

QUÈ SÓN ELS HÀBITS?

Un hàbit és un costum interioritzat, de manera que es duu a terme de manera mecànica i gairebé inconscient. Els hàbits poden fer referència a accions quotidianes o a patrons de conducta. Els hàbits s'aprenen amb la repetició d'actes fins que s'incorporen a la rutina de l'individu. Estan relacionats amb la formació reticular.

Aristòtil va ser el primer a prescriure hàbits com a essència de l'ètica pràctica. L'hàbit és una conducta que s'aprèn de forma quotidiana i automàtica que perdura tota la vida.

Aquest aprenentatge afavoreix l'adquisició d'autonomia i repercuteix en el desenvolupament infantil i juvenil, perquè condiciona les actituds, la personalitat i les habilitats, tot contribuint al desenvolupament de l'autoestima i la socialització.

MURAL FAMILIAR

Material:

- Paper d'embalatge
- Material divers reciclat
- Fotos familiars

Desenvolupament:

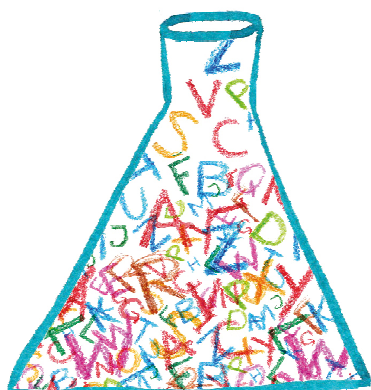
No podem oblidar que les famílies confien en nosaltres i l'educació dels seus fills i filles durant aquest temps. Per això proposem que cada nen/a faci un collage, dels seus pares, de la seva família mentre dinen. Poden dibuixar-lo, pintar-lo o utilitzar diferents materials per descobrir noves textures. Cada dibuix serà una peça d'un gran mural que es penjarà al menjador, perquè ens acompanyin durant aquest temps.

Us recomanem que l'equip del servei de menjador també participi d'aquesta dinàmica. Monitors/es i equip de cuina, animeu-vos a dibuixar la vostra família, perquè així pugui formar part d'aquest gran mural.



DINÀMIQUES

Els hàbits





EL VEHICLE EMOCIONAL

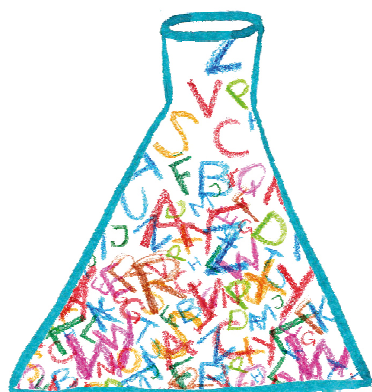
El vehicle emocional serà el vostre mitjà de transport. Us serà d' utilitat per treballar els hàbits, només caldrà que traceu una ruta i un destí, parleu amb els nens, escolteu què és allò que els entusiasma i treballeu perquè ho puguin assolir.

Tots els mitjans de transport necessiten combustible per poder avançar, el combustible l' aconseguiran fent un bon treball d' hàbits, a mesura que assoleixin els objectius, avançaran cap al seu destí. En el cas de la bicicleta, el combustible són els aliments que hem de menjar per poder tenir energia i força per pedalejar. Igual que una màquina de tren o un vaixell o qualsevol vehicle a motor, el menjar és la nostra benzina.



DINÀMIQUES

Els hàbits



LA BÚSTIA DE LES 3 BOQUES

Una bústia amb tres boques, que recullen coses positives, coses millorables, noves idees...

Un cop al mes podeu fer una comissió amb els nens i nenes i posar-ho en comú, per veure com entre tots podem aconseguir gaudir del menjador.



EL GRAN BUNYOL

Tots hem sentit allò d' "això no sembla una fila, sembla una patata, un bunyol..." Hi ha files i files. Cal saber perquè la fem: per entrar en ordre als llocs. Això s'ha d'explicar, quan les coses s'entenen surten millor, oi?

Pels més petits és important tenir un ordre lògic, us proposem que a l'hora de fer fileres, els hi doneu una directriu.

Què us sembla si avui us ordeneu per data de naixement? O bé per alçada? Potser per ordre alfabètic?

LA CAPSETA DELS CRITS

Abans d'entrar al menjador, petits i grans, hem de llençar els nostres crits dins d'una caixa. Hem de fer un dibuix o escriure perquè estem neguitosos, al final de la setmana ho posarem en comú i entre tots buscarem eines que ens ajudin a aconseguir un to de veu sostenible.



Per treballar-ho, podeu experimentar que els més grans expliquin contes als més petits, contes tradicionals, contes inventats. Podem parlar com si xiuxieguéssim. Podem fer mímica.

DINÀMIQUES

Els hàbits

