc per a nens més grans, i la Noèlia encara no hi sap jugar prou bé. Davant d'aquesta situació, decideixen jugar primer al dòmino, que és un joc al qual tots saben jugar-hi, i després al cub de Rubik. Encara que en Pere no hi està del tot d'acord, al final accepta.

— Què creieu que han tingut en compte els pares a l'hora d'escollir a quins jocs jugar? Per què?

Inicien les partides de dòmino. Els quatre hi participen alegrement. Com que hi ha molta diferència d'edat, tant la Rosa com en Josep intenten anar motivant la Noèlia en totes les seves aportacions i en Pere perquè respecti els temps de la Noèlia, ja que a aquesta encara li costa una mica.

— Com creieu que se senten la Rosa i en Josep? I la Noèlia i en Pere?

Després d'unes quantes partides, en les quals tots han tingut l'oportunitat de guanyar, decideixen jugar al joc que havia triat en Pere, el cub de Rubik. Però la Rosa i en Josep tenen ara un altre dilema: com jugar-hi sense que la Noèlia no se senti exclosa, ja que es tracta d'un joc que és un mica difícil per a la seva edat.

— Què creieu que poden fer perquè ningú se senti exclòs?

Davant aquesta nova situació, decideixen jugar en parelles. Una persona gran amb un dels nens. D'aquesta manera, mitjançant el joc cooperatiu, la Noèlia pot anar aprenent el nou joc sense sentir-se exclosa i en Pere pot jugar al joc que havia escollit inicialment. Però tant la Noèlia com en Pere prefereixen jugar sols, com un més del grup, i no en parelles.

— Què en penseu d'aquesta decisió? Què hauríeu fet vosaltres?

Elements per planificar el joc en família

- Posar-se en el lloc dels menors. L'important és que els nostres fills se sentin còmodes i aprenguin de nosaltres durant el joc.
- Edat i habilitats. Tenir en compte l'edat i les habilitats dels nostres fills per seleccionar el tipus de joc.
- Tipus de joc. Valorar el tipus de joc més convenient en funció de l'edat i de les possibilitats. Jugar cooperativament.
- Buscar un temps i un espai. És convenient buscar moments en què pugui estar junta tota la família sense obligacions ni interrupcions. La disponibilitat d'espai determinarà un o un altre tipus de joc. Si és a casa, en un parc, etc.
- Freqüència. Establir moments de joc periòdics. Caps de setmana, per exemple.
- Motivació conjunta. Tractar que es tinguin en compte els interessos i les motivacions de tots els participants.

Sessió 2

L'oci compartit és divertit!

Objectius

Conèixer els recursos d'oci compartit de diversió i de satisfacció accessibles a la família i a les seves possibilitats.

Desenvolupar estratègies per accedir als recursos d'oci compartit de diversió i de satisfacció.

Continguts

Recursos d'oci compartit de diversió i de satisfacció.

Beneficis de l'oci compartit en família.

Estratègies per accedir als recursos d'oci compartit de diversió i de satisfacció.

Activitats:

Activitat 1: On i com ens podem divertir tota la família?

Activitat 2: Quin pla tenim?

Materials i recursos

Fitxa 1: Frases de recursos d'oci.

Fitxa 2: Beneficis de l'oci compartit en família.

Fitxa 3: Desenvolupant el pla.

USB: Presentació animada *Els recursos d'oci en el nostre entorn*.

Frases de recursos d'oci

L'OCI COMPARTIT EN FAMÍLIA

- L'oci de diaris
- És preu i té resultats immediats.
- L'entreteniment i el descans tenen un paper important.

L'OCI DE SATISFACCIÓ

- Pretén la realització personal de cada membre de la família.
- Té en compte les capacitats, els desitjos i els interessos de tots.
- Requereix més col·laboració.

REUNIONS FAMILIARS

- Balleu i cantem.
- Mirem i parlem.
- Creuem d'opinió: fanàstics.
- Celebrem festes.

DESORBERIR LA NATURALLESA

- Gaudir.
- Conèixer.
- Nedar.
- Jogar.
- Fer exercici.

PRESENCIA PER LA FELICITAT

- Anar amb bicicletes, amb patins o patinet.
- Conèixer i mirar operadors de botgues.

Mòdul 6
Sessions per a pares
Sessió 2
Activitat 1
Fitxa 1: Frases de recursos d'oci

BENEFICIS DE L'OCI COMPARTIT EN FAMÍLIA

- Proporciona bona salut mental.
- Allevia el desenvolupament i el creixement personal.
- Redueix el risc de patir problemes físics o conductes d'alt risc.
- Facilita la socialització i la vida familiar.
- Ajuda la prevenció de problemes associats per a joves sense risc.
- No afegeix, reconeixement, una gran despesa econòmica.
- Permet treballar amb els altres i respectar cap altra persona involucrada, etc.

Mòdul 6
Sessions per a pares
Sessió 2
Activitat 1
Fitxa 2: Beneficis de l'oci compartit en família

Desenvolupant el pla

On anirem?	
Com hi anirem?	
Quan hi anirem?	
Amb qui hi anirem?	
Què tenim pensat fer-hi?	
Què necessitem anar-hi?	

Mòdul 6
Sessions per a pares
Sessió 2
Activitat 2
Fitxa 3: Desenvolupant el pla



Mòdul 6
Sessions per a pares
Sessió 2
Activitat 1
USB: Presentació animada *Els recursos d'oci en el nostre entorn*

Desenvolupament de la sessió

A més del joc, altres activitats d'oci són importants per al desenvolupament d'hàbits saludables en els nens: activitats culturals, creatives, esportives, de contacte amb la natura, assistència a festes, etc. Aquestes activitats poden fer-se de manera individual, amb els iguals i amb els membres de la família, però la família hi té un paper important, ja que facilitarà que els menors visquin les activitats amb plaer i, per tant, els resultin beneficioses.

Perquè això es doni, és necessària la motivació i la implicació de la família. L'oci compartit en família facilita que es creï i s'enforteixen els llaços familiars, possibilita nous canals de comunicació entre pares i fills. En un context distès, de relaxació i diversió, la creació o consolidació d'aquests vincles entre els membres de la família serà molt beneficiosa per a l'etapa posterior: l'adolescència.

Són molts els recursos que poden aprofitar les famílies en el seu entorn més proper per gaudir juntes: conèixer-los i tenir clar com accedir-hi i què els ofereix cada un d'aquests és una estratègia que ajudarà a gaudir-ne i comportarà beneficis en la relació familiar.

Activitat 1

On i com ens podem divertir tota la família?

Treball en grup petit. Presentació animada.
35 minuts.

a. Introducció

Durant la setmana totes les famílies gaudeixen d'algun moment de descans. Hi ha diferents tipus d'oci i diverses maneres d'ocupar-lo. Així podem dedicar el temps d'oci a fer activitats on el descans i l'entreteniment juguin un paper important; es tracta d'oci passiu, és un oci de diversió. Podríem dir que és un oci que té resul-

tats immediats. Però també hi ha un altre oci més actiu: l'oci de satisfacció. Aquest tipus d'oci cerca la realització personal. Té en compte les capacitats, els desitjos i els interessos de cada membre de la família. És un oci que requereix més esforç que el de diversió. Per poder gaudir d'aquests tipus d'oci, disposem, al nostre entorn, de diferents recursos. A més, per completar la introducció, cal ressaltar, durant l'activitat, que els pares són models d'oci per als fills. La família és un dels agents de socialització més importants per a ells. A partir del model familiar, els menors aprenen a relacionar-se amb els altres, a interactuar, a comportar-se, a gaudir de l'oci, etc. Compartir l'oci entre pares i fills és una eina important d'aprenentatge. Els jocs amb regles porten implícits una sèrie d'aprenentatges: respectar torns, gestionar frustracions davant la pèrdua, promocionar estratègies de superació dels fracassos, generositat amb els vençuts, ajudar els de menor edat o els qui no coneixen el joc, etc. Per tot això, és convenient incidir al llarg de la sessió en el fet que l'oci no és només diversió i jocs, sinó una necessitat evolutiva per promoure l'aprenentatge infantil.

b. Desenvolupament

Es comentarà que veuran una presentació animada sobre *Els recursos d'oci en el nostre entorn*, en què podran veure diferents alternatives. Es recomanarà que hi estiguin molt atents perquè després faran una activitat que es basarà en aquesta informació.

Un cop visionat el vídeo, se'ls recomanarà que formin tres grups. Prèviament, a la paret es col·locaran cartolines. A la part superior de cada una d'aquestes, s'hi posarà una diapositiva amb un tipus de recurs diferent. A cada grup, se li lliuraran les frases següents per separat (fitxa 1: "Frases de recursos d'oci") i hauran de decidir a quin recurs d'oci correspon cadascuna.

Les frases es poden retallar i plastificar perquè s'adhereixin amb més facilitat a les cartolines.

D'aquesta manera, facilitem que els progenitors puguin enganxar les diferents frases a la cartolina que correspongui i desenganxar-les quan sigui necessari, sense que es trenquin.

FITXA 1: FRASES DE RECURSOS D'OCI

L'OCI COMPARTIT EN FAMÍLIA

- L'oci de diversió:
 - És passiu i té resultats immediats.
 - L'entreteniment i el descans tenen un paper important.
- L'oci de satisfacció:
 - Pretén la realització personal de cada membre de la família.
 - Té en compte les capacitats, els desitjos i els interessos de tots.
 - Requereix més esforç.

REUNIONS FAMILIARS

- Ballem i cantem.
- Riem i parlem.
- Gaudim d'àpats familiars.
- Celebrem festes.

DESCOBRIR LA NATURALESIA

- Gaudir.
- Córrer.
- Nedar.
- Jugar.
- Fer exercici.

PASSEJAR PER LA CIUTAT

- Anem amb bicicleta, amb patins o patinet.
- Caminem i mirem aparadors de botigues.

CONÈIXER PARCS I PLACES

- Els acompanyem a jugar als gronxadors i tobogans.
- Ens trobem amb amistats.
- Participem en activitats lúdiques.

ANAR ALS CENTRES

- Conèixer altres famílies.
- Fem manualitats i activitats lúdiques.
- Portem els nostres fills a jugar.
- Veiem teatre infantil en família.
- Fem activitats esportives.
- Aprenem i escoltem música.

DIVERTIR-SE A LA LUDOTECA

- Acompanyem a jugar els nostres fills.
- Compartim moments agradables amb els altres.
- Llegeixen contes, fan teatre...

APRENDRE A LA BIBLIOTECA

- Llegim llibres i contes amb els nostres fills.
- Emprem l'ordinador per jugar amb els nostres fills.
- Participem junts en activitats lúdiques.

MOURE'S EN EL PAVELLÓ ESPORTIU

- Fem activitats esportives amb els nostres fills.
- Participem en campionats amb els nostres fills.
- Ens relacionem amb altres famílies.
- Fem activitats saludables.

EXPLORAR LA CULTURA

- Visitem exposicions i gaudim aprenent coses noves.
- Coneixem la cultura del nostre país i del món.
- Participem en activitats creatives amb la família.

La diversió, el descans i el creixement personal són els objectius per gaudir del temps lliure en família.

Un cop tots els grups hagin col·locat les frases a les cartolines dels diferents recursos, es comentaran les seves aportacions.

c. Conclusió

Com a conclusió de l'activitat es comentarà que, com han pogut observar en l'entorn, hi ha molts recursos d'oci que es poden utilitzar, uns que

impliquen menys esforç i d'altres que produeixen més satisfacció. També se'ls explicarà que, a més de gaudir-ne, poden ajudar els seus fills a aprendre i poden proporcionar nombrosos beneficis per a tota la família, com poden apreciar en la fitxa 2.

FITXA 2: BENEFICIS DE L'OCI COMPARTIT EN FAMÍLIA

- Proporciona bona salut mental.
- Afavoreix el desenvolupament i el creixement personal.
- Redueix el risc de patir problemes físics o consumir alcohol i drogues.
- Facilita la socialització i la vida familiar.
- Ajuda la prevenció de problemes socials per a joves en risc.
- No suposa, necessàriament, una gran despesa econòmica.
- Permet treballar valors com el respecte cap als recursos mediambientals, etc.

Activitat 2

Quin pla tenim?

Treball en grups petits.
25 minuts.

a. Introducció

Les ciutats i els barris ofereixen nombrosos recursos de lleure que nosaltres i els nostres fills podem utilitzar de manera individual o en família. Alguns recursos són més accessibles que d'altres, però tots ens poden ajudar a ocupar el temps lliure d'una manera divertida, entretinguda i satisfactòria. Per això, és important conèixer-los, saber quines activitats ofereixen i planificar la sortida perquè aquesta sigui satisfactòria per a tota la família.

b. Desenvolupament

Es pot introduir l'activitat de la manera següent:

- Ara que ja coneixeu els recursos que hi ha al vostre barri i a la vostra ciutat, i què us poden oferir, desenvoluparem un pla per dur a terme una sortida en família.

A continuació se suggerirà que formin grups de quatre membres. A cada grup, se li lliurarà la fitxa 3: "Desenvolupant el pla", i es comentarà:

- Planificarem una sortida, per exemple, a la muntanya, a la platja o a alguna zona que us sigui familiar i que no estigui gaire lluny de casa vostra. Per a això, cada grup ha de prendre decisions sobre les preguntes que apareixen en la fitxa.

FITXA 3: DESENVOLUPANT EL PLA

- On anirem?
- Com hi anirem?
- Quan hi anirem?
- Amb qui hi anirem?
- Què tenim pensat fer-hi?
- Què necessitem endur-nos-hi?

Després de 10 minuts, un representant de cada grup transmetrà al grup gran el que han comentat entre ells.

c. Conclusió

Com a conclusió es comentarà que, com han pogut observar, per fer una sortida en família que resulti satisfactòria per a tots, és important que es planifiqui, ja que, si es fa així, tindrem més oportunitats de gaudir-ne i passar-ho bé en família.

Recorda:

- En el nostre entorn hi ha molts recursos d'oci a la nostra disposició, que produeixen satisfacció i que poden facilitar que els nostres fills, a més de gaudir-ne, puguin aprendre en família.
- Per fer una sortida en família que resulti satisfactòria per a tots, és important que la planifiquem.

Frases de recursos d'oci

L'OCI COMPARTIT EN FAMÍLIA

- L'oci de diversió:
 - És passiu i té resultats immediats.
 - L'entreteniment i el descans tenen un paper important.
- L'oci de satisfacció:
 - Pretén la realització personal de cada membre de la família.
 - Té en compte les capacitats, els desitjos i els interessos de tots.
 - Requereix més esforç.

REUNIONS FAMILIARS

- Ballem i cantem.
- Riem i parlem.
- Gaudim d'àpats familiars.
- Celebrem festes.

DESCOBRIR LA NATURALESA

- Gaudir
- Córrer
- Nedar
- Jugar
- Fer exercici

PASSEJAR PER LA CIUTAT

- Anem amb bicicleta, amb patins o patinet.
- Caminem i mirem aparadors de botigues.

CONÈIXER PARCS I PLACES

- Els acompanyem a jugar als gronxadors i tobogans.
- Ens trobem amb amistats.
- Participem en activitats lúdiques.

ANAR ALS CENTRES

- Conèixer altres famílies.
- Fem manualitats i activitats lúdiques.
- Portem els nostres fills a jugar.
- Veiem teatre infantil en família.
- Fem activitats esportives.
- Aprenem i escoltem música.

DIVERTIR-SE A LA LUDOTECA

- Acompanyem a jugar els nostres fills.
- Compartim moments agradables amb els altres.
- Llegeixen contes, fan teatre...

APRENDRE A LA BIBLIOTECA

- Llegim llibres i contes amb els nostres fills.
- Emprem l'ordinador per jugar amb els nostres fills.
- Participem junts en activitats lúdiques.

MOURE'S EN EL PAVELLÓ ESPORTIU

- Fem activitats esportives amb els nostres fills.
- Participem en campionats amb els nostres fills.
- Ens relacionem amb altres famílies.
- Fem activitats saludables.

EXPLORAR LA CULTURA

- Visitem exposicions i gaudim aprenent coses noves.
- Coneixem la cultura del nostre país i del món.
- Participem en activitats creatives amb la família.

La diversió, el descans i el creixement personal són els objectius per gaudir del temps lliure en família.

BENEFICIS DE L'OCI COMPARTIT EN FAMÍLIA

- Proporciona bona salut mental.
- Afavoreix el desenvolupament i el creixement personal.
- Redueix el risc de patir problemes físics o consumir alcohol i drogues.
- Facilita la socialització i la vida familiar.
- Ajuda la prevenció de problemes socials per a joves en risc.
- No suposa, necessàriament, una gran despesa econòmica.
- Permet treballar valors com el respecte cap als recursos mediambientals, etc.

Desenvolupant el pla

On anirem?

Com hi anirem?

Quan hi anirem?

Amb qui hi anirem?

Què tenim pensat fer-hi?

Què necessitem endur-nos-hi?



Sessions per a fills

A tots els nens els agrada jugar. Durant el dia són nombrosos els jocs en què participen. Jocs de diferents tipus; sols o en grups, jocs moguts com córrer, tocar i parar, anar amb bicicleta, o jocs tranquils com disfressar-se, fer puzles, etc. Els agrada jugar amb els seus companys, però sobretot els encanta jugar en família, encara que no sempre és possible fer-ho en el moment en què ho desitgen, perquè els pares tenen moltes altres ocupacions. Per això, és necessari que tota la família, tant el pare com la mare i els fills, col·laborin per aconseguir-ho.

A més de jugar, hi ha un altre tipus d'activitats que es poden fer de manera individual, en grup d'amics o amb la família. Es tracta d'activitats que es poden dur a terme aprofitant tota una sèrie de recursos que ofereixen el barri i la ciutat, com ara parcs, places, la muntanya, la platja, els centres cívics, els centres socials i oberts, les biblioteques, les ludoteques, els pavellons d'esports, els museus, etc. Planificar aquestes activitats en família pot contribuir a fer que tots en gaudeixin i es diverteixin plegats.

Desenvolupament de la sessió

El joc té un paper molt important en la vida dels nens. Els resulta atractiu perquè és una activitat lliure i sense disciplina.

Mitjançant el joc els nens viuen situacions màgiques, plenes d'imaginació i fantasia. El joc, a més de ser una activitat divertida i agradable, en la qual el moviment i l'activitat física estan molt presents, és també un element importantíssim perquè els menors vagin incorporant els aprenentatges. El joc permet al nen adaptar-se al seu entorn i a la seva cultura; per això, és necessari educar en la cultura del joc, ja que aquest permet el desenvolupament de posteriors tasques evolutives.

Activitat 1 1, 2, 3, responguin vostès

Joc en grups petits.
30 minuts.

a. Introducció

A tots els nens us agrada jugar. Durant el dia, són molt diversos els jocs amb què jugueu, bé sigui sols o amb els vostres amics o germans. Uns jocs els feu al parc, o al carrer, i d'altres a les vostres cases. Alguns jocs són més moguts, perquè correu, jugueu a tocar i parar, a futbol, i d'altres són més tranquils, com disfressar-vos, fer puzles, etc.

b. Desenvolupament

Es comentarà que, a continuació, compartiran el major nombre possible de jocs que coneixen i als quals juguen sols o acompanyats, a casa o fora de casa. Per a això, jugaran entre tots al joc d'"1, 2, 3, responguin vostès". Seguidament, es suggerirà que formin tres grups similars, de manera que les edats siguin proporcionals, és a dir, que cada grup haurà d'estar

compost per nens d'edats compreses entre els 6 i els 12 anys, amb l'objectiu que es treballi de manera cooperativa. Un cop estiguin creats els grups, s'explicarà que l'objectiu de l'activitat és conèixer el major nombre possible de jocs als quals juguen habitualment.

La persona dinamitzadora farà de jutge i dirà "1, 2, 3, responguin vostès" i començarà a preguntar per l'integrant de menor edat d'un equip. Quan aquest respongui, farà la mateixa pregunta al de menor edat de l'altre grup i així successivament. Si al primer torn el participant no sap què contestar, tindrà una altra opció per comentar-ho amb la resta de l'equip i poder respondre. L'objectiu és que els jocs no es repeteixin i aconseguir el major nombre de jocs per grup.

A mesura que els grups vagin responent, s'anotaran a la pissarra els diferents jocs. Quan tots els membres dels tres grups hagin respost, es procedirà a comparar el nombre de jocs i s'establirà el grup guanyador, encara que es remarcarà que en el joc l'important no és guanyar, sinó participar i divertir-se.

c. Conclusió

Com a conclusió es comentarà que hi ha jocs de tota mena: jocs als quals poden jugar sols o amb amics, jocs en què cal moure's i que es juguen als parcs o al carrer, jocs més tranquils per jugar a casa. També hi ha jocs als quals tothom sap jugar, i d'altres als quals juguen els nens de més edat i als quals jugaran els de menys edat quan creixin.

Com a suport a les aportacions del grup, es pot utilitzar la classificació de jocs per edats de la fitxa 1.

Activitat 2

La família Llaminadures juga plegada

Treball en grup global. Conte.
25 minuts.

a. Introducció

Els nens aprenen valors i normes per mitjà del joc. Per això és important que els seus jocs estiguin supervisats per adults. L'oferta de jocs és molt diversa, des dels més educatius als més perniciosos (jocs violents, sexistes, passius, etc.). Per això, és important ajudar els menors a triar-los, motivant-los a seleccionar jocs educatius lliures de violència i valors sexistes, on prevalgui el respecte per les normes, la participació i la cooperació amb els companys de joc.

b. Desenvolupament

És comentarà:

— De vegades, us agradaria jugar amb els vostres pares, però no sabeu què podeu fer per aconseguir-ho. Ara llegirem un conte, *La família Llaminadures juga plegada*. Estigueu molt atents per veure com es resol la situació, perquè després ho comentarem per comprovar si vosaltres podeu fer el mateix per jugar amb la vostra família.

Cadascun de vosaltres ha de pensar que és un d'aquests personatges. Quins seran en Meló? Quins, la Taronja? Quins, la Maduixeta? Cadascun heu d'escoltar la història com si fósiu el personatge triat.

És molt important que es posi entonació a la veu per narrar el conte amb veu dolça i embolcallant, explicant amb gestos i moviments la història. D'aquesta manera, es captarà l'atenció de tots mentre es llegeix el conte.

FITXA 2: LA FAMÍLIA LLAMINADURES JUGA PLEGADA

La família Llaminadures estava composta per la mare Núvol de Sucre, el pare Regalèssia, el fill

Meló, d'11 anys, la filla Taronja, de 9 anys, i la Maduixeta, la petita, de 6 anys.

Un dia d'hivern a la tarda, eren tots a casa, ja que no hi havia escola i no podien sortir al parc ni a passejar perquè estava plovent.

La mare Núvol de Sucre, veient que no podien sortir, va dir:

— Aquesta tarda, com que plou i no podem sortir, aprofitaré per escriure uns missatges de correu electrònic.

El Pare Regalèssia, va dir:

— Doncs jo em posaré a arreglar un endoll, que fa temps que ho he de fer.

En Meló, la Taronja i la Maduixeta es van entretenir durant una estona veient la televisió i dibuixant. Però, quan ja portaven una estona jugant sols, van començar a avorrir-se.

Cada un d'ells va anar a queixar-se a la mare Núvol de Sucre i al pare Regalèssia.

— Mare, pare, m'avorreixo.

La mare Núvol de Sucre i el pare Regalèssia, com que estaven molt ocupats, els van dir:

— No molesteu i jugueu tots tres plegats.

Com que ja no sabien a què jugar sols, es van reunir tots tres. Van comentar a què podien jugar i van decidir que el que els agradaria seria jugar tots plegats: en Meló, la Taronja, la Maduixeta, la mare Núvol de Sucre i el pare Regalèssia.

Ara bé, tenien un problema. El seu pare i la seva mare estaven molt ocupats i es van preguntar:

— Com els podem convèncer perquè juguin amb nosaltres?

En Meló, el més gran dels tres germans, els va dir:

— Podem fer un pla.

Així que els tres es van posar a pensar en un pla per convèncer els seus pares perquè deixessin les seves ocupacions i juguessin tots junts.

La Maduixeta va comentar:

- Quan estiguin tranquils, anirem tots tres a parlar amb ells; així, entre tots, serà més fàcil convèncer-los.

La Taronja va proposar:

- Perquè no hagin de preocupar-se pels jocs, nosaltres pensarem i escollirem els jocs a què volem jugar.

En Meló va concloure:

- Els direm que ens fa molta il·lusió jugar tots junts.

A partir d'aquest moment, en Meló, la Taronja i la Maduixeta van estar tota l'estona atents al que estaven fent el seu pare i la seva mare. De sobte, els van veure a tots dos rient.

Els tres van dir a la vegada:

- Aquesta és l'ocasió, parlem amb ells.

En Meló, la Taronja i la Maduixeta van anar on eren els seus pares i els van dir els tres alhora:

- Mare, pare, volem parlar amb vosaltres.

En veure'ls tan seriosos, la mare Núvol de Sucre i el pare Regalèssia es van mirar entre si i van preguntar:

- Què voleu?, què us preocupa tant?

En Meló, en representació dels tres, va comentar:

- Hem pensat que ens agradaria jugar junts, nosaltres i vosaltres, aquesta tarda, ja que poques vegades ho fem.

El Pare Regalèssia va contestar:

- Ara estem molt ocupats, jugueu vosaltres sols.

Però ells van respondre:

- És que ens fa molta il·lusió, i ja hem pensat els jocs a què podem jugar. La Maduixeta té un joc; la Taronja, un altre i jo, un altre, de manera que no ens barallarem i podrem divertir-nos tots.

La mare Núvol de Sucre i el pare Regalèssia van escoltar atentament i, a mesura que en Meló anava parlant, les seves cares cada cop estaven més somrients. Una vegada plantejat el pla, la mare Núvol de Sucre i el pare Regalèssia es miraren i van dir:

- D'acord. Ens ha agradat el pla que heu pensat. Ara acabarem el treball que estem fent i dintre d'una estona ens posarem a jugar. Aneu preparant els jocs.

Aquella tarda, van estar jugant els cinc durant molta estona. Es van divertir tant que gairebé s'oblidaren de l'hora de sopar.

Aquella nit la família Llaminadures se'n va anar a dormir contenta i alegre, i sobretot en Meló, la Taronja i la Maduixeta, ja que jugar amb els seus pares havia estat molt divertit i agradable. Tots van quedar tan contents que van acordar repetir-ho més sovint.

Un cop acabat el conte es preguntarà al grup gran:

- Com creieu que s'han sentit la mare Núvol de Sucre i el pare Regalèssia?
- Com creieu que s'han sentit en Meló, la Taronja i la Maduixeta?
- Què us sembla el pla elaborat per en Meló, la Taronja i la Maduixeta per convèncer el seu pare i la seva mare?
- A més del pla d'en Meló, la Taronja i la Maduixeta, quines altres coses podeu fer per convèncer els vostres pares perquè juguin amb vosaltres?
- A què us agradaria jugar amb els vostres pares i els vostres germans?

A mesura que vagin responent s'anotaran les respostes a la pissarra.

c. Conclusió

Com a conclusió de l'activitat, es comentarà que a totes les famílies els agradaria jugar juntes. El problema és que no sempre els pares estan dis-

ponibles, per la qual cosa és necessari tenir un pla per facilitar que els pares també puguin jugar amb nosaltres. A més, se'ls explicarà que per jugar tots junts han de buscar jocs on tothom pugui participar, des dels de més grans als més petits, i que els primers han d'ajudar els segons perquè puguin participar en un pla d'igualtat.

Recorda:

- Hi ha molts jocs als quals pots jugar sol, amb amics o germans i també amb els teus pares.
- Els pares no sempre estan disponibles per jugar, però hem de cercar els moments adequats i tenir un pla per explicar-los per què ens fa il·lusió.

Tipus de jocs

De 6 a 9 anys Tipus de jocs	De 10 a 12 anys Tipus de jocs
<p>— Jocs d'exercici</p> <p>Tocar i parar, fet i amagar, persecucions, pilotes, anelles, cordes, gronxadors, jocs de lluita, simular baralles, baldufes, tacs, bicicleta, patinet, patins, balls, jocs físics amb l'ús de la tecnologia (videojocs).</p> <p>Inicien esports.</p>	<p>— Jocs d'exercici</p> <p>Bicicleta, patinet, monopati (skate), futbol, bàsquet, balls en grup, joc de bitlles, futbolí, billar, ping-pong, tennis, pàdel, squaix, jocs físics amb l'ús de la tecnologia (videojocs).</p> <p>Esports competitius.</p>
<p>— Jocs de representació</p> <p>Titelles, ninots articulats, nines, disfresses, oficis, casetes, cotxes, jocs de princeses, metges o altres simulacions, maquillatge, cuinetes, caracterització de personatges coneguts, mímica, etc.</p>	<p>— Jocs de representació</p> <p>Coreografies, representacions dramàtiques, musicals amb argument i papers definits, el Qui és Qui, jocs de simular i endevinar pel·lícules, jocs de simulació de la vida real per mitjà de l'ordinador, etc.</p>
<p>— Jocs d'acoblament i construcció</p> <p>Jocs tipus lego, de construccions, puzles, muntatges mecànics, elaboració de produccions artístiques amb cartró, fang, paper, jocs d'acoblament amb l'ús de l'ordinador o videoconsoles (per exemple, puzles i Tetris).</p>	<p>— Jocs d'acoblament i construcció</p> <p>Lego, jocs magnètics, trencaclosques, jocs de paraules, elaboració de produccions artístiques complexes amb materials reciclats, jocs d'acoblament amb l'ús de l'ordinador o consoles de joc (per exemple, la diana virtual).</p>
<p>Dins d'aquesta categoria, podem incloure jocs d'elaboració de llaminadures, gelats, xocolata, etc., amb l'ús de petites eines de joguina.</p>	<p>Dins d'aquesta categoria, podem incloure jocs de disseny i elaboració de roba, bosses, etc. Hi ha paquets de joguines per a aquestes elaboracions, així com la versió en línia del disseny de vestits per a nines.</p>
<p>— Jocs de regles senzilles</p> <p>Loteria, dòmino, circuits, parxís, cartes, joc de l'oca, tres en ratlla, de paraules, el penjat, etc. Els jocs anteriors també es troben en versions en línia o en videoconsoles.</p>	<p>— Jocs de regles complexes</p> <p>Cartes, dòmino, escacs, jocs de memòria, dames, el cub de Rubik, sudokus. Versions en línia o en videoconsola tradicionals.</p>

La família Llaminadures juga plegada

La família Llaminadures estava composta per la mare Núvol de Sucre, el pare Regalèssia, el fill Meló, d'11 anys, la filla Taronja, de 9 anys, i la Maduixeta, la petita, de 6 anys.

Un dia d'hivern a la tarda, eren tots a casa, ja que no hi havia escola i no podien sortir al parc ni a passejar perquè estava plovent.

La mare Núvol de Sucre, veient que no podien sortir, va dir:

—Aquesta tarda, com que plou i no podem sortir, aprofitaré per escriure uns missatges de correu electrònic.

El Pare Regalèssia, va dir:

—Doncs jo em posaré a arreglar un endoll, que fa temps que ho he de fer.

En Meló, la Taronja i la Maduixeta es van entretenir durant una estona veient la televisió i dibuixant. Però, quan ja portaven una estona jugant sols, van començar a avorrir-se.

Cada un d'ells va anar a queixar-se a la mare Núvol de Sucre i al pare Regalèssia.

—Mare, pare, m'avorreixo.

La mare Núvol de Sucre i el pare Regalèssia, com que estaven molt ocupats, els van dir:

—No molesteu i jugueu tots tres plegats.

Com que ja no sabien a què jugar sols, es van reunir tots tres. Van comentar a què podien jugar i van decidir que el que els agradaria seria jugar tots plegats: en Meló, la Taronja, la Maduixeta, la mare Núvol de Sucre i el pare Regalèssia.

Ara bé, tenien un problema. El seu pare i la seva mare estaven molt ocupats i es van preguntar:

—Com els podem convèncer perquè juguin amb nosaltres?

En Meló, el més gran dels tres germans, els va dir:

—Podem fer un pla.

Així que els tres es van posar a pensar en un pla per convèncer els seus pares perquè deixessin les seves ocupacions i juguessin tots junts.

La Maduixeta va comentar:

—Quan estiguin tranquils, anirem tots tres a parlar amb ells; així, entre tots, serà més fàcil convèncer-los.

La Taronja va proposar:

—Perquè no hagin de preocupar-se pels jocs, nosaltres pensarem i escollirem els jocs a què volem jugar.

En Meló va concloure:

—Els direm que ens fa molta il·lusió jugar tots junts.

A partir d'aquest moment, en Meló, la Taronja i la Maduixeta van estar tota l'estona atents al que estaven fent el seu pare i la seva mare. De sobte, els van veure a tots dos rient.

Els tres van dir a la vegada:

—Aquesta és l'ocasió, parlem amb ells.

En Meló, la Taronja i la Maduixeta van anar on eren els seus pares i els van dir els tres alhora:

—Mare, pare, volem parlar amb vosaltres.

En veure'ls tan seriosos, la mare Núvol de Sucre i el pare Regalèssia es van mirar entre si i van preguntar:

—Què voleu?, què us preocupa tant?

En Meló, en representació dels tres, va comentar:

—Hem pensat que ens agradaria jugar junts, nosaltres i vosaltres, aquesta tarda, ja que poques vegades ho fem.

El Pare Regalèssia va contestar:

—Ara estem molt ocupats, jugueu vosaltres sols.

Però ells van respondre:

—És que ens fa molta il·lusió, i ja hem pensat els jocs a què podem jugar.

La Maduixeta té un joc; la Taronja, un altre i jo, un altre, de manera que no ens barallarem i podrem divertir-nos tots.

La mare Núvol de Sucre i el pare Regalèssia van escoltar atentament i, a mesura que en Meló anava parlant, les seves cares cada cop estaven més somrients. Una vegada plantejat el pla, la mare Núvol de Sucre i el pare Regalèssia es miraren i van dir:

—D'acord. Ens ha agradat el pla que heu pensat. Ara acabarem el treball que estem fent i dintre d'una estona ens posarem a jugar. Aneu preparant els jocs.

Aquella tarda, van estar jugant els cinc durant molta estona. Es van divertir tant que gairebé s'oblidaren de l'hora de sopar.

Aquella nit la família Laminadures se'n va anar a dormir contenta i alegre, i sobretot en Meló, la Taronja i la Maduixeta, ja que jugar amb els seus pares havia estat molt divertit i agradable. Tots van quedar tan contents que van acordar repetir-ho més sovint.

Sessió 2

Gaudim de l'oci

Objectius

Conèixer els recursos d'oci i les seves possibilitats per jugar i divertir-se en família.
Desenvolupar estratègies per accedir als recursos d'oci compartit amb la família.

Continguts

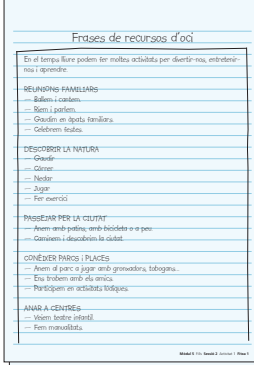
Recursos d'oci compartit de diversió i de satisfacció.
Estratègies per accedir als recursos d'oci compartit de diversió i de satisfacció.

Activitats

Activitat 1: On i com ens podem divertir tota la família?
Activitat 2: Quin pla tenim?

Materials i recursos:

USB: Presentació animada *Els recursos d'oci del nostre entorn*
Fitxa 1: Frases de recursos d'oci.
Fitxa 2: Desenvolupant el pla.



Frases de recursos d'oci

En el temps lliure podem fer moltes activitats per divertir-nos, entretenir-nos i aprendre:

RECURSOS FAMILIARS

- ... Bèiem i cantem.
- ... Bnem i parlem.
- ... Quedem en aqueta família.
- ... Colorem fotos.

DESCOBRIR LA NATURA

- ... Gaudir.
- ... Cançar.
- ... Nedar.
- ... Jugar.
- ... Fer exercici.

PREPARAR PER LA CUITA

- ... Anem amb patins, amb bicicleta o a peu.
- ... Canviem i descobrim la ciutat.

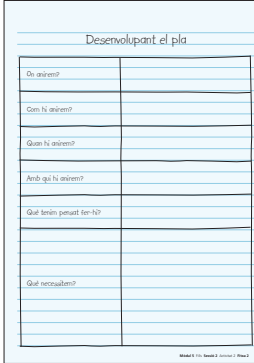
CONÈXER PÀRCS I PLACES

- ... Anem al parc o jugar amb grassekera, taboques.
- ... Espi totem amb els amics.
- ... Participem en activitats lúdiques.

ANAR A CENTRES

- ... Volem sentir música.
- ... Fem manualitats.

Mòdul 6
Sessions per a fills
Sessió 2
Activitat 1
Fitxa 1: Frases de recursos d'oci



Desenvolupant el pla

On anirem?	
Com hi anirem?	
Quan hi anirem?	
Amb què hi anirem?	
Què hem pensat fer-hi?	
Què necessitem?	

Mòdul 6
Sessions per a fills
Sessió 2
Activitat 2
Fitxa 2: Desenvolupant el pla.



Mòdul 6
Sessions per a fills
Sessió 2
Activitat 1
USB: Presentació animada *Els recursos d'oci del nostre entorn*.

Desenvolupament de la sessió

A més del joc, calen altres activitats d'oci per al desenvolupament d'hàbits saludables en els nens: activitats culturals, creatives, esportives, de contacte amb la natura, assistència a festes. Aquestes activitats es poden dur a terme de manera individual, amb els iguals i amb els membres de la família. Són molts els recursos que poden aprofitar els menors de manera individual o en família, en el seu entorn més proper, per gaudir-ne i entretenir-se. Conèixer i tenir clar com accedir-hi i què els ofereixen aquests recursos és una estratègia que ajudarà a gaudir-ne més.

Activitat 1

On i com ens podem divertir tota la família?

Treball en grup petit.
35 minuts.

a. Introducció

Tots els nens, en un moment o un altre, tenen moments de descans per gaudir-ne i divertir-se sols, en companyia dels amics o amb les seves famílies. Aquests moments els podem ocupar amb diferents activitats d'oci; unes que coneixem amb el nom d'oci de diversió, amb l'objectiu de passar-ho bé, gaudir-ne, etc., i d'altres conegudes com a lleure de satisfacció, en les quals, a més de passar-ho bé, podem aprendre.

Per poder gaudir d'aquests tipus d'oci, podem trobar al nostre barri i a la nostra ciutat diferents recursos que és interessant conèixer.

b. Desenvolupament

Es comenta que, a continuació, coneixeran diferents recursos del seu barri i de la seva ciutat amb què poden fer activitats de lleure que poden fer sols, amb amics o amb les seves famílies. Aquests tipus d'oci poden ser de diversió (celebració d'una festa,

sortida a la natura, passejar per la ciutat) o de satisfacció (centre social o centre cívic, centre obert, ludoteques, biblioteques, pavellons esportius i museus). Per conèixer aquests recursos i saber què els ofereix cada un d'aquests, visionarem *Els recursos d'oci del nostre entorn*. Hem de recomanar que estiguin molt atents durant el visionament, ja que, d'aquesta manera, tindran més elements per poder decidir quin d'aquests els agradaria utilitzar.

Un cop visionat el vídeo, es recomanarà que formin tres grups. Prèviament, a la paret s'hi hauran col·locat unes cartolines. En la part superior de cada una d'aquestes, s'hi posarà una diapositiva amb un tipus de recurs diferent. A cada grup se li lliuraran les frases següents per separat i hauran de decidir a quin recurs de lleure correspon cadascuna i enganxar-la a la cartolina corresponent.

FITXA 1: FRASES DE RECURSOS D'OCI

En el temps lliure podem fer moltes activitats per divertir-nos, entretenir-nos i aprendre-hi.

REUNIONS FAMILIARS

- Ballem i cantem.
- Riem i parlem.
- Gaudim en àpats familiars.
- Celebrem festes.

DESCOBRIR LA NATURA

- Gaudir
- Córrer
- Nedar
- Jugar
- Fer exercici

PASSEJAR PER LA CIUTAT

- Anem amb patins, amb bicicleta o a peu.
- Caminem i descobrim la ciutat.

CONÈIXER PARCS I PLACES

- Anem al parc a jugar amb gronxadors, tobogans...
- Ens trobem amb els amics.
- Participem en activitats lúdiques.

ANAR A CENTRES

- Veiem teatre infantil.
- Fem manualitats.
- Juguem amb altres nens.
- Fer activitats esportives.
- Aprenem i escoltem música.

DIVERTIR-SE A LA LUDOTECA

- Juguem amb altres nens.
- Compartim moments agradables amb els altres.
- Ens contem contes, fem teatre...

APRENDRE A LA BIBLIOTECA

- Llegim llibres i contes.
- Utilitzem l'ordinador per jugar amb la família.
- Participem tots junts en activitats lúdiques.

MOURE'S EN EL PAVELLÓ ESPORTIU

- Fem esport acompanyats dels nostres pares.
- Participem en campionats.
- Fem activitats saludables.

EXPLORAR LA CULTURA

- Visitem exposicions i gaudim aprenent coses noves.
- Coneixem la cultura del nostre país i del món.
- Participem en activitats creatives amb la família.

En el nostre entorn hi ha molts recursos que podem utilitzar de forma individual, amb els nostres amics i la nostra família, i que ens permeten compartir, divertir-nos i, alhora, aprendre.

Quan tots els grups han col·locat les frases en les cartolines dels diferents recursos, es comenten les aportacions fetes per cada grup i es destaquen les accions i els recursos d'oci que més agraden als nens.

c. Conclusió

Com a conclusió de l'activitat, es comenta que, com han pogut observar, al nostre entorn hi ha nombrosos recursos que podem utilitzar, ja sigui sols, amb amics, o amb la nostra família. Qualse-

vol d'aquests ens permet ocupar el temps, divertir-nos i, alhora, aprendre. A més, s'ha d'assenyalar la importància que té el fet que puguin parlar amb els seus pares sobre els recursos que els agradaria utilitzar per dur a terme l'oci en família (ludoteca, cinema, passejar, etc.).

Activitat 2

Quin pla tenim?

Treball en grups petits.
25 minuts.

a. Introducció

Les ciutats ofereixen nombrosos recursos d'oci, alguns més accessibles que d'altres. El que és important és conèixer-los, saber quines activitats ofereixen i planificar la sortida perquè aquesta sigui satisfactòria per a tota la família.

b. Desenvolupament

Es comenta:

—Ara que ja coneixeu els recursos que hi ha al vostre barri o a la vostra ciutat, i què és el que ens ofereixen, desenvoluparem un pla per dur a terme una sortida amb la vostra família.

Se'ls indica que formin grups de quatre persones. A cada grup se li lliura la fitxa 2: "Desenvolupant el pla", i se'ls comenta:

—Planificarem una sortida, per exemple a la muntanya, a la platja, o a alguna zona que a vosaltres us agradi. Per a això, cada grup ha de prendre les decisions a partir de les preguntes que apareixen en la fitxa.

Com que els nens poden ser petits, es demana als més grans de cada grup que tractin d'escriure el que diuen els seus companys. Una altra alternativa, si les edats dels participants no permeten fer l'activitat per escrit, és comentar les preguntes i les respostes del pla en grup gran i anotar-les a la pissarra.

FITXA 2: DESENVOLUPANT EL PLA

- On anirem?
- Com hi anirem?
- Quan hi anirem?
- Amb qui hi anirem?
- Què tenim pensat fer-hi?
- Què necessitem?

Després de 10 minuts, un representant de cada grup traslladarà el que s'ha comentat en el seu grup al grup gran. Si s'ha fet en grup gran, el debat i intercanvi de propostes es durà a terme durant el desenvolupament de l'activitat.

c. Conclusió

Una conclusió vàlida de l'activitat podria ser comentar:

—Com heu vist, per dur a terme una sortida satisfactòria amb la vostra família és important que la planifiqueu, ja que així podreu comprovar que teniu moltes més oportunitats de gaudir i de passar-ho bé tots junts. És important que aporteu les vostres opinions perquè les activitats que feu en família us agradin a tots, però recordeu que abans de rebutjar una proposta, cal que faciliteu altres alternatives per valorar quina us motiva a tots.

Recorda:

— En el nostre entorn hi ha molts recursos que podem utilitzar, tant sols o amb amics, com amb la nostra família. Qualsevol d'aquests ens permet ocupar el temps, divertir-nos i alhora, aprendre.
— Per fer una sortida satisfactòria amb la vostra família, és important que la planifiqueu, ja que així tindreu moltes més oportunitats de gaudir i de passar-ho bé tots plegats.

Frases de recursos d'oci

En el temps lliure podem fer moltes activitats per divertir-nos, entretenir-nos i aprendre.

REUNIONS FAMILIARS

- Ballem i cantem.
- Riem i parlem.
- Gaudim en àpats familiars.
- Celebrem festes.

DESCOBRIR LA NATURA

- Gaudir
- Córrer
- Nedar
- Jugar
- Fer exercici

PASSEJAR PER LA CIUTAT

- Anem amb patins, amb bicicleta o a peu.
- Caminem i descobrim la ciutat.

CONÈIXER PARCS I PLACES

- Anem al parc a jugar amb gronxadors, tobogans...
- Ens trobem amb els amics.
- Participem en activitats lúdiques.

ANAR A CENTRES

- Veiem teatre infantil.
- Fem manualitats.

- Juguem amb altres nens.
- Fem activitats esportives.
- Aprenem i escoltem música.

DIVERTIR-SE A LA LUDOTECA

- Juguem amb altres nens.
- Compartim moments agradables amb els altres.
- Ens contem contes, fem teatre...

APRENDRE A LA BIBLIOTECA

- Llegim llibres i contes.
- Utilitzem l'ordinador per jugar amb la família.
- Participem tots junts en activitats lúdiques.

MOURE'S EN EL PAVELLÓ ESPORTIU

- Fem esport acompanyats dels nostres pares.
- Participem en campionats.
- Fem activitats saludables.

EXPLORAR LA CULTURA

- Visitem exposicions i gaudim aprenent coses noves.
- Coneixem la cultura del nostre país i del món.
- Participem en activitats creatives amb la família.

En el nostre entorn hi ha molts recursos que podem utilitzar de forma individual, amb els nostres amics i la nostra família, i que ens permeten compartir, divertir-nos i, alhora, aprendre.

Desenvolupant el pla

On anirem?	
Com hi anirem?	
Quan hi anirem?	
Amb qui hi anirem?	
Què tenim pensat fer-hi?	
Què necessitem?	





Sessions per a famílies

Jugar en família és una cosa que agrada a tots els nens, però de vegades no resulta tan fàcil, ja que, en general, els progenitors estan molt ocupats i resulta difícil trobar moments per compartir el joc de manera improvisada. Planificar el joc entre tots, pares i nens, facilitarà que l'acte de jugar sigui divertit i agradable per a tota la família.

El joc i l'oci compartit en família aporten nombrosos beneficis: faciliten tasques de desenvolupament evolutiu en el nen o la nena, promocionen oportunitats d'aprenentatge, nodreixen i regeneren els llaços afectius entre els membres de la família i ens fan sentir part d'un tot, on tothom és igual d'important.

Per aconseguir-ho, cal organitzar, planificar i triar l'oci per a tots els membres de la família. D'aquesta manera, les possibilitats de diversió compartida seran més satisfactòries per a tothom: pares, mares i fills.

Sessió 1

Compartim el joc en família

Objectius

Compartir estratègies per facilitar el joc compartit en família.

Conèixer diferents tipus de jocs que es puguin desenvolupar en família.

Continguts

Cooperació en el joc en família.

Jugar en família.

Activitats

Activitat 1: Busquem la solució plegats

Activitat 2: Juguem!

Materials i recursos

Fitxa 1. Els problemes de la família Ferrer.

Fitxa 2: Planifiquem la sortida.

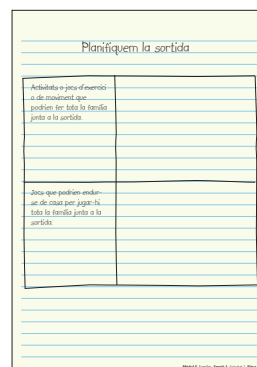
Fitxa 3: Compromisos per a casa.



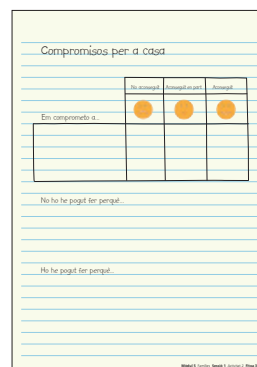
Mòdul 6
Sessions per a famílies
Sessió 1
Activitat 1
Fitxa 1a. Els problemes de la família Ferrer.



Mòdul 6
Sessions per a famílies
Sessió 1
Activitat 1
Fitxa 1b. Els problemes de la família Ferrer.



Mòdul 6
Sessions per a famílies
Sessió 1
Activitat 1
Fitxa 2. Planifiquem la sortida



Mòdul 6
Sessions per a famílies
Sessió 1
Activitat 2
Fitxa 3. Compromisos per a casa

Desenvolupament de la sessió

En les sessions anteriors, els progenitors han reflexionat sobre els jocs dels seus fills i sobre l'oci compartit. A més, els nens han vist diferents possibilitats de joc, així com la importància d'aprendre a planificar les propostes per tal de compartir l'oci en família.

Per separat, s'ha valorat la riquesa i el benefici que comporta el joc i el lleure compartit amb la família: faciliten tasques de desenvolupament evolutiu en els menors, proporcionen oportunitats d'aprenentatge, nodreixen i regeneren els llaços afectius entre els membres de la família, etc. En aquesta sessió es posaran en pràctica aquests aprenentatges: tota la família jugant plegada.

Activitat 1 Busquem la solució plegats

Grups petits. Vinyetes
20 minuts.

a. Introducció

Com hem vist durant el treball d'aquests dies, encara que a tots ens agradi jugar en família, no sempre és fàcil fer-ho, ja que cada membre de la família té uns interessos, a l'un li agrada jugar a una cosa i a l'altre a una altra. Per poder gaudir tots junts, és necessari arribar a un acord.

b. Desenvolupament

Tot seguit, farem una activitat que es diu "Busquem la solució plegats". Per fer-la, ens haurem d'agrupar en grups de tres famílies. Un cop formats els grups, s'explica que treballaran la situació d'una família que té dificultats en la gestió de l'oci. Es llegirà la història *Els problemes de la família Ferrer*, en la qual apareixen vinyetes (fitxa 1b) que descriuen la situació següent:

FITXA 1: ELS PROBLEMES DE LA FAMÍLIA FERRER

La família Ferrer està composta per l'àvia Remei, la mare Anna, el pare Andreu i els seus fills Lluís, de 9 anys, i Llúcia, d'11. Com en altres ocasions, planejen sortir el diumenge a la muntanya. El lloc on volen anar és a prop de la ciutat on viuen, i ja hi han estat altres vegades. Hi ha una zona per menjar, una altra per jugar, molts arbres i altres famílies que, com la seva, aprofiten els diumenges per sortir. Però, tenen un problema que no saben com solucionar. Altres vegades que hi han estat, no s'ha divertit perquè no sabien a què jugar junts.

Un cop finalitzada l'explicació es comentarà:

— Ara intentarem, entre tots, buscar alguna solució perquè aquesta família pugui planificar millor la sortida i no s'avorreixin.

A cada grup se li lliurarà la fitxa 2: "Planifiquem la sortida", que han d'emplenar en uns 10 minuts aproximadament.

FITXA 2: PLANIFIQUEM LA SORTIDA

- Activitats o jocs d'exercici o de moviment que podrien fer tota la família junta a la sortida.
- Jocs que podrien endur-se de casa per jugar-hi tota la família junta a la sortida.

Quan tots els grups hagin acabat, un representant de cada grup comentarà al grup gran les solucions aportades pel seu grup, que s'han d'anotar a la pissarra.

c. Conclusió

Per concloure l'activitat, es comentarà que, com s'ha pogut apreciar, tots, grans i petits, coneixem moltes maneres de divertir-nos i molts jocs per poder passar un dia agradable en família. El que hem de fer és planificar i buscar solucions entre tots.

Activitat 2

Juguem!

Jocs.
35 minuts.

a. Introducció

Ara que ja sabem com jugar, amb què i amb qui, del que es tracta és d'experimentar jocs en família.

b. Desenvolupament

Es comenta que ara, després de tot el que han après, experimentaran el joc en família. S'explica que, de vegades, jugar en família només depèn de tenir ganes de gaudir junts. Per a això, se'ls proposa el joc La pilota explota.

Es formaran dos grups perquè tots puguin participar de forma més àgil i activa. Els membres de cada grup s'han d'asseure formant un cercle per grup. Cada dinamitzador ha d'estar durant la primera part de l'activitat amb un dels grups, de manera que cada cercle de persones compti amb el suport d'un coordinador.

A cada grup constituït se li facilita una pilota i se li expliquen les següents indicacions i regles del joc:

— El joc que jugarem és molt senzill però requereix que sigueu ràpids. Us direm un nom i heu de dir paraules relacionades amb aquest nom. Per exemple, si es diu "fruita", haureu de dir diferents fruites que conegueu. La pilota es passa al company de la dreta. Quan us arribi a vosaltres, heu de dir una fruita. I així amb cada una de les etiquetes. Les normes del joc són: per a cada nom, la pilota anirà passant per tots durant 3 minuts, de manera que haureu de dir la fruita i passar la pilota ràpidament al jugador següent, perquè si deixeu passar el temps la pilota us explotarà a les mans en 2 minuts. Si no se us acut cap paraula, haureu d'esforçar-vos a pensar perquè la pilota no es pot passar al company sense dir el nom de la fruita, i si no... us explotarà a les mans. Si una

persona reté la pilota més de 15 segons... també explota!

El dinamitzador controla el temps i xiula amb un xiulet quan aquest s'esgoti... i abans que la pilota exploti!

A continuació facilitem alguns dels noms que es poden utilitzar per iniciar les diferents rondes: fruites, animals, parts del cos, begudes, jocs, llocs d'oci, material escolar, roba, complements, mobles, electrodomèstics, brioixeria, llaminadures, etc.

c. Conclusió

Com a conclusió, es recalca que, com han pogut comprovar, hi ha moltes maneres de divertir-se junts en família, amb jocs en els quals puguin participar tots. Només cal planificar-ho, disposar una mica de temps, buscar o crear els jocs i posar-se a jugar.

Compromisos per a casa:

Tractar de planificar una tarda de joc en família i a casa, seguint les pautes treballades en la sessió.

Els problemes de la família Ferrer

La família Ferrer està composta per l'àvia Remei, la mare Anna, el pare Andreu i els seus fills Lluís, de 9 anys, i Llúcia, d'11. Com en altres ocasions, planegen sortir el diumenge a la muntanya. El lloc on volen anar és a prop de la ciutat on viuen, i ja hi han estat altres vegades. Hi ha una zona per menjar, una altra per jugar, molts arbres i altres famílies que, com la seva, aprofiten els diumenges per sortir. Però, tenen un problema que no saben com solucionar. Altres vegades que hi han estat, no s'ha divertit perquè no sabien a què jugar junts.






Planifiquem la sortida

Activitats o jocs d'exercici o de moviment que podrien fer tota la família junta a la sortida.

Jocs que podrien endur-se de casa per jugar-hi tota la família junta a la sortida.

Compromisos per a casa

	No aconseguit	Aconseguit en part	Aconseguit
Em comprometo a...			

No ho he pogut fer perquè...

Ho he pogut fer perquè...

Sessió 2

Desenvolupem recursos

Objectius

Experimentar estratègies d'oci compartit en família.

Continguts

Estratègies d'oci compartit en família.

Activitats

Activitat 1: La festa de les famílies de colors.

Materials i recursos:

Fitxa 1: Com ens organitzem?

Fitxa 2: Compromisos per a casa.

Com ens organitzem?

Quin nom ens posarem com a grup?

Què podem fer? Cada membre de cada grup comentarà què és el que li ve de gust fer i, entre tots, decidiran una activitat.

Com ho podem fer? Mirarem a trobar-hi algun material que pugui ajudar-nos a fer-la.

Què farà cadascun dels membres del grup?

Quan ens tocarà actuar?

Mòdul 6

Sessions per a famílies

Sessió 2

Activitat 1

Fitxa 1: Com ens organitzem?

Compromisos per a casa

	No s'ha pogut fer perquè...	S'ha pogut fer perquè...	Altres...
Em comprometo a...	●	●	●
No ho he pogut fer perquè...			
Ho he pogut fer perquè...			

Mòdul 6

Sessions per a famílies

Sessió 2

Activitat 1

Fitxa 2: Compromisos per a casa.

Desenvolupament de la sessió

Fins ara, els progenitors, d'una banda, i els nens, de l'altra, heu conegut els recursos als quals podeu accedir per entretenir-vos, divertir-vos i aprendre. A més, també heu experimentat com fer la planificació perquè aquestes sortides familiars resultin satisfactòries i profitoses per a tothom. Ara es tracta que, entre tots, pares i fills, les posem en pràctica.

Activitat 1 La festa de les famílies de colors

Treball en petits grups.
55 minuts.

a. Introducció

Quan es tracta que la família dugui a terme una activitat conjunta, de vegades els interessos dels fills no coincideixen amb els dels pares, per la qual cosa és necessari que tothom es posi d'acord. Ara teniu l'oportunitat de practicar-ho.

b. Desenvolupament

Es comentarà que:

— Per finalitzar aquesta última sessió, entre tots, progenitors i nens, posarem en pràctica tot el que hem après en aquestes sessions sobre com gaudir i jugar en família. Per a això, us proposo celebrar "La festa de les famílies de colors".

Primerament, per distingir unes famílies de les altres, es repartirà a cada família tants plec de paper de seda del mateix color com membres tingui la família. Amb els plec s'han de fer un llaç, una corbata, una gorra o qualsevol altre distintiu que hauran de portar durant tota la festa. Cada família tindrà un color diferent. Quan totes les famílies ja s'hagin col·locat el distintiu, se'ls

suggerirà que, en cas que ho vulguin, es poden maquillar amb el mateix distintiu. Després d'uns 15 minuts, es comentarà que l'objectiu és que entre tots, pares i nens, organitzin una festa. Per a això, durant 15 minuts, els nens s'agruparan en dos grups i els progenitors en dos grups més. Durant aquest temps han d'organitzar balls, actuacions, teatre, cançons, activitats, acudits, etc. Com a ajuda, els pot servir la fitxa 1: "Com ens organitzem?"

FITXA 1: COM ENS ORGANITZEM?

- Quin nom ens posarem com a grup?
- Què podem fer? Cada membre de cada grup comentarà què és el que li ve de gust fer i, entre tots, decidiran una activitat.
- Com ho podem fer? Miraran si necessiten algun material que pugui servir-los dels que hi hagi disponibles al centre.
- Què farà cadascun dels membres del grup?
- Quan ens tocarà actuar?

Mentre els grups organitzen les seves actuacions, el dinamitzador passa per cada un per motivar-los i animar-los. Quan tots els grups han planificat la seva actuació, es passarà a fer la festa.

S'explicarà que ara que tots els grups han planificat en què consistirà la festa, han de posar-ho en pràctica. La mateixa persona dinamitzadora farà de presentadora de la festa i donarà pas a les actuacions. Per decidir quin grup ha d'actuar primer, col·locarà paperets en una bossa amb tants números com grups hi hagi. A cada grup, se li donarà un número, i anirà traient de la bossa número per número. El grup que coincideixi amb el número que tregui de la bossa serà el que haurà d'actuar primer, i així successivament. Quan es tracti d'activitats de ball, moviment, etc., si l'espai és suficient, es pot convidar a la resta de persones a participar-hi.

Quan tots els grups hagin participat, es pot preguntar: com us heu sentit?, us heu divertit?

c. Conclusió

Per finalitzar l'activitat, es poden convidar les persones assistents a un refrigeri, com a colofó final de la festa i del programa.

Compromisos per a casa:

- Buscar recursos de diversió i de satisfacció a l'entorn més proper.
- Planificar una activitat de lleure de diversió en família.

Com ens organitzem?

- Quin nom ens posarem com a grup?
- Què podem fer? Cada membre de cada grup comentarà què és el que li ve de gust fer i, entre tots, decidiran una activitat.
- Com ho podem fer? Miraran si necessiten algun material que pugui servir-los dels que hi hagi disponibles al centre.
- Què farà cadascun dels membres del grup?
- Quan ens tocarà actuar?



Fundació Bancària "la Caixa"