

**GUÍA PEDAGÓGICA N°15**

**JINZ N°38:** Educación Popular – Antolín Zapata – Juan Dolores Godoy – Valle de Tulum – Miguel de Cervantes

**Docentes responsables:** Ingrid Viviana Castillo – Sandra Cáceres – Patricia D´Virgilio – Cristina Languí – María Alicia Estévez Fager – Marcela Itatí Garramuño – Andrea Verónica Virhuez

**Nivel inicial:** sala de 5 años

**Turno:** Mañana y tarde

**Dimensión:** Ambiente Natural y Sociocultural

**Ámbito:** Matemática



**Contenido:** Uso de escrituras numéricas en contextos significativos

**Capacidad general:** Pensamiento Crítico

- **Capacidad específica:** Comprender información oral y escrita expresada en distintos soportes.

**Tema:** “Investigando también se aprende sobre alimentación saludable “

*“La alimentación es un tema fundamental a lo largo de la vida de las personas, especialmente en la infancia. En el Nivel Inicial, la promoción y el mantenimiento de la salud de los niños es una responsabilidad que los docentes comparten con las familias. En consecuencia, es esencial que la escuela asuma, dentro de sus posibilidades, compromisos respecto del control sanitario de su población, de su alimentación, de los hábitos en los que quiere formar y de las condiciones que garanticen el desarrollo adecuado de las actividades en un marco de seguridad e higiene”. (Diseño Curricular, 2005)*

**Propuestas pedagógicas:**

**Actividad 1:** Cuento “NO QUIERO VERDURAS “de Mariela Reiman.

Ubicados en compañía de algún familiar compartirán la lectura del cuento “¡No quiero verduras!” de Mariela Reiman, será enviado al grupo de padres. Posteriormente realizarán la reconstrucción del mismo utilizando preguntas como: ¿Quién es el protagonista del cuento? ¿Qué le pasa? ¿Qué es lo no le gusta? ¿Él que prefiere comer? ¿Qué sucede con la comida?

**Docentes responsables:** Ingrid Viviana Castillo – Sandra Cáceres – Patricia D´Virgilio – Cristina Languí  
María Alicia Estévez Fager – Marcela Itatí Garramuño – Andrea Verónica Virhuez

¿Qué descubre al final del cuento? ¿Es importante comer frutas y verduras? ¿por qué? Para finalizar, un adulto escribirá en una hoja el lema ¡LA BUENA ALIMENTACIÓN ES LA BASE DE UNA VIDA SALUDABLE! Sobre la misma el niño/a decorará los costados (como si fuera un marco) y lo socializará por medio de los estados de WhatsApp de sus familiares para concientizar a los demás sobre la importancia de comer saludable.

## **Actividad 2: EDUCACIÓN FÍSICA**

**Profesoras: Cara Marianela- Oviedo Daniela**

**Contenidos:** -El cuerpo en espacio y tiempo- Lados del cuerpo.

### **“Entre Saltos”**

Para comenzar la actividad el niño/a deberá comenzar a caminar por el espacio designado, cada vez que el adulto comienza a aplaudir el niño deberá correr, luego volverá a caminar. (Realizarlo 3 veces). Con ayuda de un adulto se realizará la siguiente actividad, se dibujarán círculos (con tiza o un elemento con el que se pueda señalar), uno atrás de otro siguiendo una línea recta; cuando lo indique el adulto, el niño deberá:

Pasar corriendo por cada círculo ir y volver por los mismos. Saltar con dos pies adentro de los círculos cada vez que se pase por ellos. Saltar con un solo pie adentro de los mismos. Luego se colocará adentro de uno de los círculos señalizados en el suelo, y cuando lo indique el adulto deberá saltar “hacia afuera”, “hacia adentro”, “hacia un lado”, “hacia el otro lado”, “hacia atrás”, “hacia adelante” Adentro del círculo cada niño se sentará y se relajará, extenderá las piernas y llevará los brazos hacia arriba, se tocará la cabeza y se pondrá de pie.

## **Actividad 3: La importancia de una buena higiene.**

Los hábitos de higiene en las personas evitan muchas enfermedades, nos mantiene sanos y fuertes, mejoran nuestra apariencia personal, y nos hace sentir bien con nosotros mismos. Para que nuestro organismo utilice bien las sustancias nutritivas de los alimentos, las comidas deben ser preparadas y servidas con higiene, de esta manera, no nos causarán dolores, malestares y hasta enfermedades que ponen en peligro la vida. De nada servirá que introduzca en sus comidas alimentos suficientes y variados, si éstos, por falta de higiene o descuido, van contaminados de microbios, bacterias y otros elementos dañinos. En familia conversarán sobre cuales son los hábitos de cuidados que tienen en casa. Realizarán una experiencia, colocando un poco de harina en las manos del niño/a, quien luego, deberá darle

la mano a otro integrante de la familia. Después de que todos hayan dado la mano al menos a otras dos personas, se preguntarán si tienen harina en ellas. Conversarán entre todos como estrechando las manos pueden propagar gérmenes y como se puede evitar. Luego armarán carteles para tener como recordatorios en el hogar, con dibujos de los elementos necesarios para la correcta higiene de manos y de los alimentos. Por último, todos juntos reflexionarán sobre la importancia del cuidado e higiene personal y de los alimentos.

#### **Actividad 4** EDUCACIÓN MUSICAL

**Profesor:** Juan Delgado

**Título de la propuesta:** “Canciones con ritmos nuestros”

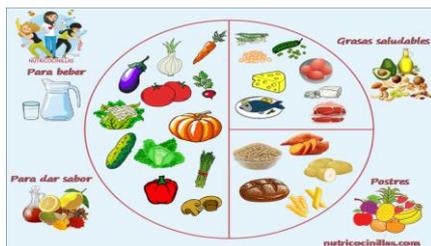
**Contenidos:** Exploración sobre los diferentes modos de producir sonido.

Escucharán la canción “QUIERO PARA MÍ” de Canticuenticos, Link: <https://www.youtube.com/watch?v=5bWM2gGB-Fs> Buscarán algún recipiente que los chicos puedan utilizar como tambor, para tocar con sus manos. Alternar entre el recipiente y las palmas. Para las estrofas acompañar con palmas y los estribillos que son más fuertes con el tambor que improvisaron.

**Actividad 5:** Armar un plato saludable.

Observarán en familia el siguiente video

<https://www.youtube.com/watch?v=QeXzKg95H8c>. Conversarán en familia sobre la importancia de una buena alimentación para crecer sanos y fuertes. Luego, observarán la imagen del plato saludable que muestra de manera gráfica como debería ser la alimentación diaria para mantener un buen estado de salud, teniendo en cuenta la proporción de los grupos de alimentos y las cantidades por porciones que se recomiendan consumir al día. Para finalizar, un adulto dibujará en una hoja del cuaderno de articulación, un círculo que representará un plato. Luego el niño/a buscará y recortará en revistas imágenes de alimentos para armar el plato saludable. También podrá dibujarlos y pintarlos. ¡Recuerden compartir mediante una foto con sus compañeros el plato saludable que armaron!



## **Actividad 6 ARTES VISUALES**

**Profesoras: Gallardo, Edda Jimena- Quiroga, Romina**

**Contenido** Exploración con los colores primarios en la bidimensión. Identificación de los colores: rojo, amarillo y azul en reproducciones de obras de arte.

Concepto: Los colores primarios se caracterizan principalmente por no provenir de la mezcla de otros colores. Estos son: rojo, amarillo y azul.

El pequeño/a observará la obra del artista Xul Solar llamada "Rótulo, 1960" y responderá las siguientes preguntas:

¿Qué colores primarios ves en la obra? ¿Reconoces alguna letra? Nómbralas ¿Qué figura geométrica aparece en la obra?



Un adulto, dividirá una hoja blanca en tres partes iguales. Luego con el material que tengan en casa (puede ser témpera y esponja, crayones o papeles de colores.), el niño/a pintará cada una de las divisiones de un color primario diferente. (rojo, amarillo y azul). Luego, el pequeño/a escribirá con un marcador, lápiz o crayón negro su nombre lo más grande que se pueda.

Para finalizar responde oralmente las siguientes preguntas: ¿Qué colores identificas en tu trabajo? ¿Qué materiales utilizaste?

## **Actividad 7 EL SEMÁFORO NUTRITIVO**

Con lo aprendido en la actividad número cinco (5) se realizará la siguiente actividad. En familia buscarán en diarios y revistas imágenes de todo tipo de alimentos (carne, verdura, golosinas, postres, verduras, etc.). Luego, con la ayuda de un adulto, armarán un semáforo

del material que quieran, para colocarlo en la pared. La dinámica de la actividad consistirá en pegar los alimentos que buscaron en los tres colores: en el rojo los que deben comer en ocasiones, en el amarillo los que tienen que comer a veces y en el verde los que tienen que comer diariamente (rojo dos imágenes, amarillo cuatro imágenes, verde seis imágenes) Para finalizar, pueden realizar un video explicando qué cantidad de comida va en cada color y mandárselo a la Señorita explicando ¿Porque te parece que del color rojo se come menos cantidad, que del amarillo y el verde?

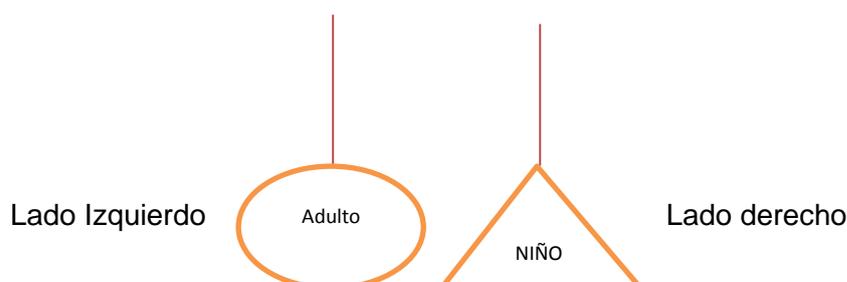


## **Actividad 8** EDUCACIÓN Física

### “Líneas Divertidas”

Con ayuda de un adulto se dibujará una línea recta en el suelo, puede ser con algún elemento que se disponga en casa (tiza, sogá, totora, cinta papel etc.), lo importante es que el niño lo visualice. El objetivo de la actividad es trabajar los lados del cuerpo. El niño deberá colocarse al comienzo de un extremo de la línea para poder ejecutar los saltos hacia un lado y otro.

El adulto (podrá hacer otra línea señalizada para él y acompañarlo con los saltos); se colocará al lado del niño y deberá indicar: Cuando el adulto levante su brazo derecho el niño deberá saltar hacia ese lado. Cuando levante su brazo izquierdo deberá saltar hacia ese lado. Primero el niño lo hará con un salto lento, luego deberá saltar con más rapidez a medida que el adulto levante sus brazos (derecho, izquierdo)



Al finalizar cada actividad cada niño/a deberá colocar una manta, mantel, o colchoneta en el suelo, empezaran a caminar alrededor de la misma relajándose, suavemente se sentarán en la manta, estirarán las piernas hacia adelante, y llevarán los brazos hacia arriba, y con la ayuda de la familia contarán hasta 5 cuando lo realicen.

### **Actividad 9** A tomar la sopa

Para el juego será necesario un dado, una cacerola y fideos (moños, tirabuzones los que tengan en casa). En familia jugarán "A tomar la Sopa". Por turnos, tirarán el dado y retirarán de la cacerola, tantos fideos como indica el dado. Luego seguirá otro integrante de la familia hasta que se terminen los fideos puestos dentro de la cacerola. Gana el que acumuló más fideos. Para finalizar contarán quien de los participantes obtuvo más fideos. Se sugiere colocar en la cacerola hasta treinta fideos

### **Actividad 10** EDUCACIÓN MUSICAL

Mirarán el video y escucharán la canción de "CHACARERA DE LOS GATOS"

Link: <https://www.youtube.com/watch?v=CHLfH1f88Bc>.

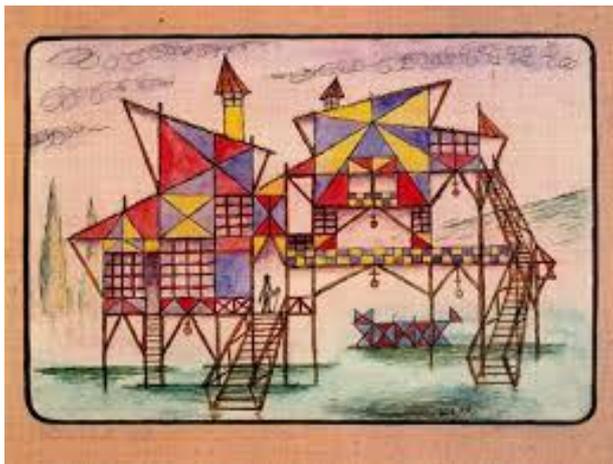
Acompañarán la canción con palmas utilizando el cuerpo (golpeando las palmas de las manos en la parte superior de las piernas) al ritmo de chacarera. Cantar con voz firme acompañando la parte de la canción donde maúlla como gato: miau miau michi michi miau.

### **Actividad 11** Jugar a verdadero o falso

Luego de haber trabajado con el semáforo en la actividad N°7 los niños junto a su familia, jugarán a verdadero o falso. La docente enviará por medio de audios diferentes preguntas y los niños responderán si es verdadero o falso, por ejemplo: ¿Las verduras y las frutas son alimentos saludables? ¿Comer muchas golosinas nos hacen más fuertes? ¿El jugo de frutas naturales nos dan más energía? ¿Es saludable comer todos los días comida chatarra?, etc. Luego de escuchar las preguntas el niño/a grabará un audio con las respuestas y se las enviará a la seño. ¡¡Ganará quien más respuestas correctas obtenga!!

### **Actividad 12** ARTES VISUALES

El niño/a observará la obra del artista Xul Solar y responderá las siguientes preguntas: ¿Qué representó el artista en la obra? ¿Dónde te parece que han construido la casa? ¿Qué otros colores utilizaron en la obra?



El pequeño/a trabajará sobre una hoja negra. Realizará un paisaje con la técnica de collage. Para ello el niño/a recortará papeles de revistas, cartulinas, papel glasé, etc. con formas de figuras geométrica de los colores primarios y los pegarán armando su paisaje.

Para finalizar, el pequeño/a responderá las siguientes preguntas ¿Qué figuras geométricas utilizaste? ¿Qué colores se destacan en tu collage?

### **Actividad 13** “Preparamos una rica y saludable ensalada de frutas”

En compañía de un familiar realizarán una ensalada de frutas. **¡Importante!** lavarse las manos y lavar bien las frutas antes de comenzar con la preparación. Cada familia podrá realizarla con las frutas que más le gustan. Luego será el esperado momento de comer en familia la ensalada de frutas. Para finalizar, se hará el registro de la receta en el cuaderno de articulación. Los niños irán escribiendo las cantidades de cada una de las frutas utilizadas y con ayuda de un adulto podrán escribir el nombre de la fruta. No olviden compartir una foto en el grupo de WhatsApp

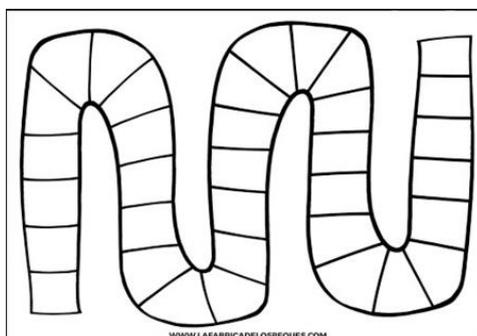
### **Actividad 14** Jugando y contando alimentos.

El niño/a deberá tirar el dado y según el número que salga tendrá que escribirlo en el cuaderno de articulación. Luego deberán dibujar la misma cantidad de alimentos saludables (frutas o verduras) El juego se repetirá cinco veces. Para finalizar recordarán en familia que alimentos son los que más importantes su nuestra salud

### **Actividad 15** LA OCA DE LOS ALIMENTOS

Para el siguiente juego necesitarán una cartulina, o un papel para dibujar el panel, un dado y dos o tres tapitas (según la cantidad de jugadores) que servirán de fichas. En la cartulina o

papel dibujarán un recorrido similar al juego de la oca (como se muestra en el ejemplo) En el mismo habrá diferentes casilleros en los cuales escribirán los números del 1 al 30, y en una hoja aparte tendrán escrita por un adulto diferentes consignas por ejemplo en el número 5, pierde turno por comer comida no saludable. En el número 10, gana otro tiro por preparar una ensalada. Número 15, dirá: como fue al supermercado y compro muchas frutas, adelanta cinco casilleros. En el número 25: como comió muchos dulces y sus dientes se dañaron retrocede 5 lugares. En el casillero 1 dirá: salida y en el número 30, dirá: llegada. Los adultos podrán agregar más consignas si lo desean. El juego comenzará por turno. Cada jugador tirará el dado y según el número que salga son los casilleros que deberá adelantar en el juego. Gana aquel jugador que llegue primero a la meta final. Para finalizar conversarán sobre el juego, identificando la comida que hace bien para nuestra salud. Reflexionar lo fácil que puede ser aprender a contar y a identificar los números jugando entre todos.



### **Actividad 16**

Retomarán el cuento “NO QUIERO VERDURAS “de Mariela Reiman.

En familia crearán otro final al cuento (puede ser una nueva aventura de verduras, algún inconveniente con los alimentos, entre otras opciones). Luego el niño/a lo relatará en forma oral. El pequeño/a dibujará el cuento y arriba del mismo escribirá con ayuda de un adulto el título de esta nueva historia. Compartir en el grupo de WhatsApp la producción realizada.

### **Equipo de conducción:**

**Directora: SONIA K. LÓPEZ**

**VICEDIRECTORA: MARÍA VERÓNICA PETRIGNANI**