

## GUIA PEDAGÓGICA N°5

- ◆ Escuela: JINZ 39
- ◆ Docentes:

Castro, Sandra	Cortes, Ana
Echegaray, Daniela	Landeros, Norma
Luz, Silvana	Martín, Marisel
- ◆ Profesores:

Muñoz, Gabriel (Ed. Física)	Toledo, Ana B. (Ed. Musical)
Vergara, Viviana (A. Visuales: Plástica)	Lencinas, Graciela (Ed. Musical)
- ◆ Nivel Inicial. Sección 4 años
- ◆ Turno: Mañana y Tarde
- ◆ Área Curricular: Dimensión “Ambiente Natural y Socio Cultural”
- ◆ Título de la propuesta: “Higiene y cuidado de nuestro cuerpo”
- ◆ Contenido Seleccionado: - El Cuerpo Humano: -Importancia de la higiene personal.  
Cuidado de la salud. - Valoración del cuidado del cuerpo  
- Conversación con interlocutores cercanos. Literatura

### **Propuesta de actividades para realizar con la familia.**

#### **ACTIVIDAD 1**

En familia observamos y escuchamos el video “Grillo hábitos de higiene”

Conversamos sobre el contenido del video, todo lo observado y enumeramos cuales son los hábitos de higiene que nos ayudan a tener buena salud. Importancia del aseo personal: bañarse, peinarse, perfumarse.

En una hoja dibujamos y pintamos algunas de las acciones observadas. Con ayuda de Mamá lo convertimos en un rompecabezas de dos partes, por detrás trazamos una línea y recortamos. Podemos jugar con el mismo y por último lo pegamos en una hoja.

#### **ACTIVIDAD 2**

Escuchamos la canción: <https://www.youtube.com/watch?v=lqc6dofGMZA>

Conversamos sobre la importancia de visitar al doctor periódicamente. A través de preguntas como: ¿Cómo se le dice al doctor que atiende a los niños? ¿Por qué es importante ir al doctor? ¿Por qué debemos vacunarnos? ¿Qué hace el doctor cuando nos examina? ¿Qué elementos utiliza para hacer su trabajo?

Jugamos al doctor con algún hermanito, con mamá o con alguna muñeca o muñeco de peluche. Con ayuda de un adulto, con material descartable, podemos realizar los elementos

que usa el doctor. ¡Jugamos a dramatizar una visita al pediatra! Podemos armar el consultorio.  
¿Quién será el paciente? ¿Y quién el doctor?

### ACTIVIDAD 3

¡Cuánto crecimos!

Con ayuda de mamá o papá confeccionamos un medichicos, con el papel que se disponga y un centímetro. También podemos dibujar las medidas, tomando de ejemplo el metro. Lo pegamos en la pared y ahora sí!... Jugamos a medirnos, realizamos comparaciones con los miembros de la familia, ¿Quién es más alto? ¿Quién es el más bajo?. Recordamos la importancia de alimentarse bien y sanamente para crecer y gozar de buena salud y de realizar ejercicios físicos.

Actividad gráfica: Nos dibujamos y un adulto escribe cuánto mide y la fecha, para tener un control de su estatura.



### ACTIVIDAD 4

Conversamos en familia sobre la higiene bucal, el cuidado de nuestros dientes, no podemos olvidar la importancia del buen cepillado. ¿Cómo se llama el doctor que nos atiende la salud bucal? Observamos en familia las siguientes imágenes sobre el lavado de dientes.

Junto a Mamá o papá escuchamos la explicación de los siguientes pasos para que realicemos un correcto cepillado, lo ponemos en práctica, por lo menos tres veces al día.

Primero cepillamos los dientes por fuera, desde atrás hacia adelante (entre la encía y el diente).



Después cepillamos por la parte "arrugadita" por la parte que usamos para morder los alimentos.



Luego cepillamos la parte de adentro de los dientes con movimientos hacia arriba y hacia abajo.



Y por último cepillamos suavemente la lengua desde atrás hacia adelante.



Técnica: Pluviomanía: con un cepillo de dientes viejo, realizamos esta técnica de pintura sobre una hoja, la cual consistirá en frotar el cepillo de manera que las pequeñas gotas salpiquen la hoja con agua coloreada: tempera, té, yerba mate café, polluelo etc. Lo cual podemos preparar con ayuda de un integrante de la familia. Una vez seca, podemos realizar una expresión gráfica.

### **ACTIVIDAD 5**

Escuchamos y aprendemos la canción “Saco una manito”

Miramos nuestras manos y a través de preguntas indagatorias: ¿Cómo están? ¿Cuántas manos tenemos? ¿Y cuántos dedos? ¿Tenemos las uñas limpias y cortas? ¿Cuántas veces se lavan las manos? ¿Sabes cómo debemos hacer para lavarse bien las manos? Observamos juntos el video: “Lavado de manos” <https://youtu.be/be/9kaqtlQaWs> Realizamos la acción de lavarse las manos como dice el video, mientras cantamos la canción.

### **ACTIVIDAD 6**

#### **Ámbito: Educación Física**

Contenido a trabajar: Orientar, posicionar al cuerpo en el espacio y conocer las diferentes posturas del cuerpo:

1. Caminamos por la casa moviendo brazos hacia arriba, abajo, los costados, levantando una rodilla, la otra, giro, salto con dos pies, salto con un pie y luego el otro.

2. Nos seguimos moviendo por toda la casa caminando (el que pueda correr mejor), a la orden de un adulto o tutor: sentado, arrodillado, una rodilla en el piso, acostado boca arriba y boca abajo, parado, sentado con piernas flexionadas, parado con piernas abiertas,

3. Juego: “el hielo y el sol” en familia nos divertimos, deben ser más de 3 personas (una es el hielo que congela, otra el sol que descongela, la persona restante se escapa del hielo), cuando el hielo congela a la persona debe quedarse quieto en la posición que más le guste hasta que sea tocado por el sol (descongela) y puede seguir moviéndose para escaparse del hielo. Después invertimos los personajes.

### **ACTIVIDAD: 7**

#### **Ámbito Artes Visuales: Plástica**

Título de la propuesta: Manitos creadoras

Contenidos:- Dactilopintura - Color

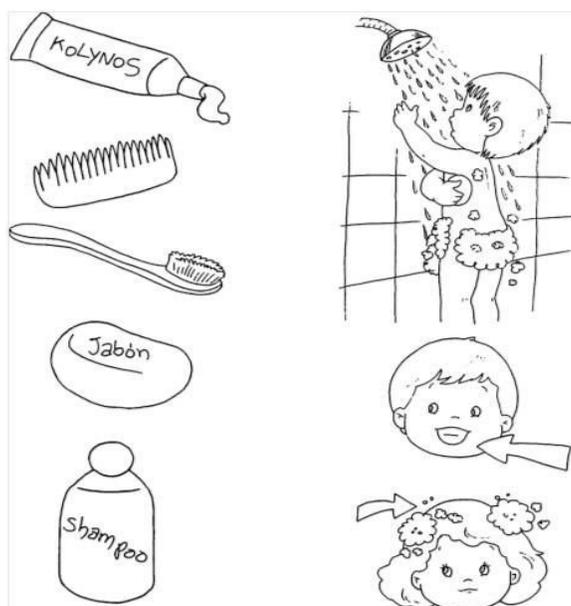


Vamos a realizar la técnica de dactilopintura, Para ello necesitamos: pequeñas cantidades de harina y polenta en partes iguales, una cucharadita de sal y agua coloreada (colorante vegetal o témperas) el material disponible. Mezclamos hasta formar una crema. Ahora sí... ¡A pintar con los dedos o manos! ¡Y crear cosas grandiosas!

### ACTIVIDAD 8

Disfrutamos escuchando y observando junto a la familia el vídeo del cuento "CHANCHITO A LA BAÑERA" Conversamos sobre el contenido del cuento. ¿Qué regalo recibió el chanchito Tobías él día de su cumpleaños?.

Consigna: Unimos con una línea el elemento con la acción que corresponda.



### ACTIVIDAD 9

#### Ámbito: Educación Musical

Título de la propuesta: Jugamos con los sonidos.

Contenidos: La voz: sus posibilidades sonoras. Fuentes Sonoras:

El cuerpo como productor del sonido.

#### Estímulo N° 1

-Buscamos con mamá o alguna persona que integra nuestra familia un espacio de la casa o el jardín para ejercitar y pensar nuestra manera de respirar. Imaginamos que nuestra pancita funciona como un globo. Llenamos la pancita de aire y luego la soltamos, como si el globo se desinflara. Lo hacemos tres veces de la misma manera.

-Escuchamos con atención la canción. Se envía por whatsapp.

-Escuchamos nuevamente y acompañamos con las palmas cada vez que aparecen los: "din-don-din-din-don". Probamos si podemos cantar también esa parte.

-Luego que hayamos concluido nos recostamos y con las manitos sobre la pancita las levantamos, llenamos de aire y soltamos (tres veces, para relajarnos).

### **ACTIVIDAD: 10**

1. Realizamos un poco de movilidad articular del cuerpo (cabeza, hombros, cadera, rodilla y tobillo). Empezamos a movernos por la casa o fondo y a la orden del tutor realizamos: posición de banco, cuclillas, caminar como soldados, como viejito, sentado nos desplazamos arrastrando la cola; girar sobre su propio eje (calesita), girar como salchichas, posición de cangrejo (manos y pies apoyados en piso, con el torso hacia arriba),

2. Juegos: dos tipos de carreras: 1ro de canguros (saltando con dos pies juntos) y 2do carrera de cangrejos, deben ser dos o más participantes en una distancia mayor a 7 metros en lo posible, marcamos con algún elemento la salida y la llegada, el primero que cruza la llegada gana en las posiciones correspondientes.

3. Vuelta a la calma: realizamos el barquito, juntamos las plantas de los pies y agarramos con las manos las puntas de los pies, nos vemos hacia los costados despacio (al ritmo de aplausos de un adulto), cuando se acaba el sonido nos quedamos dormidos un ratito.

### **ACTIVIDAD: 11**

#### **Ámbito Artes Visuales: Plástica**

Contenido: Collage

Materiales: papeles de revistas, folletos, recortes de papel de diferentes tipos y colores, papel aluminio de envases, papel de caramelos etc. plasticola.



Con ayuda de un adulto vamos a realizar un collage con figuras de mujer, hombre, niño o de un personaje favorito. Recortamos y pegamos en una hoja, completamos lo que falta, o también podemos dibujar las siluetas, trozar los papelitos y pegarlos en las mismas.

### **ACTIVIDAD 12**

#### **Educación Musical**

#### **Estímulo N° 2**

-Exploramos con nuestro cuerpo todos los sonidos que podemos producir: golpes de palmas abiertas, golpes con puños cerrados, palmas en los muslos, pies en el suelo, etc.

Escuchamos el video enviado por whatsApp. Adivinamos que sonidos son. Probamos realizarlos con la voz y el cuerpo. De a poco vamos descubriendo los sonidos que podemos hacer con el cuerpo.

-Miramos con atención el video. Con ayuda de alguien de la casa adivinamos que instrumentos y otros sonidos se escuchan. Link: <https://youtu.be/7L2EnCmkQGY>

### ACTIVIDAD 13

Con ayuda de Mamá observamos imágenes de revistas o libros, que contengan ilustraciones del cuerpo humano, iremos reconociendo partes externas del cuerpo. Conversamos sobre el respeto por el propio cuerpo y el de los otros.

Diferencias y semejanzas (entre nenas y varones) vestimenta, características físicas. Dibujamos siluetas de una nena y un varón para vestir, podemos utilizar retacitos de tela.



### ACTIVIDAD 14

## ADIVINANZAS DEL CUERPO HUMANO



Escuchamos atentamente las adivinanzas que mamá o papá leerá en forma pausada y gestual. Pensamos antes de responder.

Cinco en una mano y cinco en un pie.  
Moviendo los cinco, cosquillas te haré.  
Y cuando haga mucho sol, de visera  
los usaré. ¿Qué son?

**Los dedos**

Cuando comes, cerrada debe estar,  
Si la abres, los dientes y la lengua enseñarás.  
Y cuando tienes sueño con un bostezo se  
abrirá. ¿Qué es?

**La boca**

Achís, achís, achís:  
Como me pica la .....  
Achís, achís, achís.  
¿Qué es lo que me pica cuando  
estornudo?

**La nariz**

Sobre los hombros estoy.  
En invierno y en verano, tapada con un gorro voy.  
Piensa, piensa, piensa a ver si adivinas quien soy  
¿Qué es?

**La cabeza**

Directora: Prof. Mercedes Clavel

Vicedirectora: Prof. Sandra Mereles