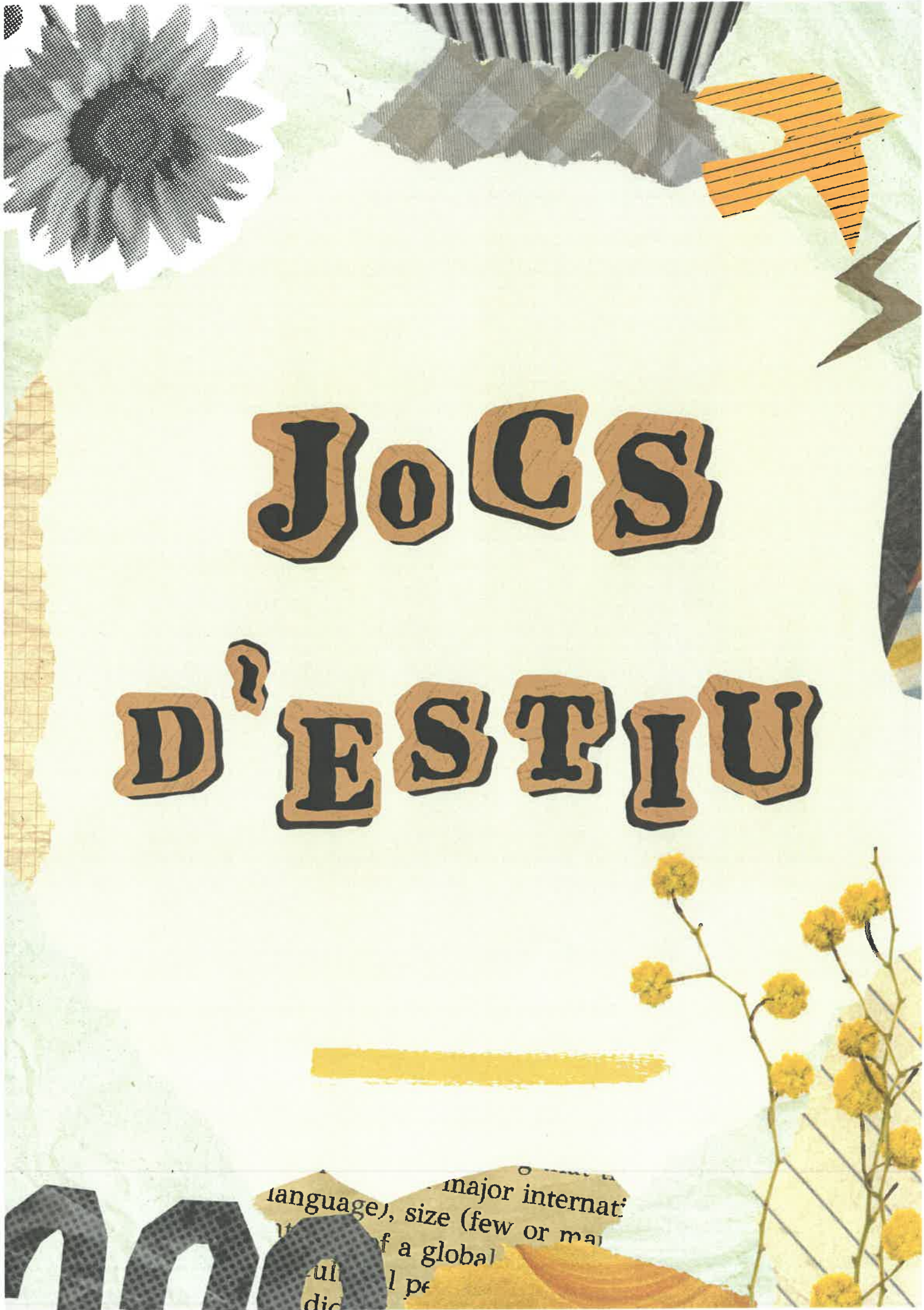




JoCS

D'ESTIU

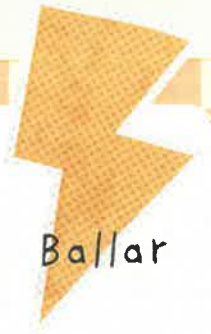
major international  
language), size (few or many)  
of a global  
cultural pe  
dic



Aquest dossier recull una selecció d'activitats d'estiu pensades per fer en família. Són propostes senzilles, divertides i variades, classificades per blocs, que es poden fer amb materials que habitualment tenim a casa. L'objectiu és gaudir del temps junts, fomentar l'autonomia, el moviment, la creativitat, el descobriment i, mantenir viu el desig d'aprendre a través del joc. No cal seguir cap ordre en concret: podeu triar les activitats segons el moment, l'interès o l'espai disponible. Algunes es poden repetir, reinventar o adaptar segons l'edat i les ganes dels infants. L'estiu és un gran escenari per créixer jugant!



## BLOC 1: JOCS DE MOVIMENT



- ☐ Fer circuits amb coixins, cadires i cordes.
- ☐ Cursa de culleres amb taps o pilotes xicotetes. Ballar
- ☐ amb globus sense deixar-los caure.
- ☐ Fer punteria amb calcetins enrotllats i un poal.
- ☐ Caminar com animals (granota, cranc, elefant...).
- ☐ Tirar globus d'aigua a una diana (a l'exterior).
- ☐ Fer relleus amb esponges mullades.
- ☐ Fer salts de granota d'un punt a un altre marcats al
- ☐ terra.
- ☐ Fer ioga amb postures d'animals.
- ☐ Caminar amb una safata o llibre al cap.
- ☐ Ballar seguint consignes amb música alegre.
- ☐ Fer una cursa de sacs amb bosses d'escombraries.
- ☐ Fer equilibris sobre una línia de cinta adhesiva.
- ☐ Córrer amb un mocador enganxat a l'esquena.
- ☐ Fer el joc de l'espill amb un amic, adult o germà.
- ☐ Llançar pilotes a poals de diferents distàncies.
- ☐ Fer una pista americana amb cadires i estores.
- ☐ Jugar a "terra és lava" amb coixins.
- ☐ Caminar descalç sobre textures.
- ☐ Fer un circuit a l'aire lliure amb pals, pedres i cordes.

## BLOC 2: JOCS DE PSICO FINA

- ☐ Enganxar gomets seguint una línia.
- ☐ Retallar tires de paper amb tisores.
- ☐ Fer collarets amb macarrons o boletes.
- ☐ Passar cordells per forats fets en cartró.
- ☐ Pintar amb bastonets de cotó i pintura.
- ☐ Fer plastilina casolana i modelar figures.
- ☐ Obrir i tancar pots, capsos o envasos amb tapa.
- ☐ Fer trens amb pinces i pals de gelat.
- ☐ Dibuixar traços amb arena o farina sobre una safata.
- ☐ Enfilar clips o anelles en un palet o corda.
- ☐ Doblegar paper per fer formes senzilles.
- ☐ Xafar paper i fer boles xicotetes.
- ☐ Fer trasvassaments amb aigua, arena, arròs... amb
- ☐ diferents utensilis.
- ☐ Fer servir pinces de la roba per agafar cigrons.
- ☐ Passar una agulla de plàstic gran amb llana per forats.
- ☐ Fer figures amb netejapipes.
- ☐ Obrir i tancar cremalleres, fer botons de camises...
- ☐ Clavar xinxetes en una cartolina seguint un dibuix senzill.
- ☐ Traspasar aigua d'un pot a un altre amb una xeringa.
- ☐ Trencar papers xicotets i enganxar-los fent un mosaic.

## BLOC 3: ART I MANUALITATS

- ☐ Pintar amb gel de colors sobre paper o roba vella.
- ☐ Estampar amb fruites o verdures tallades.
- ☐ Fer collarets amb macarrons pintats.
- ☐ Pintar pedres i convertir-les en animalets.
- ☐ Fer màscares amb plats de cartró o fulles.
- ☐ Crear mandales amb elements de la natura.
- ☐ Fer guixos casolans i pintar al terra.
- ☐ Pintar amb esponges, bastonets o cotó fluix.
- ☐ Fer un mòbil amb pals, fulles i fils.
- ☐ Dibuixar amb pintura i les mans sobre paper gran.
- ☐ Pintar amb aigua sobre parets, terra o pissarres.
- ☐ Fer una corona d'estiu amb cartró, flors, petxines...
- ☐ Estampar amb taps de suro o rodets.
- ☐ Fer un mural col·lectiu amb dibuixos familiars.
- ☐ Fer postals d'estiu i enviar-les a amics o familiars.
- ☐ Crear titelles amb calcetins vells i ulls mòbils.
- ☐ Fer animals amb tubs de cartró i retoladors.
- ☐ Fer una disfressa amb bosses i papers de diari.
- ☐ Crear un quadre amb retalls de revistes i cola.
- ☐ Fer estampacions amb fulles, petxines, flors...



## BLOC 4:

# DESCOBERTA I EXPERIMENTACIÓ



- ☐ Fer barreges de colors amb aigua i colorants.
- ☐ Experimentar amb vinagre i bicarbonat (volcà).
- ☐ Congelar joguines i rescatar-les amb aigua calenta.
- ☐ Classificar objectes que suren o s'enfonsen.
- ☐ Fer slime o plastilina casolana.
- ☐ Experimentar amb arena humida i seca.
- ☐ Jugar amb tubs i embuts per trasvasar aigua.
- ☐ Fer circuits d'aigua amb ampolles tallades.
- ☐ Observar insectes amb lupa o pot transparent.
- ☐ Fer música amb pots, gomes, claus i culleres.
- ☐ Jugar amb llum i ombres (llanterna, sol, objectes).
- ☐ Fer bombolles de sabó amb diferents suports.
- ☐ Fer una caixa sensorial de textures (arròs, farina, llegums...).
- ☐ Plantar llavors i observar el creixement.
- ☐ Olorar diferents espècies o aliments i endevinar.
- ☐ Crear una taula de sorpreses amb elements per manipular.
- ☐ Barrejar sabó i aigua amb diferents objectes.
- ☐ Fer una carrera de gel que es fon al sol.
- ☐ Fer experiments amb imants.
- ☐ Fer barreges amb farina i aigua.

## BLOC 5: JOC SIMBÒLIC



- ☐ Fer una cuineta amb cassoles velles, sorra i aigua.
- ☐ Preparar un pícnic amb pelvixos i nines al jardí.
- ☐ Fer veure que anem de viatge amb maleta i bitllet.
- ☐ Organitzar una botigueta amb envasos reciclats.
- ☐ Jugar a metges, amb tiretes de paper i receptes.
- ☐ Fer un restaurant amb plats, menú i comensals imaginaris.
- ☐ Crear una perruqueria amb raspalls, esprais, clips, gomes...
- ☐ Jugar a ser mestres i fer classe amb nines o pelvixos.
- ☐ Construir una caseta amb mantes, cadires i pinces.
- ☐ Simular una granja amb animals de joguina i fang.
- ☐ Jugar a ser exploradors i buscar "tresors" amagats.
- ☐ Fer de cuiners i preparar menjar amb joguines o aliments reals.
- ☐ Fer de mecànics amb eines de joguina i bicicletes.
- ☐ Fer un hospital per pelvixos amb benes i cotó fluix.
- ☐ Organitzar una festa amb globus i pastís de cartró.
- ☐ Fer una oficina amb telèfons, teclats i papers.
- ☐ Conduir un autobús fet amb cadires en fila.
- ☐ Fer d'exploradors amb prismàtics fets de tubs de cartró.
- ☐ Fer un espectacle de titelles amb una capsa com a teatre.
- ☐ Jugar a viure en una cova, tenda o castell inventat.
- ☐
- ☐

## BLOC 7: LÒGICA I PENSAMENT



- ☐ Fer seriacions amb canyetes, taps o macarrons de colors.
- ☐ Construir torres amb blocs o caixes i comparar alçades.
- ☐ Jugar a ordenar objectes del més xicotet al més gran.
- ☐ Buscar objectes amb una forma concreta (cercle, triangle...).
- ☐ Classificar taps, llegums o botons per colors, mides o formes.
- ☐ Fer col·leccions d'elements trobats (pedres, fulles...).
- ☐ Fer un memory amb nombres i quantitats dibuixades.
- ☐ Trobar l'intrús entre diversos objectes (el que no és igual).
- ☐ Fer sumes o agrupacions amb llegums, macarrons...
- ☐ Jugar a botigues i pagar amb monedes de joguina o paper.
- ☐ Construir un dòmino amb nombres i punts dibuixats.
- ☐ Fer traços de nombres amb farina, arròs o sorra.
- ☐ Posar pinces en una cartolina o drap segons el nombre indicat.
- ☐ Jugar a saltar segons el número (ex. "salta 4 cops").
- ☐ Fer un bingo amb nombres del 1 al 10 o al 20.
- ☐ Agrupar objectes que "van junts" (ex: raspall i pasta de dents).
- ☐ Fer parelles amb calcetins, sabates o taps iguals.
- ☐ Ordenar culleres de la més xicoteta a la més gran.
- ☐ Comptar passes fins arribar a un lloc concret.
- ☐ Seguir un camí amb fletxes marcades a terra.



## BLOC 8: VIDA QUOTIDIANA



- ☐ Parar la taula amb plats, gots i coberts.
- ☐ Estendre roba xicoteta amb pinces.
- ☐ Regar les plantes amb una regadora.
- ☐ Plegar calcetins i buscar les parelles.
- ☐ Netejar una taula amb un drap humit.
- ☐ Ordenar joguines per tipus o color.
- ☐ Fer una amanida trencant enciams amb les mans
- ☐ Netejar joguines o nines amb un poal ple d'aigua i sabó.
- ☐ Endreçar sabates o roba al seu lloc.
- ☐ Omplir una ampolla amb un embut.
- ☐ Ajudar a fer una truita trencant ous amb ajuda.
- ☐ Agranar un racó xicotet amb granera de mà i recollidor.
- ☐ Reciclar diferents objectes a les escombreries
- ☐ corresponents.
- ☐ Fer el llit estirant els llençols.
- ☐ Ordenar llibres en una prestatgeria.
- ☐ Preparar un entrepà.
- ☐ Desemmotllar gels de la cubitera i posar-los a un got.
- ☐ Doblegar tovallons, tovalloles i draps.
- ☐ Obrir i tancar cremalleres o botons de la seva roba.
- ☐ Netejar un espill o un vidre.
- ☐