

Súpercalasanz

nº 61 | Febrero 2026

SOY LO QUE COMO!

Alimentación Saludable • Vida Activa • Bienestar



RECETAS
DEL MUNDO

RAC
(Respiración, Atención
y Concentración)

ACTIVIDADES
ESCOLARES

EDITORIAL

En los últimos tiempos hemos asistido a un preocupante aumento de los problemas de convivencia en las aulas de los centros educativos. Los conflictos entre alumnado, faltas de respeto, incremento de conductas disruptivas... se han convertido en una realidad que ha generado inquietud entre docentes, familias y la administración. Este deterioro del clima escolar influye en el bienestar emocional así como en la calidad del proceso de enseñanza aprendizaje. Las causas que influyen en esta situación son diversas y complejas: factores sociales, emocionales, familiares, mayor exposición a redes sociales y dificultad para gestionar los conflictos de manera pacífica. La Conselleria de educación ha publicado un nuevo decreto con la finalidad de mejorar de manera real y duradera este aspecto crucial, apostando por un enfoque preventivo, una educación en valores y la corresponsabilidad de toda la comunidad educativa. En este aspecto, desde el centro hemos iniciado este curso escolar un nuevo proyecto cuya finalidad está muy relacionada con la mejora de la convivencia escolar y por ello, con la mejora del proceso educativo: RAC, respirando bien, aprendemos mejor.

La respiración se convierte en una aliada en la educación en el ámbito de la convivencia. La práctica habitual de ejercicios de respiración consciente ayuda a gestionar los conflictos, disminuir la impulsividad y fomentar la empatía. Enseñar a respirar es enseñar a escuchar, a cuidar y a respetar. Estas herramientas acompañarán a nuestro alumnado a lo largo de su vida.

En definitiva, incorporar la respiración en la rutina escolar crea un entorno donde aprender, convivir y crecer juntos resulta más fácil y agradable.

Elisa Soriano

Directora CEIP San José de Calasanz

2 i 3 anys

TREBALLEM AMB LLUMS I OMBRES

La llum és un fenomen quotidià que desperta curiositat en els xiquets xicotets. Experimentar amb llanternes, ombres i colors afavorix l'observació, la relació causa-efecte i la creativitat.



Experimentem amb la projecció de la llum, els colors i les ombres



Juguem a endevinar les ombres projectades



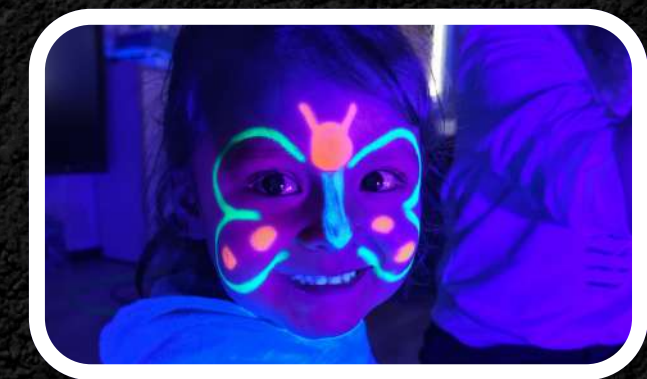
Escoltem un conte amb ombres xineses



Desenvolupem la creativitat amb les taules de llum



Gaudim d'un conte amb llum negra



Ens pintem la cara i observem com brillen



Pintem amb colors fluor



Fem plastilina casolana que brilla en la foscor



FESTA DE LA CASTANYADA



LA CLASSE DE 5 ANYS TÉ:

Anglès amb
M^a Àngeles



Música amb Elisa

Psicomotricitat
amb Mar



Competència
Lectora amb África

LECTO-ESCRITURA MANIPULATIVA

EN PRIMERO DE PRIMARIA APRENDEMOS A LEER Y A ESCRIBIR EXPLORANDO, CREANDO Y EXPERIMENTANDO CON MATERIALES QUE HACEN DEL APRENDIZAJE UNA AVENTURA DIVERTIDA.



VOCES QUE CRECEN: ESTRENAMOS PELO

Nos emociona anunciar la puesta en marcha de un Programa de Estimulación del Lenguaje Oral (PELO) en el Primer Ciclo. En esta etapa vital, hablar bien no es sólo comunicarse, es la base para aprender y pensar mejor.

¿QUÉ BUSCAMOS?

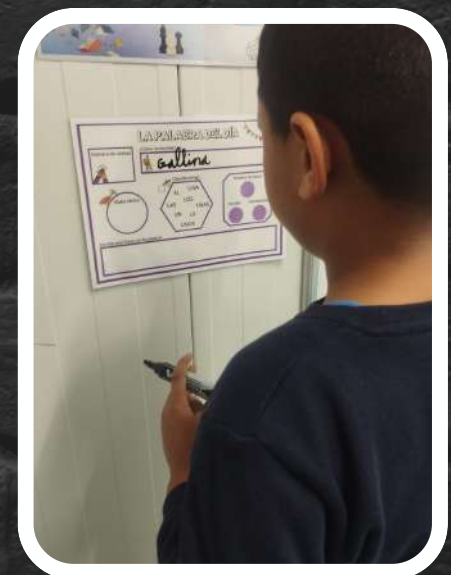
Queremos que nuestras aulas sean espacios donde la palabra sea la protagonista a través del juego y la expresión.

OBJETIVO

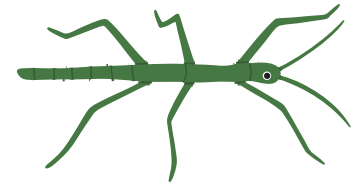
Ayudar a nuestros alumnos a expresarse con claridad y confianza

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE?

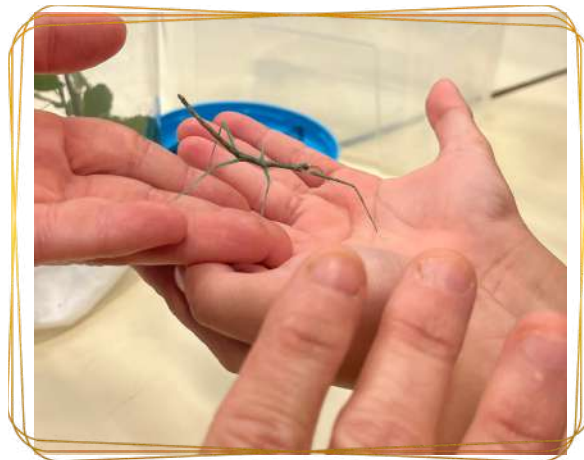
- 1 MEJORA LA LECTURA:**
hablar bien es el primer paso para leer mejor
- 2 AUMENTA LA SEGURIDAD:**
les da confianza para participar y compartir sus ideas
- 3 FOMENTA LA CONVIVENCIA:**
el diálogo es la base para entenderse con los demás.



PROJECTE INSECTES PAL



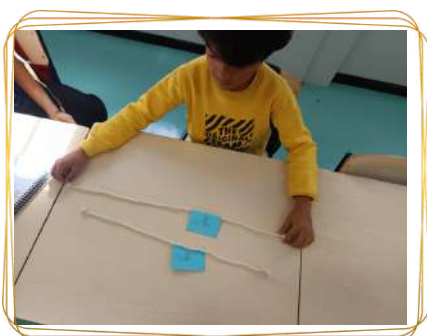
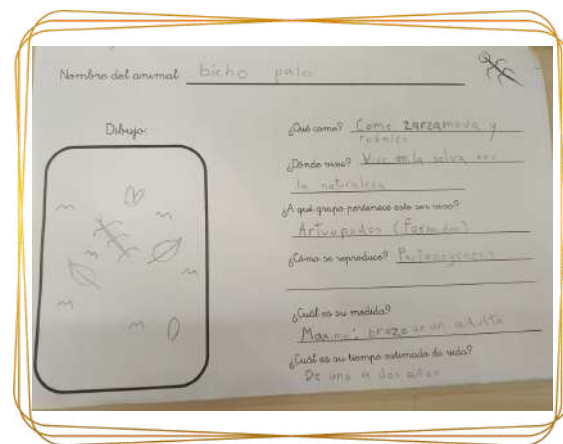
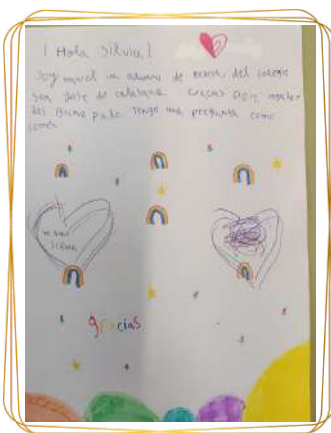
La classe de 3r de Primària ha dut a terme un projecte molt especial sobre els insectes pal, sorgit de la pròpia curiositat de l'alumnat. Amb l'objectiu d'assolir un aprenentatge significatiu i vivencial, hem seguit diverses etapes molt enriquidores.



COM HO TREBALLAREM?

Primer vam contactar amb una família que tenia insectes pal, que ens va regalar alguns exemplars i va resoldre tots els dubtes de l'alumnat.

Després, en arribar els insectes a l'aula, treballarem amb ells de forma interdisciplinària: a Matemàtiques comparem la seua mida amb la mida del braç d'adults; a Coneixement del Medi investiguem la seua classificació i característiques; i a Llengua Castellana elaborem un rap, un mural i diferents treballs escrits i orals per recollir i compartir allò après.



4º PRIMARIA JUEGOS DE RAQUETA



**DESARROLLAN
LA
COORDINACIÓN
Y EL EQUILIBRIO**

**MEJORAN LA
CONCENTRACIÓN Y
LA ATENCIÓN**



**FOMENTAN LA TOMA
DE DECISIONES Y EL
PENSAMIENTO
ESTRATÉGICO**



Proyecto INTERGENERACIONAL

**El pasado mes de diciembre, el alumnado de 5º y 6º visitamos,
en el marco del proyecto intergeneracional,
una residencia de ancianos.**

En esta página nos cuentan brevemente su experiencia.

Antes de ir les habíamos escrito una carta y cuando fuimos ellos nos dieron su respuesta.

Para mí fue emocionante poder ver diferentes generaciones; muchos de ellos no fueron al colegio, otros sí.

Había una anciana muy emocionada, otros muy felices... a mí me pareció interesante y divertido.

Allí hemos cantado, tocado la flauta y xilófonos y bailado.

Algunos ancianos tenían problemas para escucharnos y otros no recordaban todo bien... pero igualmente nos hizo mucha ilusión visitarles.

Para nosotros fue impresionante. Algunos ancianos se pusieron muy sentimentales.

INSTRUMENTS I RITMES

Entre altres coses, a óè ...

1. Toquem la flauta

Vam començar a tocar la flauta en tercer de primària. Ara ja sabem moltes notes i ens ix millor so.



4. Cantem junts



Cantem cançons i millrem la nostra veu que es també un instrument.

2. Llegim i escoltem Música



Quan llegim música, ho fem per parts, i si no conguem una nota la professora ens ho explica i ens diu com sona.

5. Toquem instruments

En la classe de música, tenim xicotets instruments de percussió com la caixa xinesa, triangle, pauderos i també xilofons.



3. Jocs rítmics



Fem exercicis de ritme amb folrades, fers... També amb els instruments i la flauta.



6. Concerts

Este curs hem participat en dos concerts: en la residència d'ancians i en el nostre festival de Nadal amb tot el col·legi.

FESTA SAN JOSÉ DE CALASANZ

Durant la jornada de San José de Calasanz, que se celebra en commemoració del nostre col·legi, que porta el seu nom en honor al fundador, l'alumnat va participar en diferents activitats interdisciplinàries relacionades amb la salut, l'alimentació saludable i el benestar, combinant moviment, matemàtiques, música i reflexió. A continuació, vos expliquem tot el que vam fer.



📏 ENS MASUREM I CREIXEM SANS

L'alumnat es va ordenar segons l'alçada, de més alt a més baix (i a l'inrevés), fomentant l'observació i la comparació.

Després, vam mesurar l'alçada de cada xiquet i xiqueta, anotant-la en centímetres o en metres i centímetres.

Per acabar, vam fer una reflexió conjunta sobre la importància d'una alimentació saludable, que ens ajuda a créixer forts i sans.

●● ROIG O VERD?

A terra hi havia dos cercles: un de verd i un de roig. L'alumnat havia de classificar aliments i envasos segons si eren saludables o no.

Els aliments sans anaven al cercle verd i els menys saludables, al roig.

Posteriorment, vam elaborar un gràfic de barres amb els esmorzars que havia portat cada alumne/a i vam reflexionar juntament sobre si els nostres esmorzars són equilibrats i saludables.



KARAOKE SALUDABLE

Vam cantar la cançó "Soy lo que como", molt relacionada amb el lema del curs.

A continuació, l'alumnat va completar un qüestionari matemàtic basat en la cançó, amb preguntes com:

Quantes vegades apareix l'estribillo?

Si a classe hi ha 26 alumnes i la meitat canten amb micròfon, quants en fan servir?

Una manera divertida d'unir música i matemàtiques!



COSSOS GEOMÈTRICS

A través de materials manipulatius, l'alumnat va treballar els cossos geomètrics, identificant formes, característiques i relacionant-los amb fruites saludables.

Aquesta activitat va afavorir el raonament espacial, el treball cooperatiu i l'aprenentatge actiu.

MISSATGE XIFRAT I RESPIRACIÓ CONSCIENT

Cada alumne/a va rebre un missatge xifrat juntament amb el codi per descifrar-lo. Una vegada resolt, van descobrir la frase: "Respirant lentament i menjant saludable aprenem millor"

Per acabar, vam realitzar una xicoteta sessió de respiració conscient, vinculada al projecte RAC (Respiració, Atenció i Conducta), afavorint la calma, la concentració i el benestar emocional.

Una jornada plena d'aprenentatges, emocions i hàbits saludables que ens ajuden a créixer per dins i per fora.





FESTIVAL DE NAVIDAD!

La Navidad nos invita a compartir, soñar y celebrar juntos. En este festival, nuestro alumnado llena el escenario de alegría, esfuerzo e ilusión, recordándonos que los valores de la unión, la solidaridad y el amor son el mejor regalo. Gracias a las familias y docentes por acompañarnos en este momento tan especial. Queremos agradecer al AMPA su implicación y esfuerzo para hacer posible la llegada de los sus Majestades los Reyes Magos. Gracias por regalar ilusión, sonrisas y momentos tan especiales a nuestros niños y niñas. ¡Ha sido un día mágico!



Infantil 4 y 5 años



Infantil 2 y 3 años



3º de E. Primaria



1º y 2º de E. Primaria



5º de E. Primaria



4º de E. Primaria



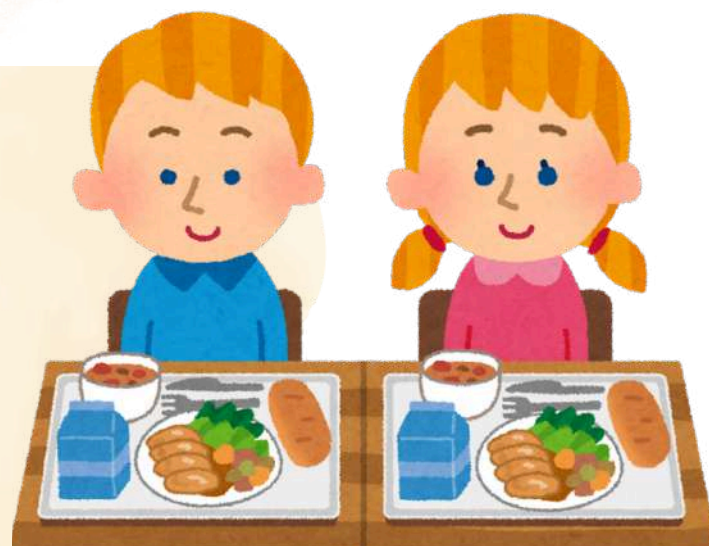
6º de E. Primaria



El comedor

¿Cómo es el comedor?

Es una instalación del centro donde el alumnado come por grupos formados por discentes de diferentes cursos.



¿Qué comemos?

Los platos más habituales son las legumbres, la tortilla y la fruta. Además, hay una gran variedad en los menús ya que se han de adaptar a las diferentes religiones.

¿Qué hacemos después?

Después de comer, el alumnado se lava los dientes y sale al patio a jugar para después irse a casa o a talleres donde se repasa, estudia y se hacen deberes.



Soy lo que como

EQUIPO DE ORIENTACIÓN
EDUCATIVA

Formar **SUPERhij@s** con el **SUPERpoder** de la **AUTONOMÍA**

¿Por qué es tan importante la autonomía? porque favorece que se sientan **CAPACES**, y por tanto, que tengan poder para enfrentarse a la vida y para valorarse a si mism@s. El mensaje que hemos de transmitir es: *"tú puedes"*

Acompañar, estar a su lado permitiéndole que haga las cosas solo.

Permitir que colabore en casa asignándole tareas adecuadas para su edad.

Dejar que hable, que se exprese y evitar hacerlo por él/ella

Evitar solucionarle los problemas y los conflictos que pueda tener y ofrecerle los medios y estrategias para enfrentarse a ellos

Que practique nuevos deportes o actividades que le supongan un cierto esfuerzo y reto

Ayudarle a que fracase y que aprenda del fracaso superando los obstáculos

