

JINZ N° 13 -Sala 5 años- Dimensión: Ambiente natural y socio cultural.

Escuela: JINZ N° 13

Docente: María Isabel Quiroga. Eliana Quiroga. Viviana Castro. Nancy Ruiz. Marianela Heredia.

Sala: 5 años.

Nivel: Inicial

Turno: mañana.

Dimensión: Natural y socio cultural.

Ámbito: Natural.

Núcleo: Seres vivos y su ambiente.

Contenidos: Cómo alimentarse sanamente utilizando alimentos saludables. Adquisición de hábitos y actitudes relacionadas con la alimentación y el cuidado de sí mismo.

Capacidades: comunicación y trabajo con otros.

Título de la propuesta: “Alimentación y hábitos saludables en casa”

Guía Pedagógica N° 10

Actividades:

1. La docente enviara un pequeño video para saludar al pequeño e interactuar con él sobre sus comidas favoritas. ¿Qué te gusta comer? ¿Te gustan las verduras? ¿Las frutas? ¿Los chocolates? ¿Los caramelos? ¿Los cereales? ¿Cuál es tú comida favorita? Entre otras, comentará también cuál es su comida favorita. Luego el niño dibuja en una hoja su “comida favorita”. Por ultimo observamos el video “Promoviendo hábitos de Alimentación Saludable” en YouTube <https://www.youtube.com/watch?v=QeXzKg95H8c>
2. Observar el grafico de la alimentación saludable, luego conversar en familia. ¿Qué forma tiene la imagen? ¿Qué elementos aparecen dentro? ¿En cuántas partes se divide el circulo? ¿Por qué la parte verde será mayor a las demás? ¿Por qué no tiene golosinas? Para finalizar realizar en una hoja un gráfico con recortes de revistas. (Se enviará la imagen por WhatsApp para una mayor apreciación)

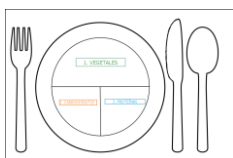
Docente: María Isabel Quiroga, Eliana Quiroga, Viviana Castro, Nancy Ruiz, Marianela Heredia, Gabriela Sarmiento, Mariana Giavarini.



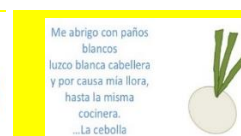
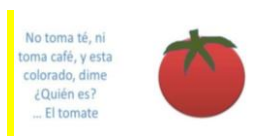
3. Investigamos en familia ¿Cuándo debemos lavarnos las manos? ¿Cómo debemos lavarnos las manos? ¿Por qué es importante el lavado de manos y la higiene personal? ¿Los alimentos se deben lavar? ¿Por qué? ¿Qué pasa si no nos lavamos las manos antes de tocar la comida? Luego dibujar los hábitos saludables en una hoja.

4. Observamos el video de “Como aprender modales en la mesa con el Dragón Rufus” <https://www.youtube.com/watch?v=uTj-Fx-R07w> . Después ayudamos a colocar los cubiertos, en el horario del almuerzo o cena como nos enseñó Ruffus. Fotografiamos el momento.

5. Conversamos sobre los alimentos que pueden dañar la salud, observamos el video de YouTube https://www.youtube.com/watch?v=XEy_FyYvnxA. “Tomy te explica la diferencia de una alimentación saludable y una chatarra”, realizamos un plato saludable con alimentos que tenemos en casa, puedes pegar fideos, polenta, semillas, etc.



6. Observar nuevamente el grafico de la alimentación saludable. Investigar en familia que aportan a nuestro cuerpo las frutas y verduras. ¿Cómo podemos consumirlas? ¿Qué alimentos se preparan en casa con ellas? Clasificar en una hoja frutas y verduras. Para finaliza jugar a las adivinanzas.



JINZ N° 13 -Sala 5 años- Dimensión: Ambiente natural y socio cultural.

Área curricular: Educación Física

Docente: Mariana Giavarinni.

Título de la propuesta: “Volvemos a reencontrarnos y a seguir aprendiendo”

Contenido: Equilibrio estático y dinámico.

Capacidades Generales: Resolución de problemas, enfrentar situaciones mediante situaciones y destrezas. Trabajo con otros

SEMANA 1:

- Materiales: soga
- Entrada en calor: Juego de elevación: El niño y demás participantes deberán tener los dos pies en el suelo y deben mantener pisando solamente con los talones. Gana quien aguante más tiempo.

• ACTIVIDADES:

- Dibujar una línea recta en el piso. El niño deberá caminar y tocar con la punta del pie los objetos que se coloquen al costado de la línea (piedras, vasitos, botellas):
- Caminar hacia atrás sobre la línea recta, sin tocar el piso.
- Caminar sobre la línea colocando un pie delante del otro y así sucesivamente como el juego “Pan y queso”.
- Saltar sobre la línea llevando el talón a la cola (pata coja), y dar pequeños saltos sin caerse.



- Vuelta a la calma: tomo aire llevando brazos arriba y suelo lentamente y me desinflo como un globo. Repito 4 veces.

7. Investigamos ¿Podemos crear nuestros propios alimentos saludables?, ¿Cuáles? ¿Cómo? ¿Con qué? ¿Qué necesitamos? ¿Cómo podemos crear nuestras propias verduras? Un adulto escribirá en una hoja de papel las respuestas del niño, observar nuevamente el video de “Composta” de la guía n° 9. Utilizamos el humus realizado en la guía anterior para sembrar nuestras propias frutas/verduras creando

JINZ N° 13 -Sala 5 años- Dimensión: Ambiente natural y socio cultural.

una pequeña huerta en casa. Sembramos las semillas que tenemos al alcance y colocamos un cartel con el nombre de la fruta o verdura. Registrar con imágenes la creación de la huerta.



8. Bingo de alimentos en familia, un adulto realiza los cartones para jugar utilizando diferentes alimentos saludables, luego realizan tarjetas con las mismas imágenes y las colocan en un recipiente. Seguidamente un jugador saca una imagen y los demás deben tachar de su cartón el alimento que muestra la imagen.



Área curricular: Educación Musical

Título de la propuesta: Festejamos el día del niño jugando y cantando

Docente: Gabriela Sarmiento

Contenido: La voz: interpretaciones de canciones que incorporen juegos corporales y dramáticos o teatrales.

Actividades propuestas para realizar en casa y en familia.

- En esta guía vamos a aprender la canción "Soy una taza". Nos reunimos en familia para bailar y cantar, imitamos los movimientos que observamos en el video elaborado por la docente.



**Docente: María Isabel Quiroga, Eliana Quiroga, Viviana Castro, Nancy Ruiz, Marianela Heredia,
Gabriela Sarmiento, Mariana Giavarini.**

JINZ N° 13 -Sala 5 años- Dimensión: Ambiente natural y socio cultural.

• Continuamos jugando y cantando ahora con la canción "Un elefante se balanceaba". Comenzamos cantando nosotros "un elefante se balanceaba sobre la tela de una araña como veía que resistía fueron a buscar a otro elefante" y ahora se agrega un integrante de la familia y cantan "dos elefantes se balanceaban sobre la tela de una araña..."y así sucesivamente. ¡También podemos invitar a nuestros muñecos!



9. A. Observar el video "Las cinco claves para la inocuidad de los alimentos" YouTube <https://www.youtube.com/watch?v=4yMTnjnyrHE> . Clasificamos los alimentos si se comen crudos o cocidos, duces o salados, los que se conservan en heladera o en alacena. Luego sobre un cartón el adulto dibuja una heladera y alacena, el pequeño debe recortar y pegar imágenes o dibujar alimentos que deben ser conservados en el lugar adecuado.



B. Investigamos: ¿Qué pasa si dejamos afuera de la heladera o alacena algunos alimentos como un pequeño trozo de carne, pan, hojas de lechuga, pequeña porción de tomate, arroz, fideos, etc.? Registramos en un cuadro lo sucedido.

10. Buscar una receta de alguna comida saludable que puedan realizar en casa, después:

1. El alumno debe dibujar paso a paso las instrucciones de la receta.
2. Repasar las normas de higiene antes de cocinar, lavado de manos, utensilios, etc.
3. Ayudar en la elaboración de la comida saludable.
4. Enviar fotografías y recetas al grupo de WhatsApp de la sala.

Área curricular: Educación Física

Docente: María Isabel Quiroga, Eliana Quiroga, Viviana Castro, Nancy Ruiz, Marianela Heredia,
Gabriela Sarmiento, Mariana Giavarini.

JINZ N° 13 -Sala 5 años- Dimensión: Ambiente natural y socio cultural.

Título de la propuesta: “Volvemos a reencontrarnos y a seguir aprendiendo”

Docente: Mariana Giavarini

Contenido: Equilibrio estático y dinámico.

SEMANA 2:

- Materiales: tiza
- Entrada en calor: Juego de la estatua: el niño y demás integrantes de la casa deberán correr por el patio y a la orden de un adulto deberán quedarse quietos como una estatua. Gana quien logra no moverse.
- ACTIVIDADES:
 - Dibujar 2 líneas en el suelo separadas por una distancia de 10 centímetros. El niño deberá caminar entre las líneas sin tocarlas.
 - Pararse sobre la línea y saltar en el lugar con un pie y llevando la rodilla de la otra pierna al pecho.
 - Caminar en una línea curva llevando un objeto sobre la cabeza (bolsita, un plato de plástico, un pequeño libro).
 - Caminar sobre una línea recta, luego el niño deberá agacharse y mantener el equilibrio en puntas de pies.



Directora del JINZ N° 13 Prof.: Patricia Martínez