

RECOMENDACIÓNS DA AULA DE AL

DURANTE O VERÁN

Xa están aquí as vacacións! Logo dun curso moi atípico pero no que igualmente traballamos moito... chega o momento de descansar e desfrutar dos meses de verán: familia, amigos, praia, xogos ao aire libre...

Aquí vos quedan algunhas recomendacións para o verán:

- ☀ Dedicade tempo a estar en familia, realizando actividades xuntos.
- ☀ Fala moito todos os días, conta o que che ocorreu, como te sentes, o que che gustaría facer o seguinte día...
- ☀ Aproveitade para socializar con outra xente: amigos, veciños...
- ☀ Fomentade a empatía e a comprensión entre todos.
- ☀ Descansa e abúrrete! Ás veces é bo aburrirse para estimular a imaxinación.
- ☀ Observa todo o que te rodea, prestando atención ás pequenas cousas: mira insectos, compáraos, busca estrelas...
- ☀ Lee moito. Elixe lecturas que che gusten e adícalle un ratiño cada día. Pode ser un cómic, un libro de aventuras, poesía... o que máis che guste!
- ☀ Escribe. Escribe cartas, contos, poemas... Debuxa, pinta... Saca a vea artística que levas dentro!
- ☀ Limitade o tempo de xogo ante as pantallas (ordenador, tablet, consolas...)
- ☀ Fomentade as actividades ao aire libre: correr, saltar, andar en bici, facer exercicio, bailar, ir á praia...
- ☀ E fundamentalmente...desfrutade do verán que o tedes máis que merecido!!
Sen esquecernos de valorar a familia e coidarnos uns a outros.

FELIZ VERÁN!