

JINZ N° 4- Escuelas Florencia Nightingale – Juan I. Gorriti- Bartolomé del Bono- Autonomía del Bono- Domingo de Oro- Nivel Inicial- Plurisala- 3 y 4 AÑOS- Guía N° 13

Escuela: J.I.N.Z N° 4

Docentes: Bertomeu María Inés, Cañizares Elida, Gómez Lucia, Vera María Noel.

Nivel Inicial: Sala de 3y 4 años. Plurisala.

Turno: Mañana y Tarde

Área Curricular: Áreas Integradas

Título de la Propuesta: “Come bien y crecerás fuerte y sano.”

Dimensión: Ambiente Natural y socio-cultural.

- Formación Personal y Social: Ámbito identidad, autonomía- convivencia- Educación física.
- Comunicativa y Artística: Lenguaje - Artes Visuales - Expresión corporal.
- Juego (eje transversal).
- Ambiente Natural y Socio-Cultural- Ambiente Natural-Matemática.

CONTENIDOS:

- Cuidado de sí mismo. Higiene personal.
- Interacción social- Habla y escucha -Escucha y disfrute de cuentos y canciones audiovisuales (TIC) –Búsqueda de nuevas fuentes de información.
- Reciclado -Construcción en el espacio bidimensional y tridimensional.
- Seres vivos y su ambiente: El cuerpo humano y la salud.

CAPACIDADES:

Comunicación: expresar por medio de distintos lenguajes, ideas, emociones, argumentando sus puntos de vista

Trabajo con otros: interactuar de manera cooperativa y colaborativa respetando diferentes puntos de vistas

ACTIVIDADES DIARIAS: Dimensión Personal y Social. Ámbito: Autonomía Convivencia.

- Al levantarse, buscar la ropa y cambiarse.

Docentes: Bertomeu María Inés- Cañizares Elida- Gómez Lucia- Vera Videla María Noel; Prof. de Educación Física: Correa, Celina

JINZ N° 4- Escuelas Florencia Nightingale – Juan I. Gorriti- Bartolomé del Bono- Autonomía del Bono- Domingo de Oro- Nivel Inicial- Plurisala- 3 y 4 AÑOS- Guía N° 13

- Ir al baño, lavarse la cara, las manos y cepillarse los dientes.
- Ayudar a preparar la mesa para desayunar.
- Ayudar a guardar cada cosa en su lugar.

ACTIVIDADES:

Día 1:

Dimensión: Comunicativa y Artística: Ámbito Lenguaje: Oralidad. Cuento: Literatura infantil.

Cuento “El tren saludable”: Invitar a compartir este momento en familia, en el rincón de lectura. Se sugiere preparar un rincón de la casa, el que prefiera, con almohadones, mantas o lo que crean necesario para estar cómodos y mirar juntos el cuento: “El tren saludable”, enviado por la docente a través de WhatsApp.

- **Dimensión Formación Personal**

Conversar con un adulto sobre el cuento, ¿te gustó?, ¿cuántas estaciones eran?, ¿Cada estación es importante? Conversar sobre cada estación para entender mejor.

Día 2:

Dimensión Comunicativa y Artística, Artes Visuales: Plástica.

Sobre una hoja, dibujar con ayuda un familiar, un vagón del tren. Luego, dentro de él, dibujar o pegar imágenes de la estación que más les gustó del tren saludable.

Día 3:

Dimensión Formación Personal y Social. Ámbito: Educación Física - Contenido: Nociones de habilidades motrices básicas.

Inicio: Entrada en calor: Desplazar con trote para adelante, para atrás, para un costado para el otro. Desplazar con los cuatro apoyos (manos y pies) sin apoyar las rodillas (como perrito) 2 metros ida y vuelta.

Desarrollo: Parte Principal: Caminar por la casa o el jardín y contar hasta 10. Luego dar 5 saltos en el lugar.

Docentes: Bertomeu María Inés- Cañizares Elida- Gómez Lucia- Vera Videla María Noel; Prof. de Educación Física: Correa, Celina

JINZ N° 4- Escuelas Florencia Nightingale – Juan I. Gorriti- Bartolomé del Bono- Autonomía del Bono- Domingo de Oro- Nivel Inicial- Plurisala- 3 y 4 AÑOS- Guía N° 13

Seguir caminando por la casa o el jardín; ahora contar hasta 10 y tocar 5 veces los pies con las manos.

Repetir el ejercicio anterior desplazándose de costado y después apoyando manos y pies.

Juego: Tomar una bolsa de nylon que no esté rota, limpiarla bien con agua y jabón y dejarla secar. Cuando esté seca, inflarla como si fuera un globo:

En el lugar, tirar el "eco globo" hacia arriba y tratar de agarrarlo sin que toque el piso, tirar el eco globo de una mano a la otra tratando que no se caiga, caminar por la casa o patio, tirar el "eco globo" hacia arriba y tratar de agarrarlo sin que toque el piso.

Cierre: Vuelta a la calma: Pelota Loca. Delimitar un lugar de la casa y algún integrante de la familia tendrá la pelota de media o el eco globo, trotar hasta la orden del silbato o palmada, ahí se irán a la casa sin que la pelota les toque cualquier parte del cuerpo.

Día 4:

Dimensión: Ambiente Natural y Socio-Cultural. Ámbito: Ambiente Natural Núcleo: Seres vivos y su ambiente. Contenido: El cuerpo humano y la salud. Nutrición

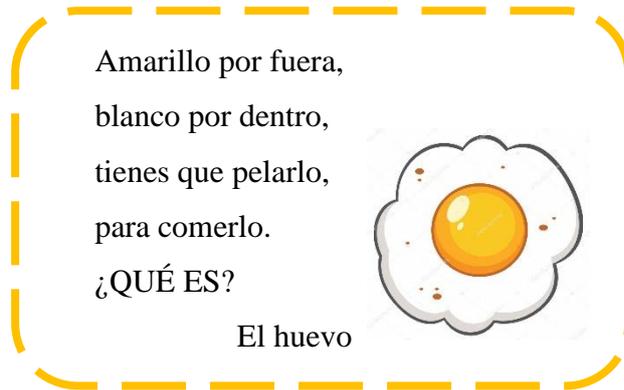
Dialogar en familia sobre: ¿Qué comidas comemos durante el día? - ¿Con quién compartimos el almuerzo? - ¿Cuál es su comida preferida? - ¿Por qué es importante alimentarnos? ¿Comemos alimentos saludables? Luego con ayuda de la familia dibujar en una hoja, algún alimento saludable.

Artes Visuales Plástica: Buscar diferentes materiales que tengas en casa, como papel de colores, luego recortarlo o trozarlo en pequeños pedacitos y pegarlos en el interior del dibujo realizado en la actividad anterior.

Día 5:

Dimensión: Ambiente Natural y Socio-Cultural. Ámbito: Ambiente Natural Núcleo: Seres vivos y su ambiente. Contenido: El cuerpo humano y la salud. Nutrición

“Adivina, adivinador, ¿quién soy?”. Resolver con ayuda de un adulto las adivinanzas



Con ayuda de la familia enviar un audio con la respuesta a la docente. ¡Ahora te toca a vos! Pensar una adivinanza sobre frutas y verduras y enviar un audio o foto con la adivinanza a la señorita, para que ella lo adivine.

Pedir ayuda a un mayor y colocar sobre una mesa diferentes frutas que tengas en casa. Observar su color, tamaño, forma, percibir el aroma o sabor. Conversar en familia sobre la importancia que tienen las frutas y verduras para la alimentación del cuerpo y su crecimiento.

DÍA 6:

Dimensión: Ambiente Natural y Socio-Cultural. Ámbito: Ambiente Natural Núcleo: Seres vivos y su ambiente. Contenido: El cuerpo humano y la salud. Nutrición Alimentación saludable.

Colaborar con la familia en la preparación de una rica comida nutritiva, con alimentos que estén al alcance y preparar, si así lo desea, una de las siguientes opciones, por ejemplo: una fresca gelatina o ensalada de frutas, se puede amasar pan y tortitas o también cocinar unos ricos fideos. Compartir con la docente una foto enviada por WhatsApp con la propuesta realizada.

DÍA 7:

Dimensión: Ambiente Natural y Socio-Cultural. Ámbito: Ambiente Natural Núcleo: Seres vivos y su ambiente. Contenido: El cuerpo humano y la salud. Nutrición Alimentación saludable.

Realizar un panal de abejas con la ayuda de la familia, buscar un cartón de huevo, cortar un pedazo y pintar de color amarillo o pegar papelitos amarillos. Luego pegarlo sobre una hoja de papel, dibujar que está colgado de un árbol o dentro de él.

JINZ N° 4- Escuelas Florencia Nightingale – Juan I. Gorriti- Bartolomé del Bono- Autonomía del Bono- Domingo de Oro- Nivel Inicial- Plurisala- 3 y 4 AÑOS- Guía N° 13

Dimensión Formación Personal y Social. Ámbito: Educación Física Contenido: Exploración progresiva de apoyos y rolidos.

Inicio:

Entrada en calor: Realizar un trote lento con movimientos articulares de brazos, hombros, cabeza, tobillo, rodillas. Y luego un poco más rápido, siempre delimitando el lugar.

Desarrollo:

Parte Principal: Realizar cuadrúpeda (como perrito, como gatito), en un lugar delimitado. Algún integrante de la familia tendrá que poner en la espalda del niño algún elemento y tratar de que no caiga cuando se desplaces, luego con apoyo de rodilla. Y por último con cangrejo boca arriba, el elemento sobre la pancita.

Juego: Quien le quita la cola al zorro: Un integrante de la familia se colocará una soga, piolín, cordón, bufanda, tira de tela o lo que tengan en casa al costado de la cadera quedándole colgada, luego correr impidiendo que le quiten la soga, piolín, cordón, bufanda, tira de tela o lo que tengan en casa. El primero que quite la soga al integrante será el zorro y así sucesivamente.

Cierre:

Vuelta a la calma: ``Bolos Humanos`` Algún integrante de la familia tiene una pelota de media o alguna pelota que no sea pesada. Son unos bolos muy muy grandes, pero en algún momento viene una pelota muy muy grande y nos derriba, entonces nos caemos al piso...ahí vamos a descansar un ratito.

Día 8:

Dimensión: ambiente natural y socio cultural. Ámbito: matemática-rompecabezas.

Con ayuda de un integrante de la familia realizar el dibujo de una abeja o buscar una imagen, luego jugar a armar un rompecabezas. Recortar la imagen en tres partes y pedir a los chicos que jueguen a encontrar sus partes.

Planificar el menú semanal.

Algunos consejos a la hora de pensar preparaciones saludables:

- ✓ Que haya **verduras** en almuerzos y cenas, al menos una porción pequeña en cada comida.
- ✓ Acompañarlas con **legumbres** (lentejas, garbanzos, porotos, etc.) o **cereales** (arroz, mijo, trigo, etc.)
- ✓ Variar el tipo de **carne** durante la semana, eligiendo entre pollo, pescado, de vaca o cerdo, y no incorporarlas más de una vez por día. Se pueden reemplazar por huevo.
- ✓ De postre, elegir una **fruta**.
- ✓ Para tomar ¡**Agua!**



**ORGANIZA TU SEMANA
¡PLANIFICA TUS COMIDAS!**

	ALMUERZO	CENA
LUNES		
MARTES		
MIÉRCOLES		
JUEVES		
VIERNES		
SÁBADO		
DOMINGO		

**PREFERÍ LA COMIDA CASERA.
ELEGÍ ALIMENTOS VARIADOS.**

Día 9:

Dimensión Comunicativa y artística: Ámbito lenguaje artístico. Expresión corporal: El cuerpo como medio de comunicación.

Docentes: Bertomeu María Inés- Cañizares Elida- Gómez Lucia- Vera Videla María Noel; Prof. de Educación Física: Correa, Celina

JINZ N° 4- Escuelas Florencia Nightingale – Juan I. Gorriti- Bartolomé del Bono- Autonomía del Bono- Domingo de Oro- Nivel Inicial- Plurisala- 3 y 4 AÑOS- Guía N° 13

Buscar en casa botellas plásticas, se pueden decorar y llenar con piedritas, porotos para luego utilizarlas para bailar cuando escuches la canción.

Escuchar y bailar en familia la canción “**Buena alimentación, vive feliz**” (Será enviada a través de WhatsApp por las docentes). Enviar un video para compartir con los compañeros.

Querida familia:

Hoy más que nunca debemos estar juntos. No debemos olvidar lo que nos une, la solidaridad, el amor y la esperanza. Manteniendo la calma y depositar toda la confianza en Dios, que jamás nos abandona. Estamos aquí para ustedes juntos en espíritu, aunque estemos separados.

Saldremos de esto juntos.



Directora Silvia Romera

Vice Directora: Alicia Artaza

Docentes: Bertomeu María Inés- Cañizares Elida- Gómez Lucia- Vera Videla María Noel; Prof. de Educación Física: Correa, Celina