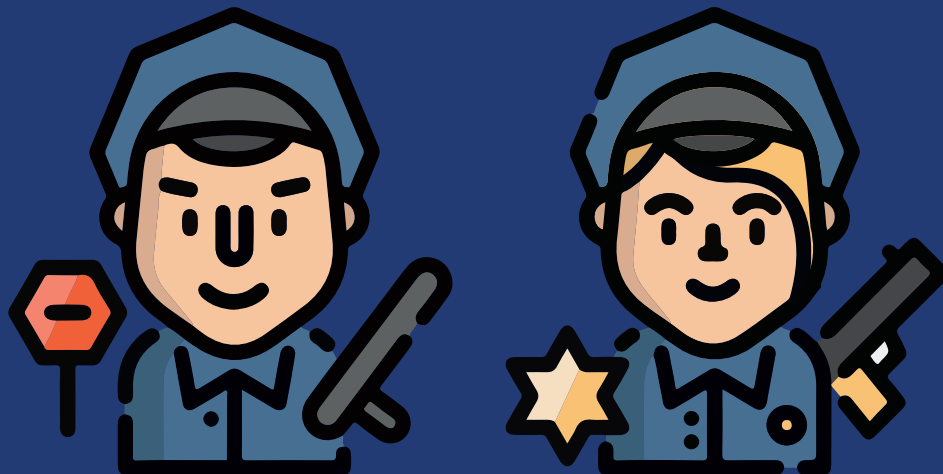
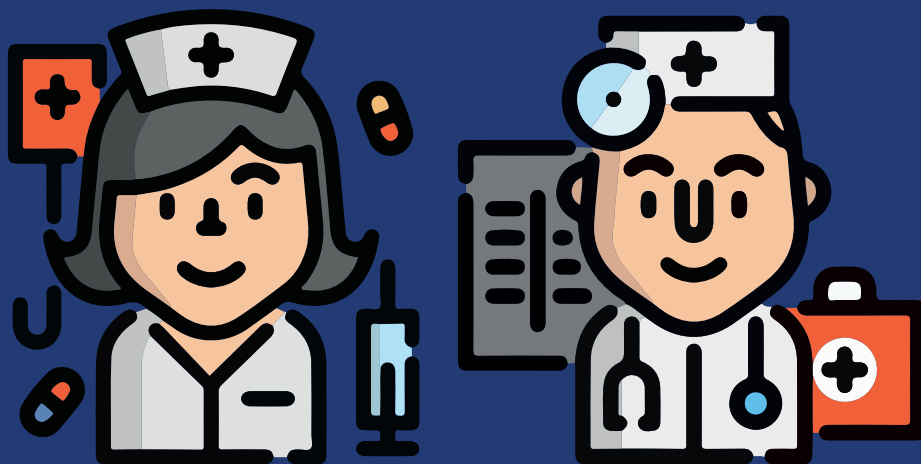


¿POR QUÉ SOY TAN IMPORTANTE COMO UN MÉDICO O UN POLICÍA?





**WAKE UP
YOUR
PRODUCT**
PLV CREATE, AMBIENT & PLACEMENT

En estos días es muy, muy pero muy importante quedarse en casa para ser igual de útiles que un policía o un médico, pero ¿por qué? Porque para que puedan hacer bien su trabajo, curar al que se enferme y ayudar al que lo necesite, los que estamos bien, tenemos que quedarnos en casa. Es fácil, si el virus no nos ve y tampoco nos encuentra por la calle, se va. Así, antes volveremos a estar con amigos y familiares y por supuesto a salir de casa. Mientras podemos hacer un montón de cosas, aprender, ayudar en casa y practicar deporte. ¿Quieres ser tú también un superhéroe?

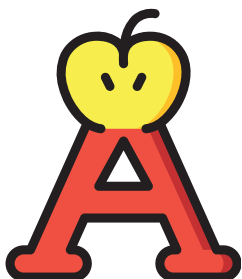
Pues es fácil, #quédateencasa.

..... NOMBRE

..... EDAD CLASE



www.grupo-gp.com



“A de Aprender”

En esta actividad la propuesta es ver si conocemos todo lo que tenemos que saber para ayudar en esta situación, tendrás que ir completando las frases, vamos, ¡qué puedes conseguirlo!

Estamos encerrados en casa por un virus que se llama _____. Este virus es muy contagioso y le gusta viajar mucho, así que para que no lo pueda hacer, nos vamos a quedar en _____. También podemos ayudar mucho teniendo higiene, porque a este virus no le gusta nada, nada, nada lavarse, así que es muy importante lavarse las _____ con agua y con _____ y durante al menos 20 segundos (si, el mismo tiempo que tardas en repasar una tabla de multiplicar, o contando desde 0 hasta 20). También debemos estornudar de una manera especial, debemos ponernos delante el _____ y después rápido, rápido lavarnos otra vez las _____. Si tenemos mocos lo mejor es usar un pañuelo hecho de _____ y luego tirarlo a la _____. Es importante no tocarnos boca, nariz y ojos, porque son los escondites preferidos de este virus, que se llama _____. Y por supuesto si tenemos dudas, preguntamos siempre a los adultos.





“B de Bizcocho”

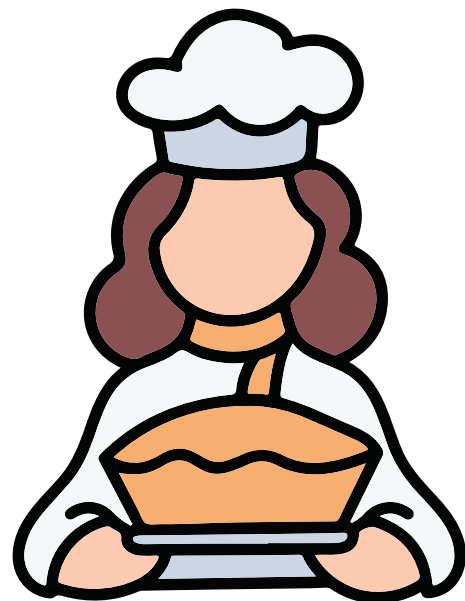
En esta actividad la propuesta es con ayuda de un adulto, empezar a hacer nuestros pinitos en la cocina. ¿Qué? ¿Te atreves? Bizcocho sencillo, sencillo pero riquísimo.

INGREDIENTES:

- 125mL o 120g de aceite
- 250g de azúcar
- 250 mL de leche
- 3 huevos L (grandes)
- 250 g de harina de repostería
- Un pack de sobres de gaseosillas (2 sobres, uno de cada). Si no tenemos cucharada de bicarbonato sódico y una cucharada de vinagre mezclados previamente en un vaso y si tampoco tenemos también lo podemos sustituir por 10 de levadura química de sobre.

ELABORACIÓN:

Mezclamos con las varillas bien los huevos y el azúcar, hasta conseguir una mezcla casi blanca y densa. Añadimos el resto de ingredientes y mezclamos bien. Pasamos a un molde previamente engrasado o en el que ponemos papel de hornear y al horno a 180, puede tardar hasta 40 minutos, ¡vigila bien que no se te quemel!





“C de Calcular”

En esta actividad la propuesta es mantener el cerebro activo y que no se nos olvide todo lo que ya sabemos hacer. Calcula y también juega con los familiares a contar de 2 en 2, por turnos (por ejemplo: 2, 4, 6, 8...cada familiar tiene que decir el siguiente número), luego de 3 en 3, de 5 en 5. El que pierde recoge la mesa de la cena.

$$123+45=$$

$$567+34=$$

$$888+72=$$

$$267-67=$$

$$834-56=$$

$$345-27=$$

$$1098+1256=$$

$$4923-3721=$$

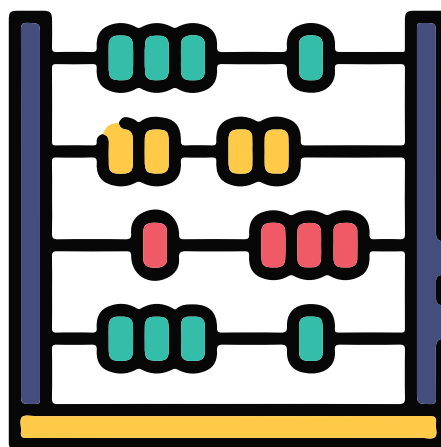
$$234+45+789=$$

$$123+345+21=$$

$$123+438+336=$$

$$27883-4576=$$

$$2340985-27272=$$





"D de Dibujar"

En esta actividad la propuesta es imaginar que es lo que más nos apetece hacer, pronto volveremos a poder hacer todo lo que queramos. ¿Qué es lo primero que harás? Dibújalo.



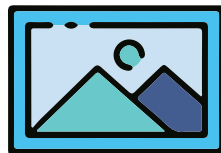
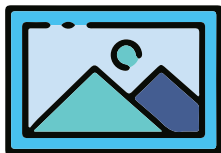
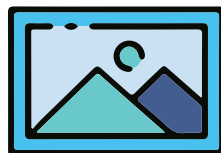
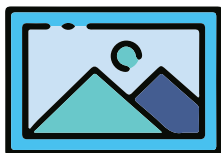
[illegible]



“F de Fotografiar”

En esta actividad la propuesta es hacernos fotos para luego tener recuerdos de esta experiencia que estamos viviendo. luego podrás hacer un álbum para recordar estos días en familia.

Aprovecha para fotografiar a tus seres queridos, a tus juguetes, a ti mismo en alguna situación divertida, luego podrás hacer un álbum para recordar estos días en familia. Si no tienes posibilidades de hacer fotos, puedes dibujar, siempre dibujar es una bonita opción. ¡Ya verás que divertido cuando luego hagas tu álbum #yomequedoencasa!

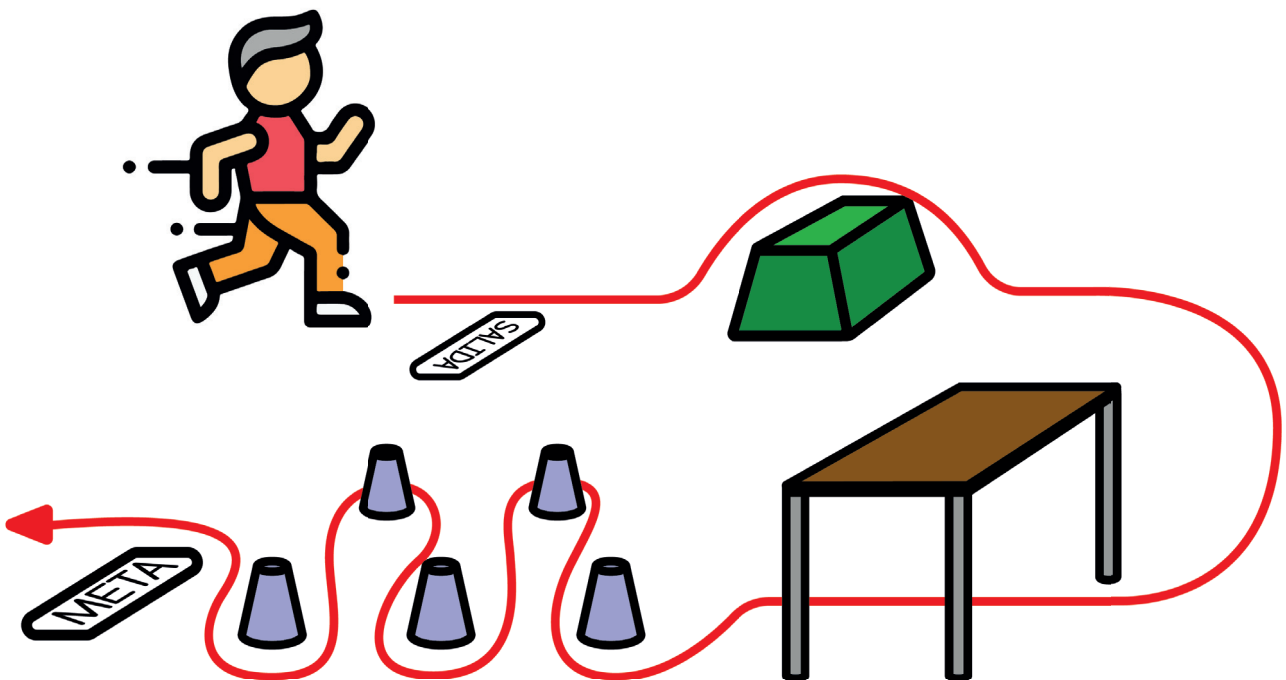




“G de Gimnasia”

En esta actividad la propuesta es movernos, movernos y movernos. Los niños tenéis mucha energía, así que hay que canalizarla, ¿canali... qué? canalizarla, que significa utilizarla positivamente.

Aquí os proponemos que montéis vuestro propio circuito de deporte y también que invitéis luego a los familiares a que lo intenten, será divertido, puedes medir tiempos, seguro que, si lo practicas mucho, les ganas a todos. Usa tu imaginación, se puede pasar por debajo de la cama, poner como obstáculos peluches, etc... Aquí tienes una propuesta.

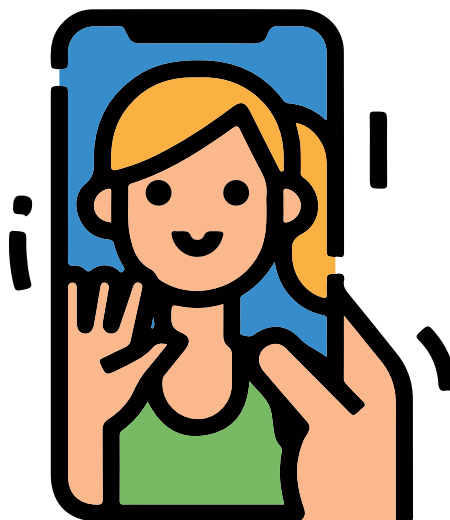


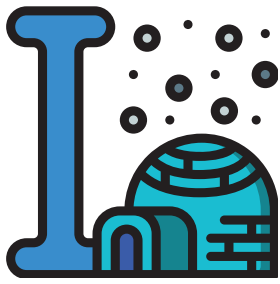


“H de Hablar”

En esta actividad la propuesta es que no desconectemos de los familiares que no están en estos momentos en casa con nosotros, podemos llamarlos para saber como están, que han comido y que han hecho hoy, también podemos llamar a amigos que tenemos ganas de ver, por cierto, podemos hacer videollamada, así no los echaremos tanto de menos, porque los estaremos viendo.

Recuerda, podemos llamar, les gustará oírnos, hacer videollamadas o mandar audios, así sabrán como estamos y seguiremos conectados con ellos. Despídete siempre diciendo al otro lo que sientes por él, a todos nos gusta ser importantes para alguien.





“I de Investigar e Inventar”

En esta actividad la propuesta es inventar o investigar que haríamos nosotros para mejorar esto, tenemos tiempo para pensarlo con tranquilidad, luego dibuja tu idea o escríbela lo que necesites para que todo el mundo lo entienda.

En grupo Gp hemos investigado para poder ayudar a las personas que están en los supermercados y tienen que ir a trabajar a diario, a los taxistas y aquí seguimos dándolo al cerebro para ayudar todo lo que podamos. ¿Qué harías tú para ayudar y vencer al coronavirus?

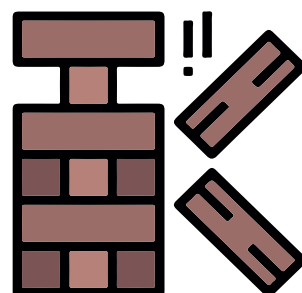
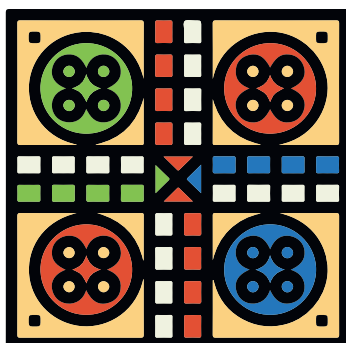
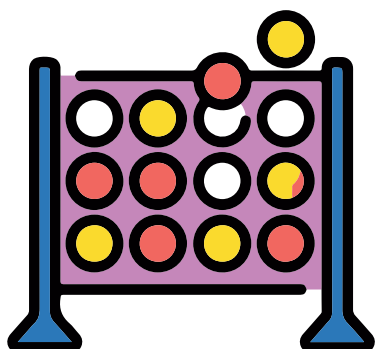




“J de Jugar”

En esta actividad la propuesta es jugar y en eso los niños sois muy, muy buenos. Podemos jugar con los familiares a juegos de mesa, al tres en raya, a adivinar películas, seguro que sabes muchos más.

¿Y sabes qué? Si la casa lo permite a lo mejor también puedes jugar con algún amigo o vecino que su balcón esté cerca del tuyo, por ejemplo, a veo, veo, también a palabras encadenadas. Saca a pasear tu imaginación.

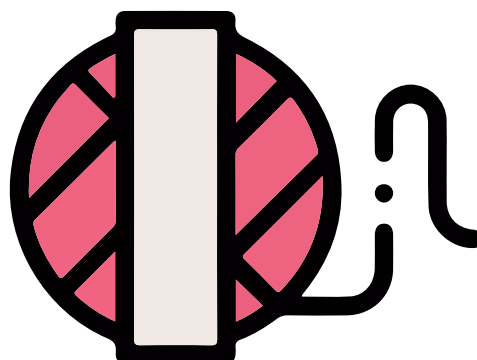
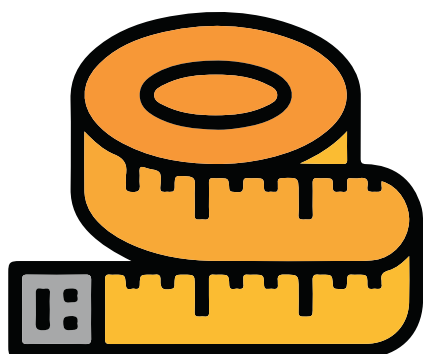




“K de Kilómetro”

En esta actividad la propuesta es aprender lo que es un kilómetro, para eso necesitamos un metro, una regla e hilo.

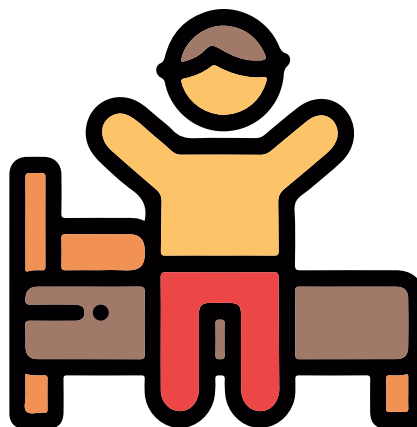
Si no disponemos de ningún instrumento de medir, le pediremos a algún familiar que nos mida un metro aproximadamente en un hilo. A partir de aquí tenéis que saber que un kilómetro es mil veces esa medida, así que haceros una idea y pensad que cosas pueden medirse en kilómetros, si necesitáis ayuda podéis pedirla a los familiares. Te doy una pista, el radio de la Tierra, se mide en kilómetros.





"L de Limpiar"

En esta actividad la propuesta es que ayudemos a los adultos en casa, porque si queremos que ellos tengan tiempo para jugar con nosotros, necesitamos aportar a la casa también nuestra ayuda, con lo que mejor sepamos hacer, bueno, también podemos plantearnos retos y aprender a hacer la cama, a poner o quitar el lavavajillas, etc...

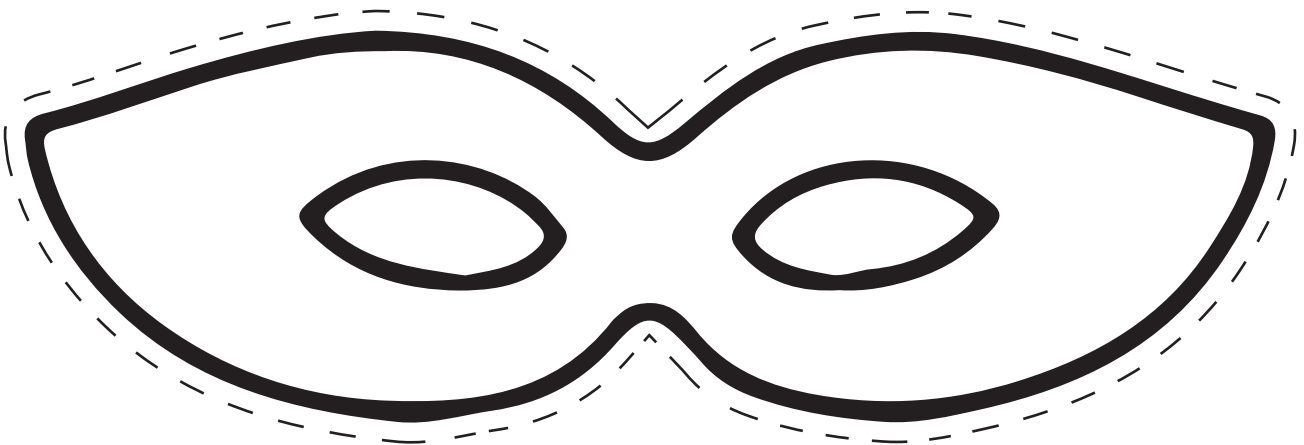




“M de Manualidades”

En esta actividad la propuesta es hacer una manualidad sencilla con el material que tengamos por casa, cartulina, goma eva, cartón, o folios de colores (siempre pueden pintarse), recortes de revistas y goma, cinta, lana o hilo.

Vamos a hacer nuestro propio antifaz de superhéroe (porque recuerda qué si nos quedamos en casa, lo somos). Deja volar tu imaginación con los colores formas o lo que le puedas pegar para adornar a tu antifaz y que sea, totalmente tuyo. Si dispones de material también puedes hacer para el resto de familiares.





"N de Normas"

En esta actividad la propuesta es que escribamos normas que debemos cumplir para mantenernos sanos.

Busca un folio, una cartulina o lo que tengas por casa para poder hacer un póster, donde recordaremos a todos los familiares las normas que debemos seguir de higiene, puedes usar pictogramas (dibujitos que ayuden a entender la norma).

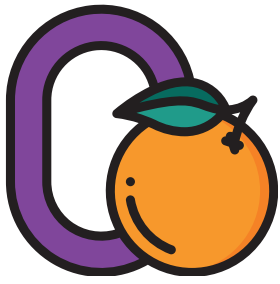












“O de Ordenar”

En esta actividad la propuesta es ordenar, busca algo en tu habitación para ordenar (seguro que hay varias cosas), ropa, juguetes, libros.

Recuerda que hay que superar todas las actividades para ser un verdadero superhéroe. Luego anota en este espacio que es lo que has ordenado y por qué ahora está mucho mejor.

HABITACIÓN DE LA CASA	¿QUÉ ORDENO?	¿POR QUÉ AHORA ES MEJOR?



“P de Pintar”

En esta actividad la propuesta es relajarnos un poco, no hay nada más relajante que un mandala, píntalo sin prisas, disfrútalo y luego regálase a alguien de casa. Es bonito tener detalles con los demás.



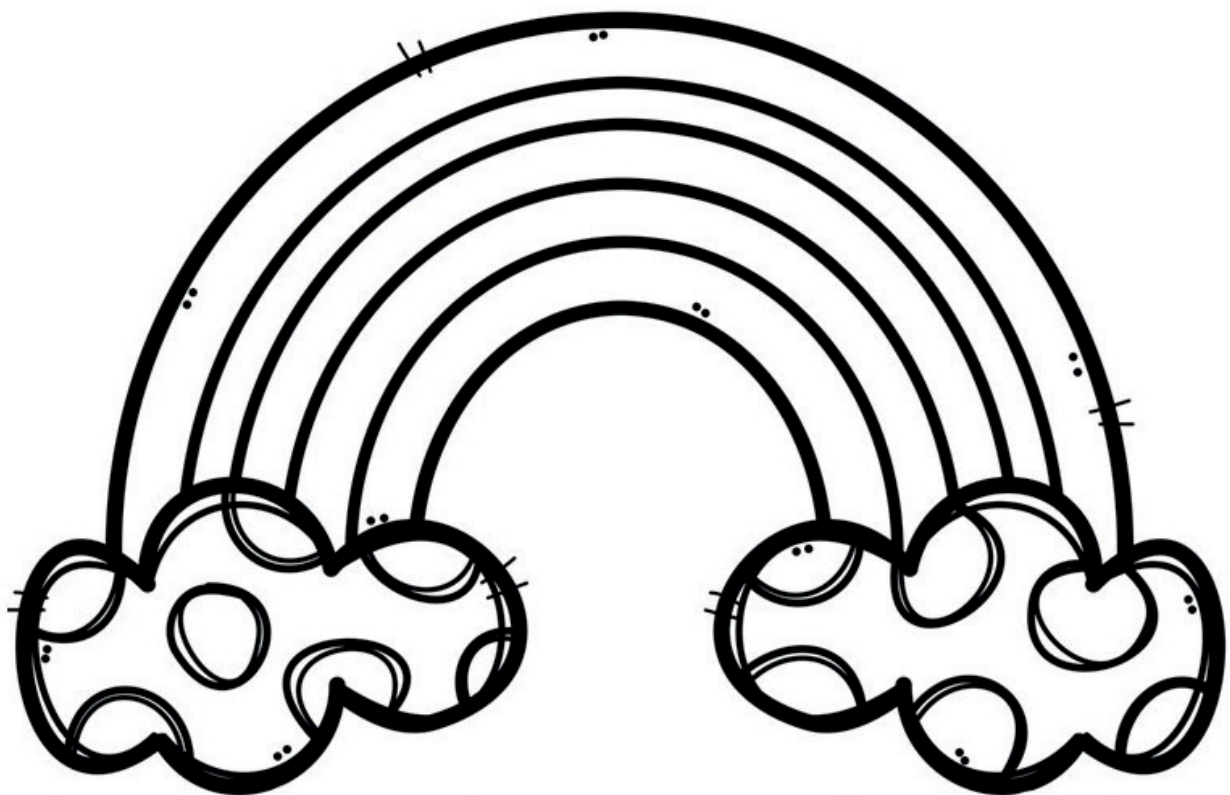


“Q de #QUÉDATEENCASA”

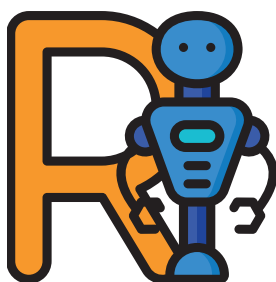
En esta actividad la propuesta es quedarse en casa y animar al resto a hacerlo, así que te proponemos que copiemos a los niños y niñas italianos que en estos días han llenado sus balcones o sus ventanas de arcoíris de esperanza.

Busca el material que tengas, cualquier cosa nos vale, folios, cartulinas o incluso sábanas y saca todos los colores que tengas, cuando termines, no olvides colgarlo para que todos lo recuerden. #quédateencasa

TODO IRÁ BIEN



YO ME QUÉDO EN CASA



“R de Reír”

En esta actividad la propuesta es reír, reír en familia, vamos a buscar en nuestra tablet, ordenador o móvil que nos puedan prestar, chistes para luego poder contarlos y reírnos todos juntos. También puedes pedir a algún familiar que te cuente sus chistes favoritos o esos que les contaban sus padres o abuelos de pequeños y apúntalos. Vamos a disfrutar de este tiempo juntos, vamos a reír, que siempre mejora la salud.





"S de Sopa de letras y Sudokus"

En esta actividad la propuesta es ejercitar nuestra cabezita y mantenerla activa.

Z	E	R	W	Q	F	H	U	B	M	T	Q	M	Y	L
G	Q	P	I	N	T	U	R	A	T	O	R	B	I	L
E	O	S	W	J	N	O	K	V	O	L	O	A	C	T
I	F	Y	A	K	Z	P	I	Z	E	L	N	M	O	T
I	B	B	S	C	C	L	V	G	I	Y	J	O	T	F
L	H	G	J	Q	A	E	D	G	X	U	V	G	I	J
H	I	Z	Q	O	O	P	R	V	G	Q	A	X	L	L
P	J	M	L	Z	O	A	U	A	N	X	R	H	K	T
J	M	Y	I	Z	F	N	A	N	J	N	Y	J	J	W
Q	L	S	E	O	P	X	R	D	T	H	A	U	W	T
K	I	Q	S	Q	M	D	D	E	I	A	G	I	Y	B
Q	Q	S	V	N	O	B	Y	D	D	S	S	Q	S	U
X	R	T	B	B	U	S	L	E	J	A	K	K	S	I
X	F	W	Z	E	H	I	E	H	T	W	U	H	I	X
Z	T	L	A	P	I	C	E	R	O	L	K	C	Q	Y

BOLIGRAFO
CERA
CUADERNO
GOMA
LAPICERO
LIBRO
PINTURA
SACAPUNTAS

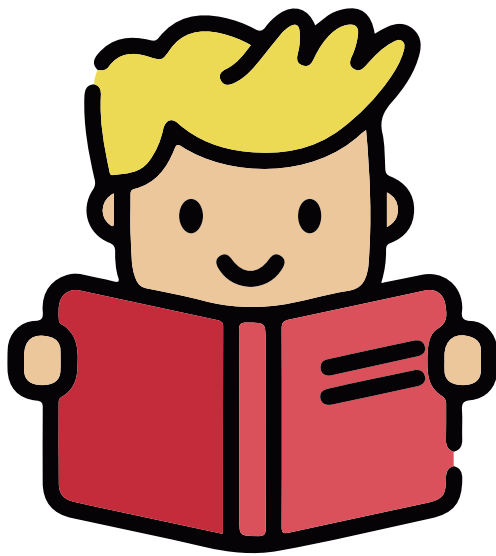
La manera de resolver un SUDOKU es colocar en cada cuadrícula los números 1, 2, 3 y 4 de manera que no se repitan en la misma línea horizontal (fila) y tampoco se repitan en la misma línea vertical (columna)

1		2	3
	2		
4			2
	3	1	

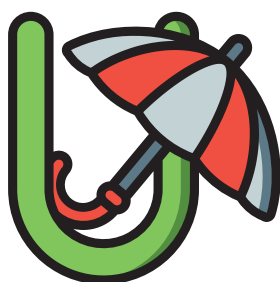
	3		4
4		3	2
1			
		2	1



“T de Tachar”



En esta actividad la propuesta es utilizar una revista o un periódico que ya no nos sirva, incluso un libro de un curso pasado que ya no vayamos a utilizar y ponernos como reto redondear una letra concreta, por ejemplo, la “T”. A lo mejor parece una tontería, pero este tipo de ejercicios mejoran mucho la atención, además siempre puedes jugar con otro familiar a ver quién encuentra más palabra con esa letra, o a ver quién encuentra la palabra más larga en una página concreta. ¡Vamos, ya nos queda poco!



“U de Ubicar”

En esta actividad la propuesta es ubicar en un mapa todos los países que conoces o que has visitado.

Elige un color para cada familiar y colorea los que hayáis visitado entre todos a ver como queda ese mapa. Si no tienes mapa lo puedes calcar de tu libro o de un atlas o incluso dibujarlo mirando uno por internet, si aun así no sale bien, no desesperes, puedes utilizar el que te dejamos aquí mismo. Puedes pedir ayuda a un familiar mayor que tú. Se trata de disfrutar juntos.

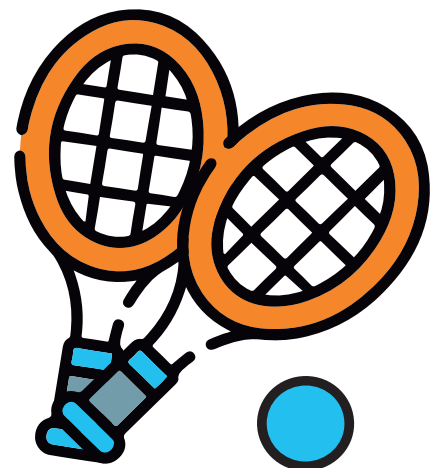




“V de Viajar”

En esta actividad la propuesta es que viajemos con nuestra imaginación. ¿Qué hay que hacer?

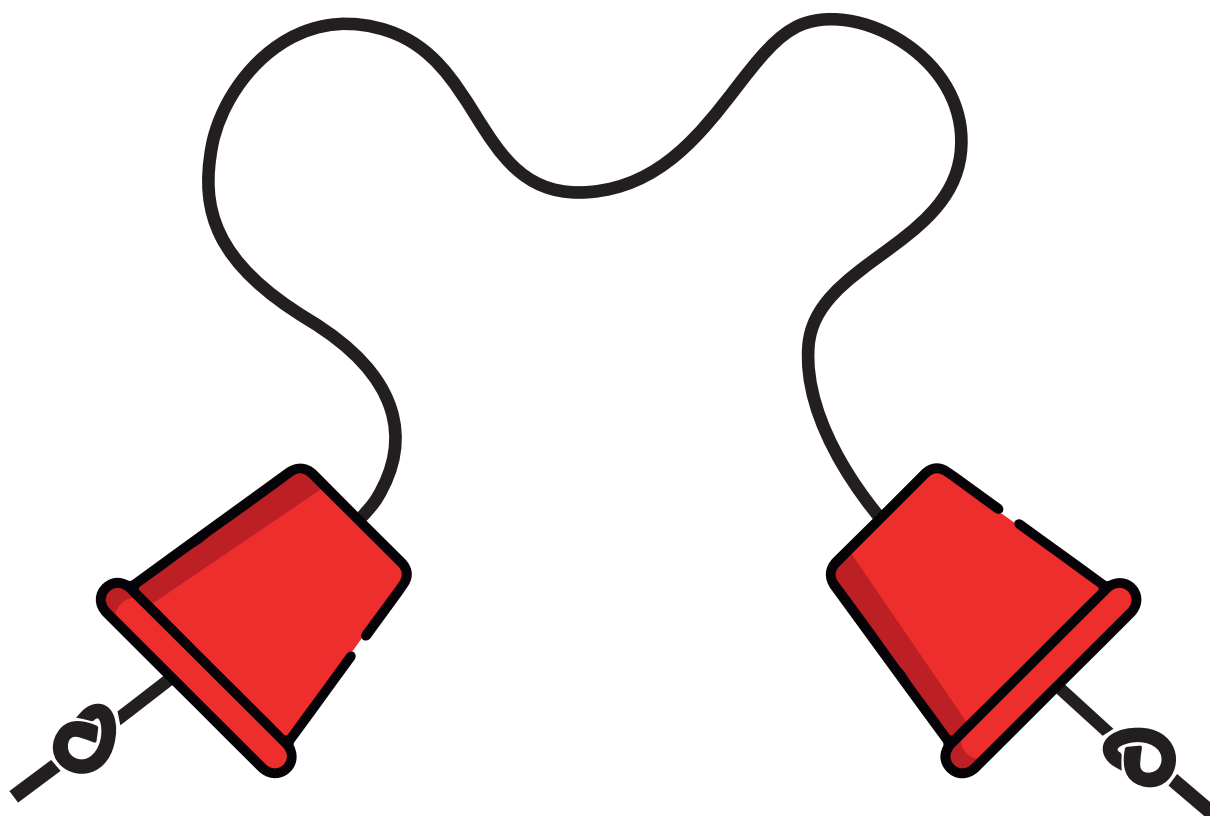
Imaginar que nos vamos de viaje con los familiares que están en casa, no sé a la playa. Vamos este día de viaje a merendar por ejemplo como si estuviéramos en la playa, tira unas toallas al suelo y merienda con los tuyos, imagina que estáis en la playa, que habláis de lo buena que está el agua o lo fría, les divertido!, si la casa te lo permite, incluso puedes jugar a las palas. ¡La imaginación es el arma más poderosa!

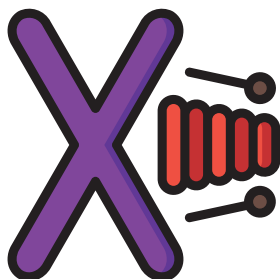




“W de Walkie-Talkie”

En esta actividad la propuesta es hacer nuestros propios walkie-talkies, es muy fácil, solo necesitamos dos vasos de yogur vacíos y un poco de hilo o lana. Friega bien los vasos de yogur, pide ayuda para hacer un pequeño orificio en la base del yogur y pasa la lana a través de estos orificios, acabando con un nudo. Ahora deja el hilo estirado y habla con cualquier familiar, uno debe poner el vaso en su boca y el otro en su oreja. ¡Disfruta sin que el resto de la familia sepan que os estáis contando!

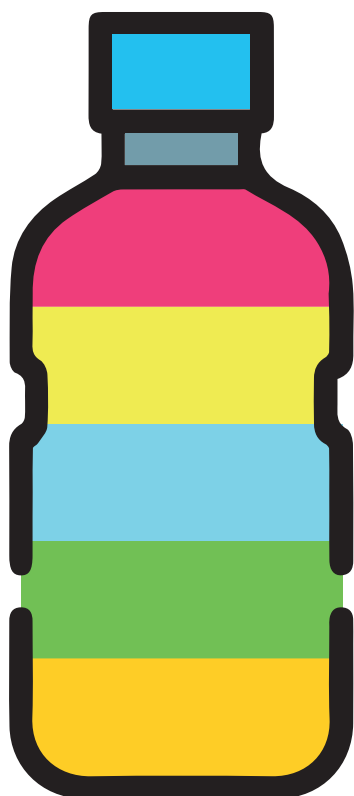




“X de eXperimentar”

En esta actividad la propuesta es realizar un experimento sencillo en casa y que podamos ver que la ciencia es divertida.

Por ejemplo, en un recipiente de plástico como una botella de agua, podemos añadir varios líquidos (unos dos dedos de cada), para hacer lo que llamamos en ciencia una columna de densidades. Añadiremos muy lentamente para que no se mezclen agua, aceite, miel, jabón líquido, alcohol, como varios de ellos son incoloros (o sea, sin color), si tenemos colorantes alimentarios sería perfecto para distinguirlos (el azafrán también es un colorante). Una vez hecha podremos añadir cosas pequeñas como un tornillo, un trozo de corcho, un garbanzo, etc... y ver en qué franja se queda cada cosa. Sigue el orden de la fotografía para que salga perfecto. ¡Es muy divertido!



Alcohol.

Aceite.

Agua.

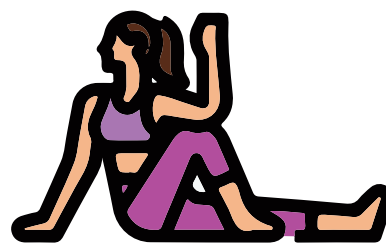
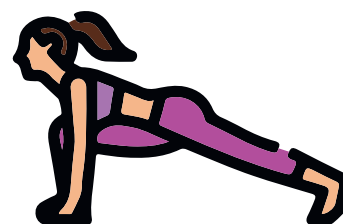
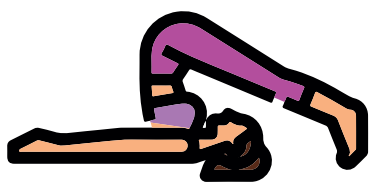
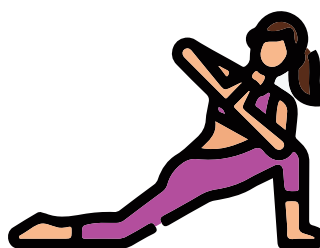
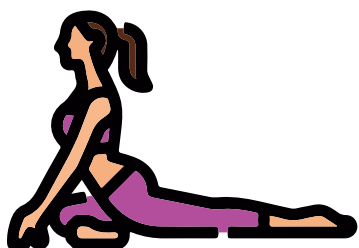
Jabón.

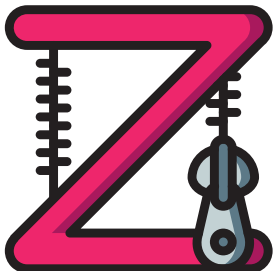
Miel.



“Y de Yoga”

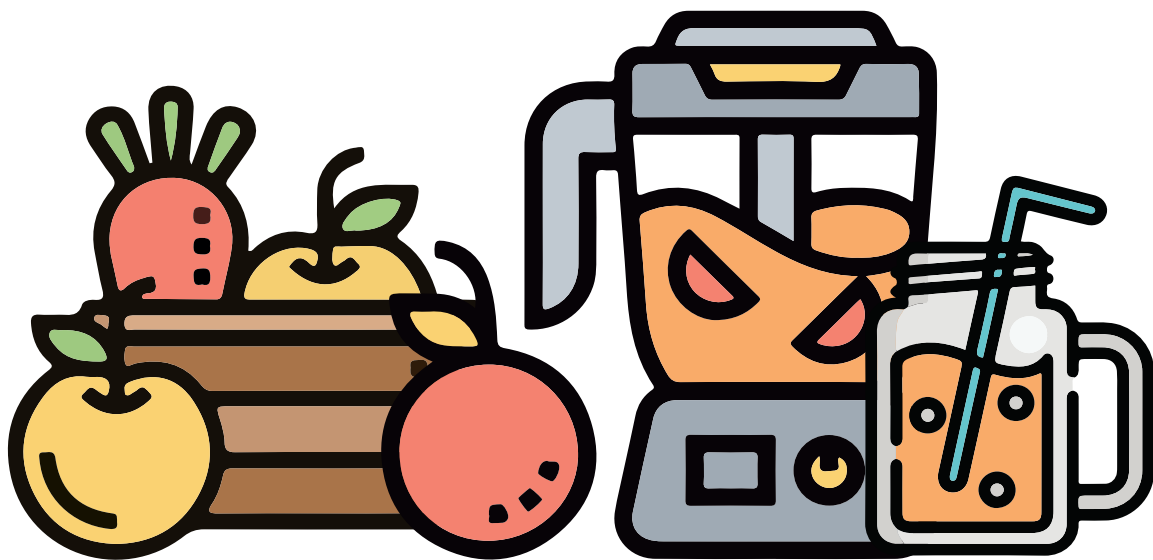
En esta actividad la propuesta es que te ayude algún adulto a buscar un vídeo por internet de yoga para niños, es una actividad muy recomendable y que libera nervios, ¿quién sabe quizás descubras que te encanta esta disciplina?





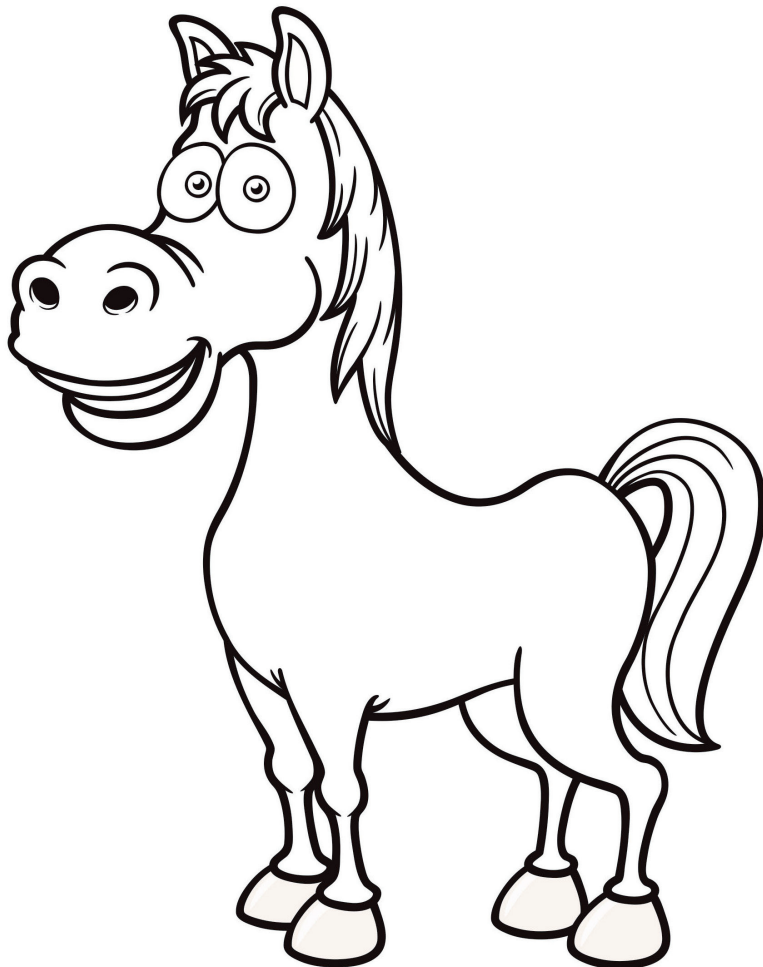
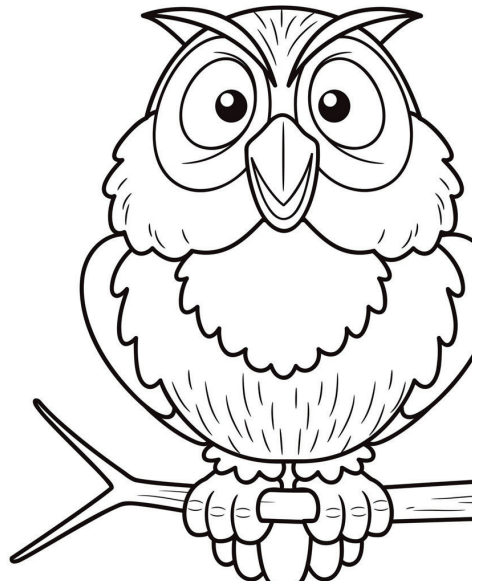
“Z de Zumo”

En esta actividad la propuesta es preparar zumos para todos, puedes hacerlo simplemente de naranja (fruta de temporada), o dejar volar tu imaginación y añadir zanahoria, pera o fresas, seguro que ese cóctel de vitaminas les encanta a todos. Disfrutadlo luego todos juntos. ¡Qué aproveche!

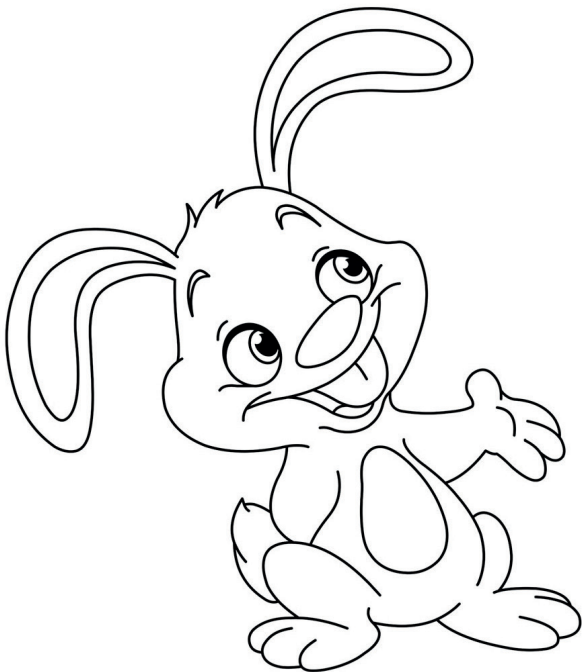


Momento de colorear:

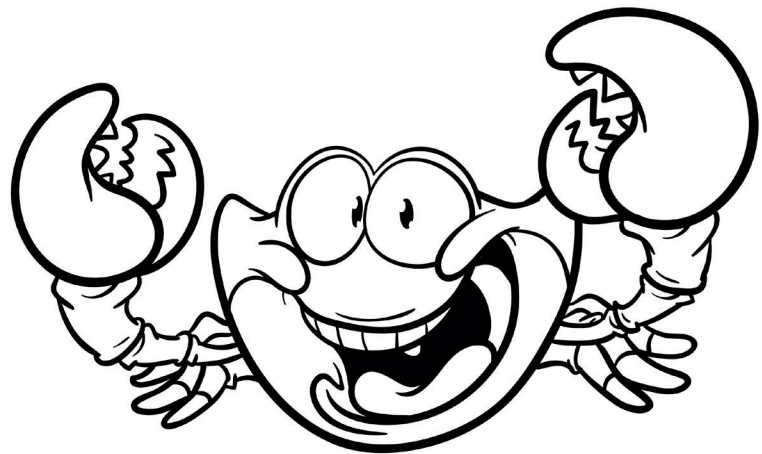
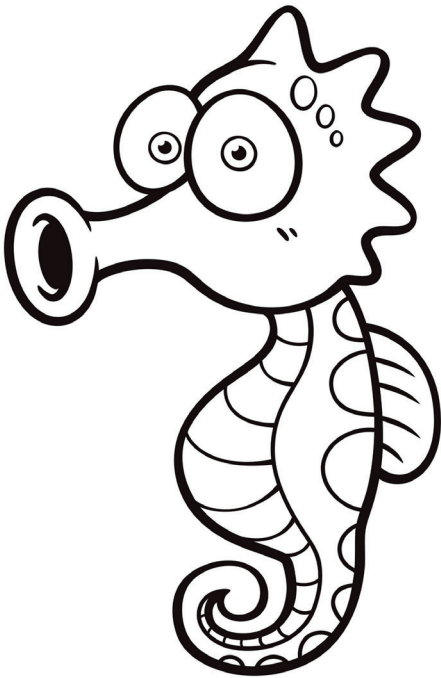
“Los Animales”



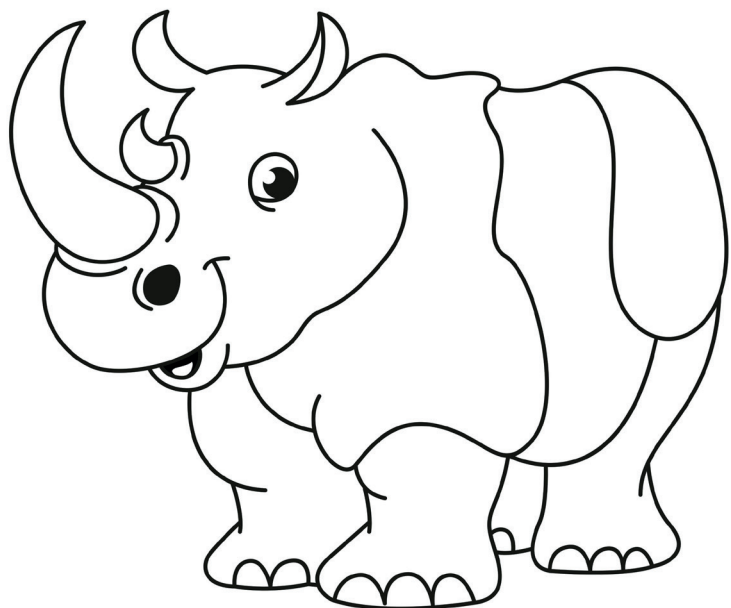
Momento de colorear:
"Los Animales"



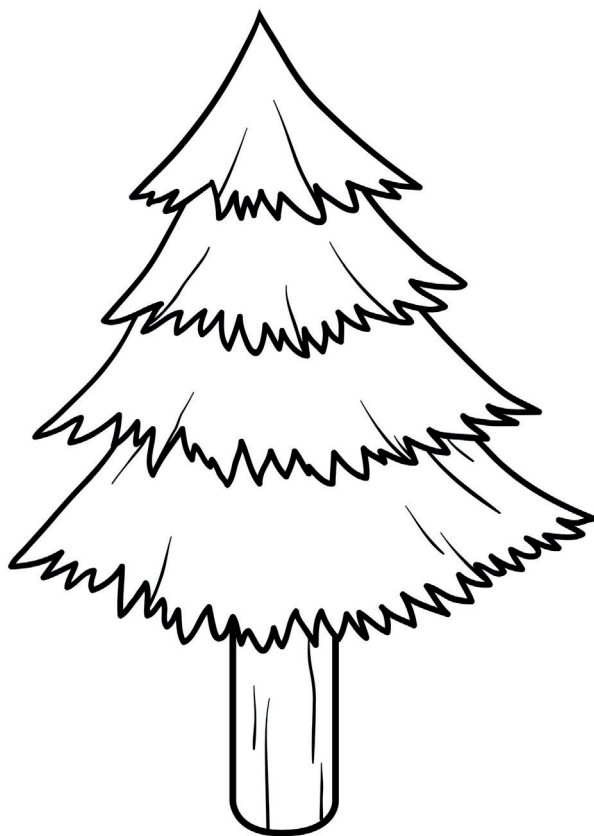
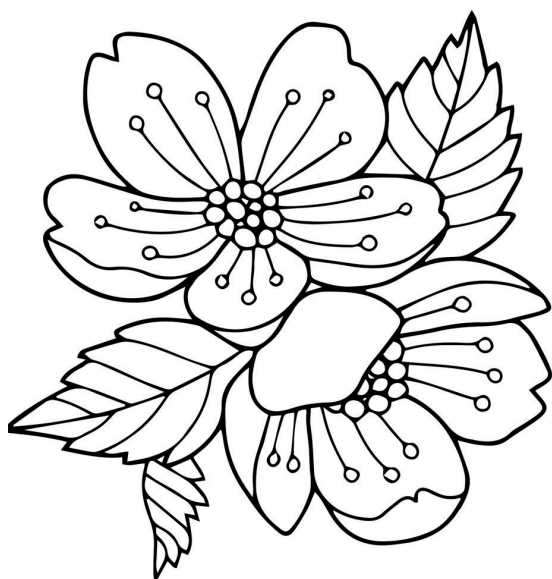
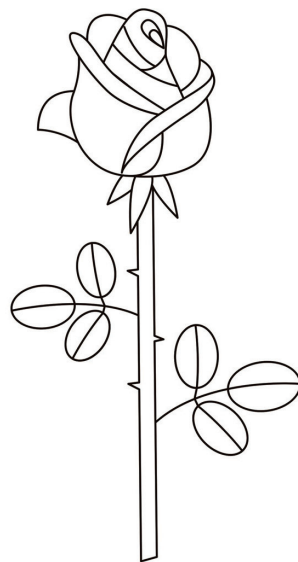
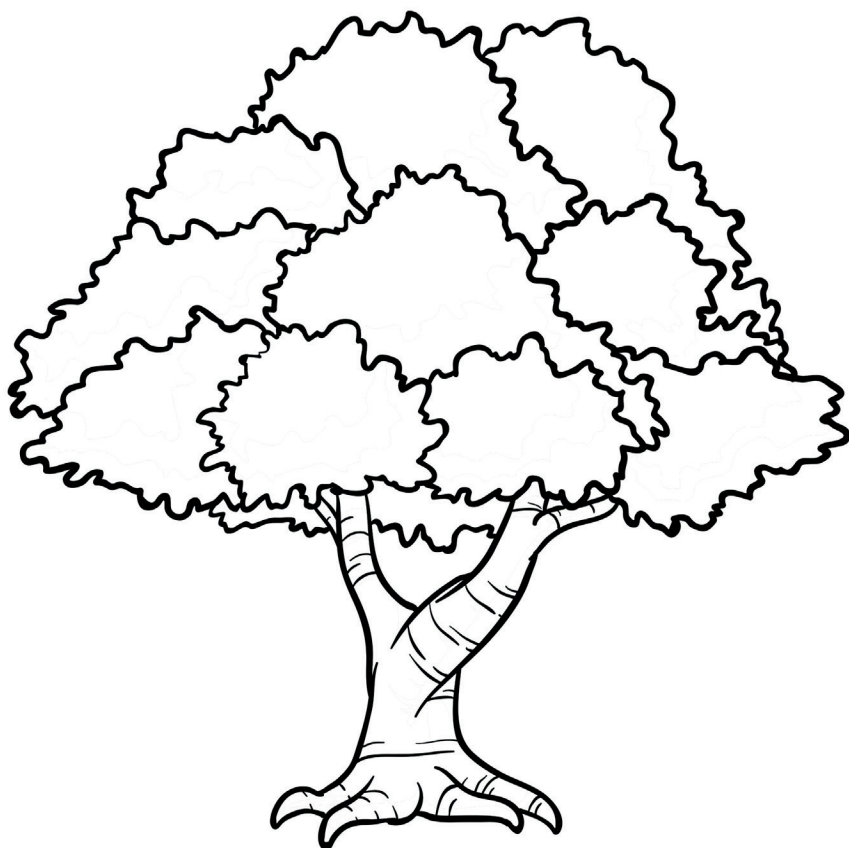
Momento de colorear:
"Los Animales"



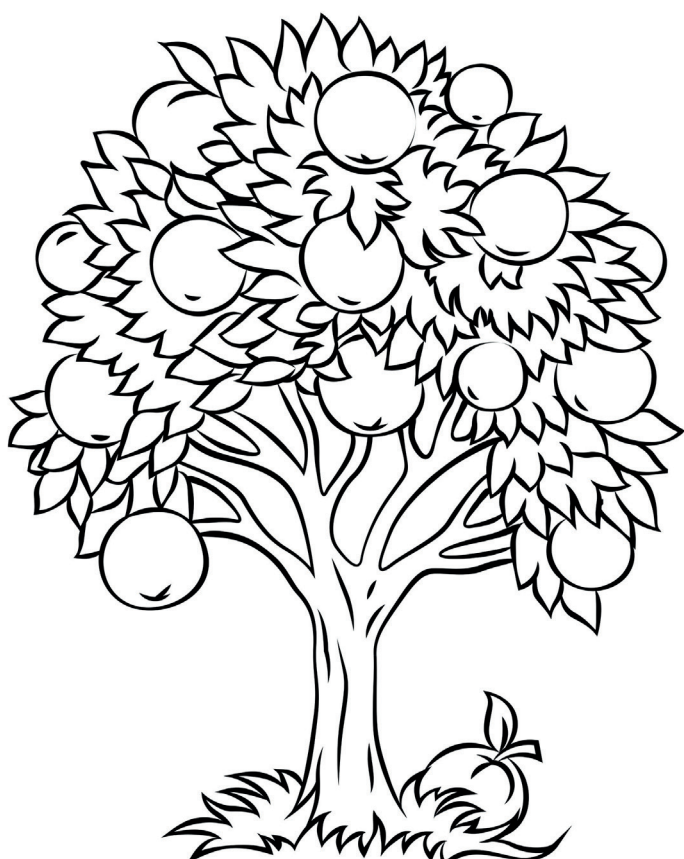
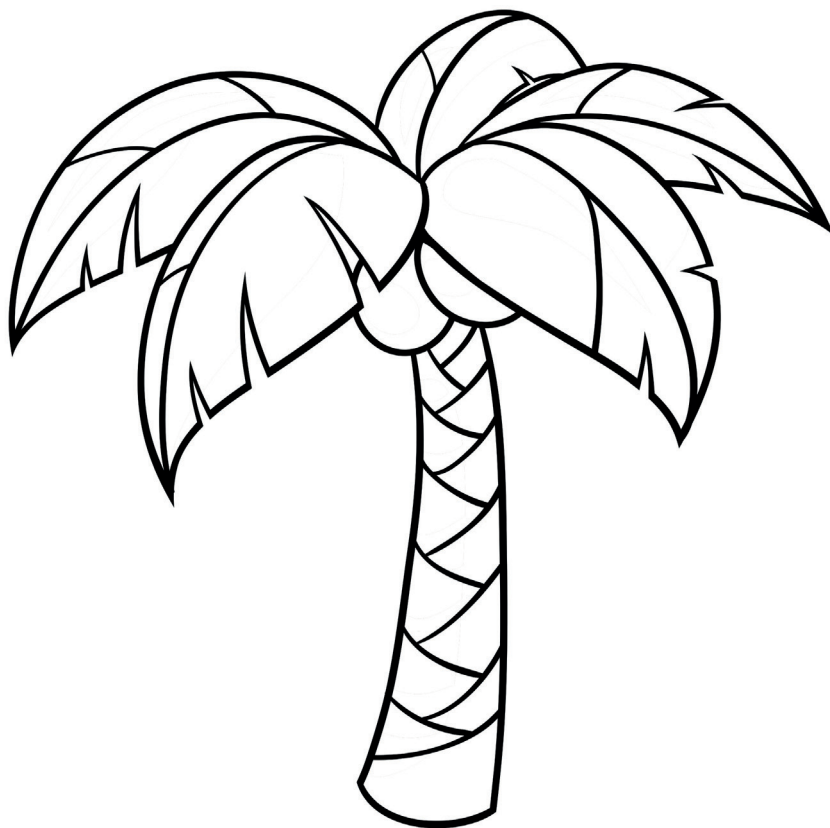
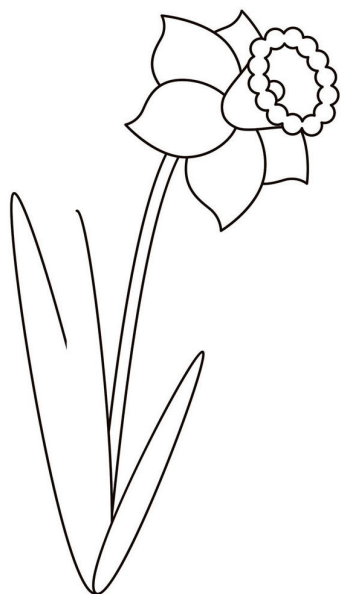
Momento de colorear:
"Los Animales"



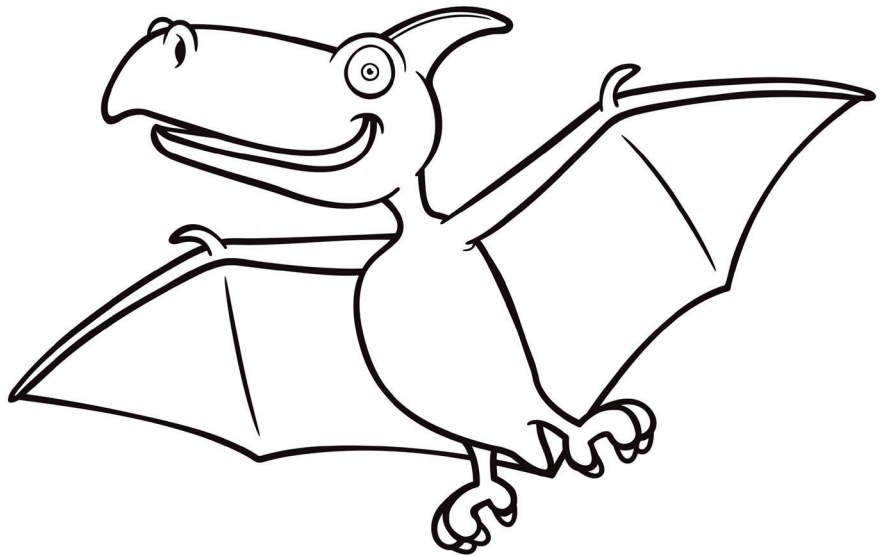
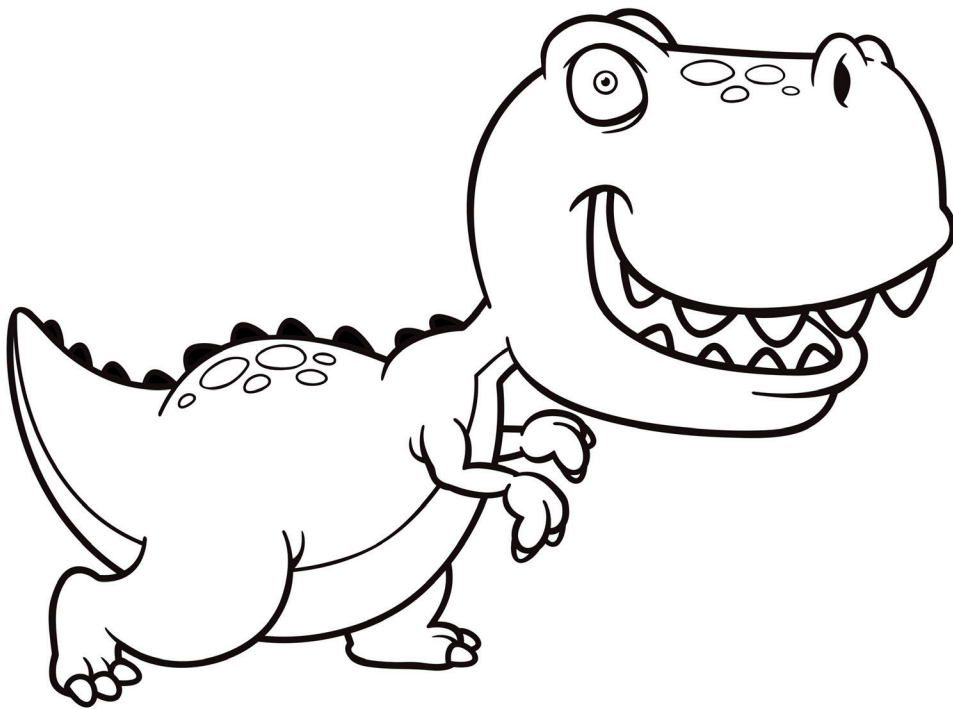
Momento de colorear:
"La Naturaleza"



Momento de colorear:
"La Naturaleza"

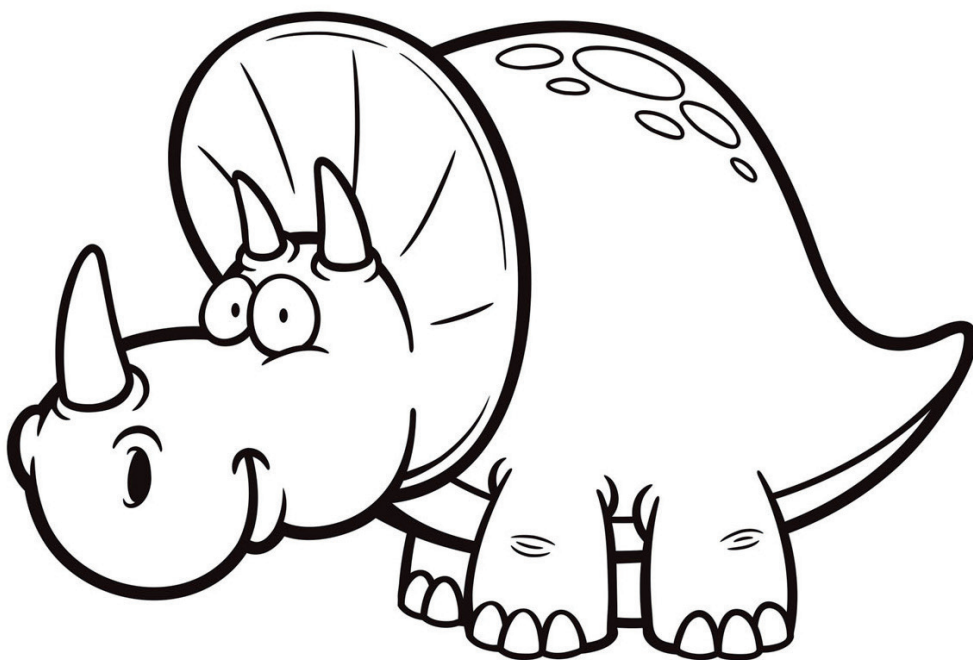
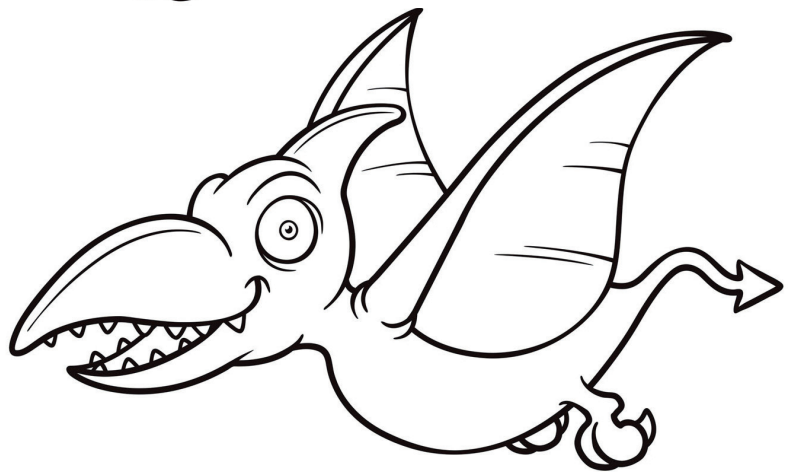
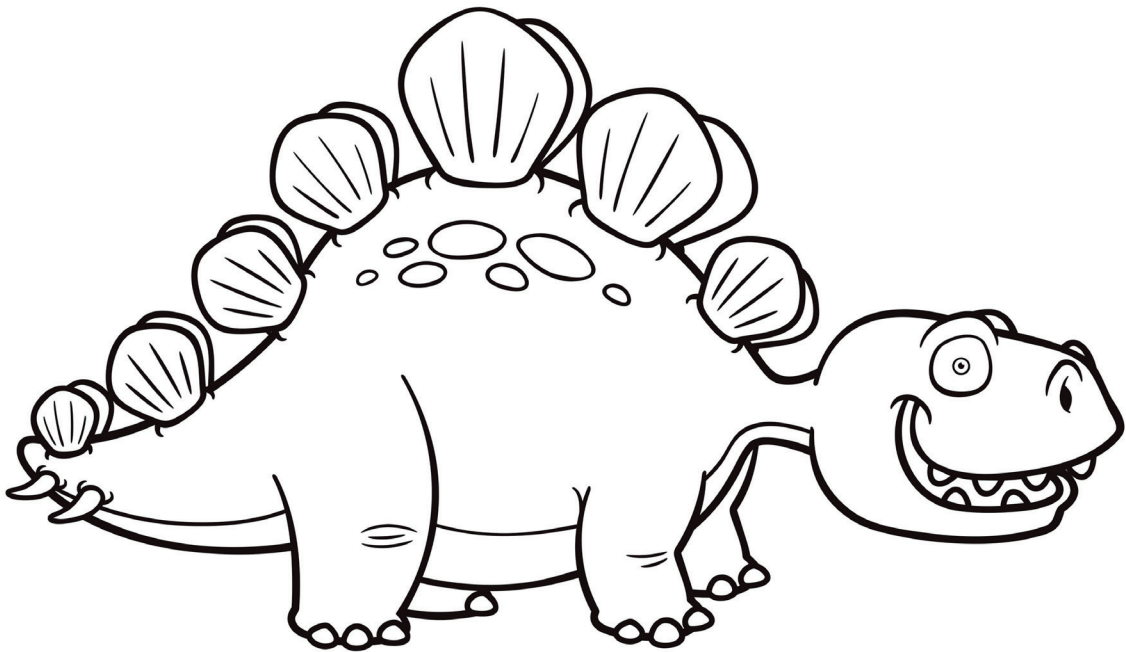


Momento de colorear:
"Los Dinosaurios"

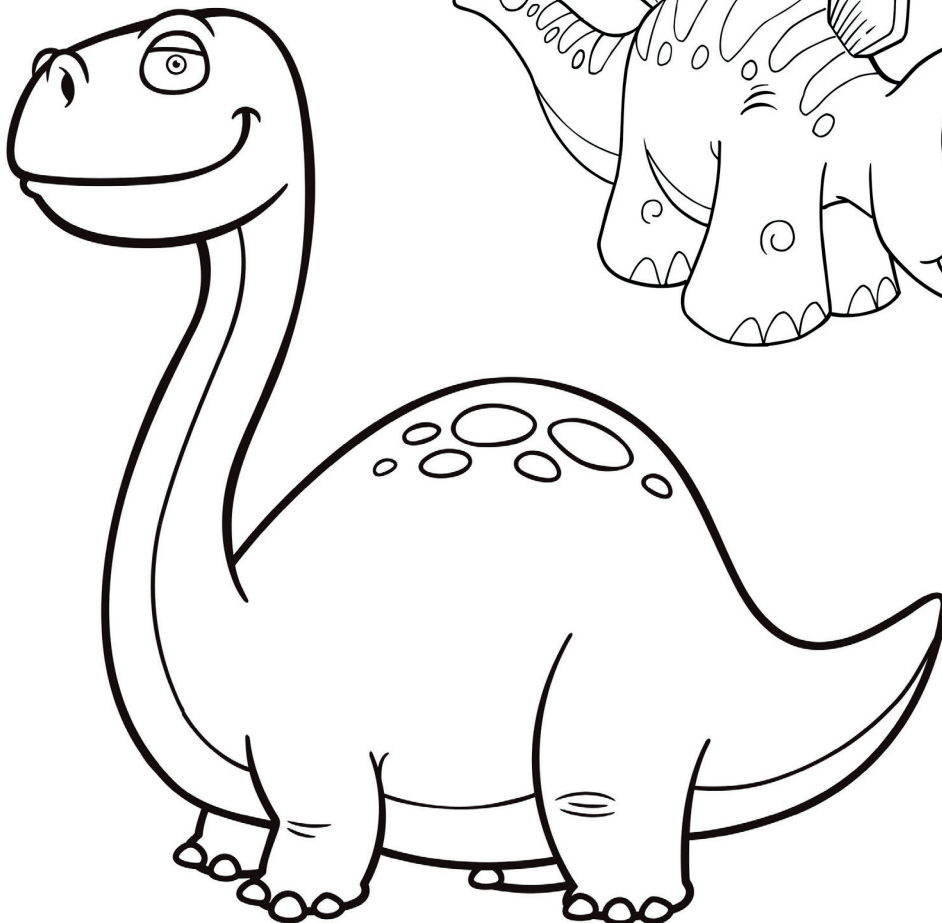
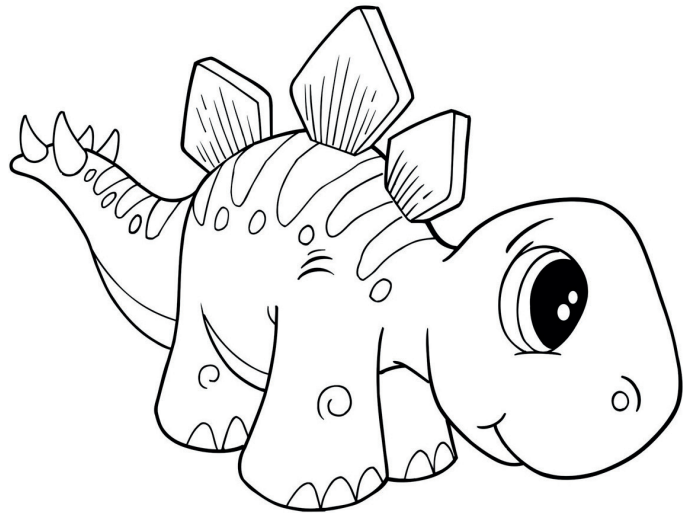
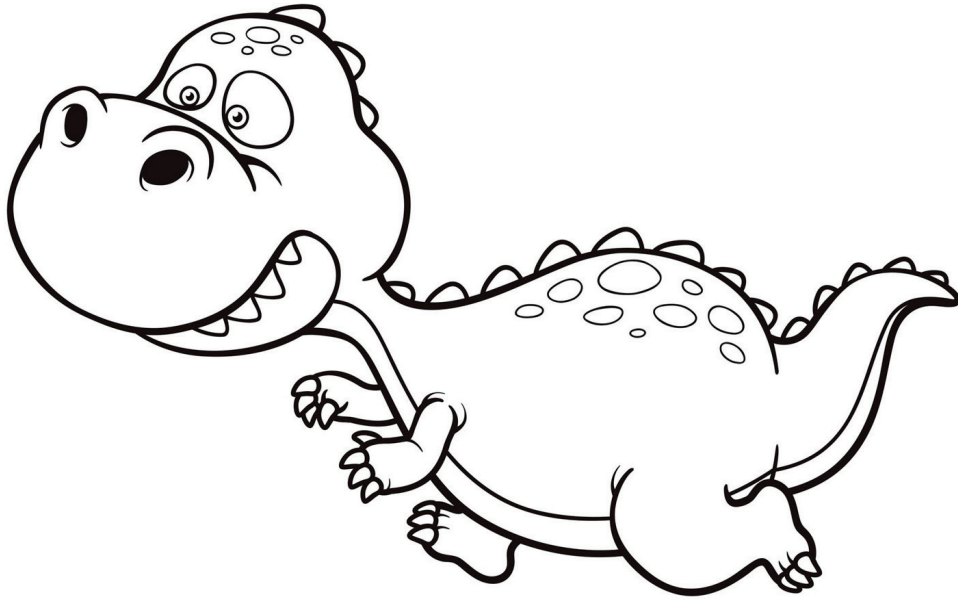


Momento de colorear:

“Los Dinosaurios”



Momento de colorear:
"Los Dinosaurios"



Iconos realizados por:
Freepik de www.flaticon.com
Eucalyp de www.flaticon.com
Monkik de www.flaticon.com
Kirill Kazacheck de www.flaticon.com
Voysla de www.flaticon.com
Smashicons de www.flaticon.com
Turkkub de www.flaticon.com
Nhor Phal de www.flaticon.com
Surang de www.flaticon.com
Smalllikeart de www.flaticon.com
Good Ware de www.flaticon.com

Ilustraciones realizadas por:
Grupo Gesfomedia SL de <https://www.mundoprimaria.com>

La empresa Grupo GP® (Hijos de Francisco Camina SL) con NIF B03929270, con domicilio en la C/. Miguel Servet, 19, 03203 Elche (Alicante) España. Correo electrónico: info@grupo-gp.com y teléfono 965434790. Grupo GP® está inscrita en el Registro Mercantil de la provincia de Alicante, al tomo 1697, folio 81, sección 8, hoja 26607, inscripción 1.

Reservados todos los derechos. No se permite la reproducción total o parcial de esta obra, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio (electrónico, mecánico, fotocopia, grabación u otros) sin autorización previa y por escrito de los titulares de la obra. La infracción de dichos derechos puede constituir un delito contra la propiedad intelectual.

Grupo GP® se reserva el uso de este libro de forma privada y personal, quedando prohibido su uso con fines comerciales o para incurrir en actividades ilícitas.

#quédateencasa.



Agradecimientos:

Patricia

Eva

Begoña

Daniel



GRUPOGP

**WAKE UP
YOUR
PRODUCT**

PLV CREATE, AMBIENT & PLACEMENT



www.grupo-gp.com