

## ENI N° 8 “QUINOA” SALAS DE 5 AÑOS ÁREA AMBIENTE NATURAL Y SOCIO-CULTURAL

Escuela: ENI N°8 “Quinoa”.

Docentes: Clavel Carina – Deguer Luciana – Meni Mariana – Moreno Gabriela – Vera María del Valle.

Docentes de especialidades: Chaquerian Nadia – Jofré Bettina – Lucero Franco.

Directora: Meritello Sonia.

Educación: Inicial – sala de 5 años.

Turno: Mañana – Tarde.

Área Curricular: Ambiente natural y socio – cultural.

Contenido seleccionado:

- El cuerpo humano: Cuidado de la salud. Nutrición y alimentación.

Título: Hoy comemos rico y saludable.

Capacidades: - Aprender a aprender.

-Trabajo con otros.

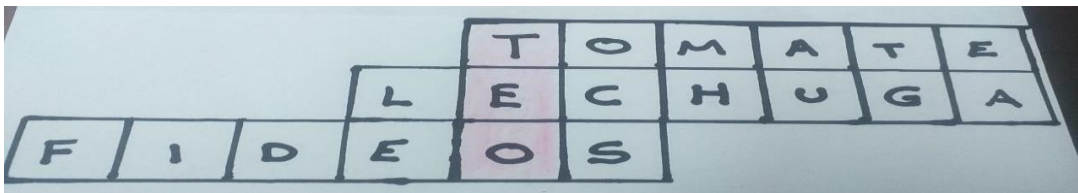
Actividades:

- 1) Observamos el video, “Educación para la salud: Alimentación”  
<https://www.youtube.com/watch?v=T22b0Ht2lcQ>.

Conversamos en familia sobre el video y respondemos algunos interrogantes.

¿Por qué es importante una buena alimentación? ¿Cómo nos alimentamos? ¿Qué nos aporta una buena alimentación? ¿Qué pasa si nos alimentamos mal? ¿Cuáles son las comidas esenciales que necesitamos en el día? ¿Cuál es el nutriente esencial para nuestro cuerpo?

- 2) Realizamos con la ayuda de un adulto, un crucigrama con el nombre del alumno y con cada letra del nombre, pensamos un alimento saludable para nuestro cuerpo y armamos el crucigrama.



Docentes: Clavel Carina – Deguer Luciana – Meni Mariana – Moreno Gabriela – Vera María del Valle

## ENI N° 8 “QUINOA” SALAS DE 5 AÑOS ÁREA AMBIENTE NATURAL Y SOCIO-CULTURAL

- 3) En familia nombramos y dibujamos los alimentos que consumimos en los cuatro momentos de alimentación: desayuno, almuerzo, merienda y cena.  
Luego reflexionamos acerca de nuestra alimentación: ¿Es saludable o no? ¿Por qué?  
Dibujamos los alimentos saludables que podríamos incluir en cada momento.
- 4) Jugamos al VEO VEO Saludable: un integrante de la familia en forma oral, menciona características de alimentos saludables (agua, frutas, pan, verduras, harina, azúcar, etc.), que se encuentren en la cocina. El niño deberá nombrar a que alimento se hace referencia y reconocer en el envase el nombre del mismo.
- 5) Con ayuda de la familia, clasificamos envases de alimentos (por clase, tipo, marca, etc.). Observamos envases de diferentes productos, junto a un adulto, aprendemos a leer datos de importancia como la fecha de vencimiento, condiciones de conservación y el respeto de la cadena de frío.
- 6) Observamos el video que nos cuenta sobre la pirámide nutricional y conversamos con nuestra familia la importancia de cada uno de estos alimentos; el orden dentro de esta pirámide, ¿Qué sabemos de ellos?, ¿Cuáles serán más saludables que otros?, ¿Cuáles nos gustan más? y ¿Cuáles no tanto?. Luego, con ayuda de un adulto, buscamos y recortamos en revistas o diarios diferentes alimentos y armamos nuestra propia pirámide nutricional, siguiendo el orden de cada alimento según su importancia.  
[.https://www.youtube.com/watch?v=4MEfZRGHefw](https://www.youtube.com/watch?v=4MEfZRGHefw)



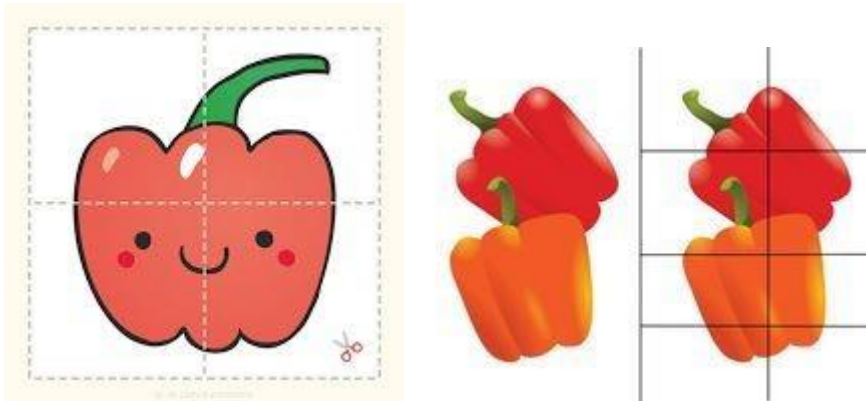
- 7) ADIVINA ADIVINADOR ¿Quién soy? Vemos el video y un integrante de la familia lee las adivinanzas. <https://youtu.be/UJxrezS4vzM>
- 8) Llegó la hora de jugar !!!!  
Observamos el video y nos preparamos para disfrutar del juego saludable, <https://youtu.be/obqE0yzBMII> Elementos a utilizar: Un dado , en el cual se le colocará la figura de una manzana, pera, zanahoria, tomate, papas fritas y un chupetín, en cada uno

Docentes: Clavel Carina – Deguer Luciana – Meni Mariana – Moreno Gabriela – Vera María del Valle

## ENI N° 8 “QUINOA” SALAS DE 5 AÑOS ÁREA AMBIENTE NATURAL Y SOCIO-CULTURAL

de sus lados, tizas o figuras de manzanas, peras, tomates y zanahorias, para realizar la cuadrícula en el suelo..

- 9) Conversamos en familia ¿Por qué es bueno consumir frutas? y ¿Cuáles son las de preferencia para cada integrante? Realizar dos rompecabezas con imágenes de frutas. Dibujar o pegar imágenes de fruta sobre un papel o cartón blando, luego recortar una de las imágenes en 4 partes y la otra en 6 partes, y comenzar a armar los rompecabezas.



- 10) Juego de la memoria con alimentos saludables. Recortar 24 fichas y sobre ellas dibujar frutas y verduras de preferencia (12 en total, ya que se dibujará la misma fruta o verdura en dos fichas).

Instructivo para jugar: Cantidad de integrantes 2 o 4 personas. Colocar sobre la mesa las 24 fichas con la imagen hacia abajo. Comienza la persona que tenga el nombre propio más largo. Cada participante por vez levantará dos fichas, si son iguales las separa para él, sino las deja nuevamente sobre la mesa en el lugar que estaban, así hasta terminar. Gana quien juntó mayor cantidad de pares iguales.



## ENI N° 8 “QUINOA” SALAS DE 5 AÑOS ÁREA AMBIENTE NATURAL Y SOCIO-CULTURAL

### **Actividad: Educación Musical**

Contenidos: El canto: Avances en la interpretación expresiva de canciones en forma grupal e individual.

Experiencias de improvisación y creación: Creación de movimientos y juegos corporales para acompañar canciones.

1° semana: Observamos el video y escuchamos la canción “Mezcla tu sabor”. <https://youtu.be/L09hgZMHVGg> ¿De qué habla la canción? ¿Para crecer cuánto? ¿Cómo hay que alimentarse? ¿Qué nos da la naturaleza? ¿Qué son de muchos colores? ¿Cómo la paleta de quién? ¿Qué hay que mezclar? ¿Quién canta? ¿Cómo es la canción? ¿Qué palabras son las que se repiten? Montón, ton, ton – bien, bien. Bailamos mientras escuchamos la canción y tratamos de memorizarla.

2° semana: Seguimos con los alimentos, escuchamos la canción: “Vamos a comer” <https://youtu.be/vgCkfRvsx7Q> ¿Qué debemos poner para poder comer? ¿Qué elementos ponemos en la mesa? ¿Qué debemos hacer antes de comer? ¿Qué alimentos nombran en la canción? ¿Cómo debe ser nuestra alimentación? ¿La canción es rápida o lenta? ¿Quién canta la canción? Escuchamos nuevamente la canción y acompañamos con movimientos corporales.

### **Actividad: Artes visuales: Plástica**

#### Contenido

- collage

#### Actividades:

#### Materiales

- Hojas o cartón.
  - Lápices, marcadores.
  - Revista o papeles de colores.
1. Acompañado de un adulto observar las obras de artes “Bodegones frutas y verduras”, comentar, ¿Qué colores hay?, ¿En cuál hay muchos elementos y en cuál pocos elementos ?, ¿Son iguales a las obras?.

Docentes: Clavel Carina – Deguer Luciana – Meni Mariana – Moreno Gabriela – Vera María del Valle

## ENI N° 8 “QUINOA” SALAS DE 5 AÑOS ÁREA AMBIENTE NATURAL Y SOCIO-CULTURAL

2. Realizar tu propia obra de arte, buscar y recortar imágenes de alimentos saludables y pegar en una hoja o cartón, (de no tener revistas dibujar los alimentos saludables).
3. Decorar los contornos de la hoja o cartón con materiales que tengan en casa para que se vea como un cuadro.



Obras “Bodegones frutas y verduras” sobre óleo y lienzo.

### **Actividad: Educación Física**

#### Objetivos

- Explorar el propio cuerpo a través de los sentidos.
- Coordinar y controlar las habilidades manipulativas finas.
- Trabajar en familia fortaleciendo la disposición y buen humor.
- Realizar un juego referente a nuestra historia
- Aprender sobre reciclaje

Inicio: Con ayuda de un mayor construiremos un BALERO, este juguete se usaba hace mucho, en esa época en las que las pantallas y artículos digitales no existían.

Para hacerlo necesitaremos cosas que hay en casa y ya no se usan:

- Botella plástica
- Cordón o piola
- Tapita o pelotita.

Cortamos la botella quedándonos con la parte del pico, luego atamos el cordón a la botella, y con la otra punta la pegamos a la pelotita. Y LISTO CALISTO!!! A JUGAR!!!

Docentes: Clavel Carina – Deguer Luciana – Meni Mariana – Moreno Gabriela – Vera María del Valle

## ENI N° 8 “QUINOA” SALAS DE 5 AÑOS ÁREA AMBIENTE NATURAL Y SOCIO-CULTURAL

A continuación el link del video con explicación:

<https://.youtube.com/watch?v=eTl8jYtpcfg&t=3s>

Otro ejemplo:

[https://www.youtube.com/watch?v=yO\\_YyiM5oJs](https://www.youtube.com/watch?v=yO_YyiM5oJs)

Desarrollo:

Con nuestro Balero ya listo podemos comenzar el juego, tenemos tres intentos de embocar la pelotita adentro. Luego deberá intentarlo otra persona, cada vez que emboquemos sumamos un punto.

Cierre: Luego de que todos hayan intentado, sumamos los puntos. ¿Quién hizo más puntos? ¿Cuál es la forma más fácil para embocar? ¿De qué otras formas podríamos construir nuestro balero?

Directora: Meritello, Sonia

Docentes: Clavel Carina – Deguer Luciana – Meni Mariana – Moreno Gabriela – Vera María del Valle