

GUIA PEDAGÓGICA N° 15

ESCUELA: E.N.I. N° 24 SAN JUAN PABLO II

Docentes: Marisa Carrizo, Isabel Bastias, Patricia Ibiza, Silvana Calvo, María Inés Bertomeu, María Figueroa, Mónica Lucero.

Especialidades: Cecilia Carrizo. Educación Musical- Lorena Rosales. Educación Física- Marisa Briggs. Educación Plástica

Residentes: Sala: Natalia Molina, Sabrina Acosta, Luciana Zarate

Educación Física: Mariana Fernández, Agostina Bustos

Nivel: Inicial

Secciones: Salas de 5 años

Turno: Mañana y tarde

Contenidos priorizados:

- El cuerpo humano y la salud. Nutrición. Alimentación saludable.
- Habla y escucha.
- Placer por el intercambio comunicativo como medio de establecer vínculos con los demás.
- Escritura del nombre propio.
- Escucha y disfrute de la lectura de textos literarios.
- Participación activa en la producción literaria.
- Reconocimiento de portadores de texto: la receta.

Duración: 19/10 al 30/10

Título de la propuesta: ALIMENTACIÓN SALUDABLE

Rutinas a realizar diariamente en compañía de un familiar:

Escuchar la siguiente canción sobre el lavado de manos <https://www.youtube.com/watch?v=QatjyR90Jrs&feature=youtu.be> Recordar que se debe practicar diariamente los hábitos de higiene. Tener en cuenta las rutinas diarias en el Desayuno/ Merienda.

Observar el video sobre el lavado de dientes <https://www.youtube.com/watch?v=srLuzoS31BM> No olvidar lavarse los dientes para protegerse de las caries.

Disfrutar de las actividades que se desarrollan a continuación.

Lunes 19/10

E.N.I. N° 24 SAN JUAN PABLO II- SALAS 5 AÑOS - ÁREAS INTEGRADAS

Observar el video <https://www.youtube.com/watch?v=QeXzKg95H8c>. Conversar con el niño: -¿Es importante tener una buena alimentación? - ¿Qué es un alimento? -¿Cómo debemos alimentarnos?-¿Por qué? - ¿Qué aportan al cuerpo?-¿Qué pasa si no se come alimentos variados?- ¿Hay alimentos que hacen mal y perjudican la salud?-¿Cuáles?

En familia realizar pequeños consejos para una alimentación beneficiosa y provechosa. Escribir y enviar un video o audio a la docente.

Educación Plástica: Contenidos: Colores primarios y secundarios. Mezclas espontáneas y orientadas. Técnicas mixtas. Collage. Uso del color con intencionalidad expresiva.

Actividad : 1. Observar el video de los colores <https://youtu.be/WoGahEVKiXo> (enviado por WhatsApp) 2. Jugar al Veo Veo con la familia para encontrar colores primarios. 3. Luego para localizar colores secundarios. Este ejercicio asociativo ayuda a reconocer los colores. 4. Buscar en revistas en desuso colores primarios o secundarios y recortar en pequeños trozos. 5. Realizar un collage muy creativo (sobre una hoja blanca de cualquier tamaño), combinar tres colores de la paleta de (primarios o secundarios).

Martes 20/10

Observar el video sobre la importancia del desayuno https://www.youtube.com/watch?v=wCXLA8_ofjw. Conversar: -¿Por qué es importante el desayuno? - ¿Desayunas todos los días?- ¿Cómo puedes ayudar a mamá a preparar tu desayuno? -¿Qué debe tener un desayuno para ser saludable?

En el cuaderno, el adulto debe escribir el título: **ACTIVIDAD N°3: MI DESAYUNO**, el alumno su nombre propio y dibujar los alimentos que consumen cada mañana.

Educación física: Contenido: "Habilidades motoras de tipo locomotivo". Adquisición y diferenciación progresiva de diversas formas de salto en largo con un pie y dos pies juntos.

Actividad: Dibujar en una hoja 3 comidas SALUDABLES (Frutas, verduras, etc.) y 3 comidas NO SALUDABLES (papas fritas, hamburguesas, etc.) del tamaño de la hoja. Luego con la ayuda de un adulto recortar el dibujo por la mitad.



-Colocar sillas enfrentadas a 5 metros de forma aproximada. En un extremo una silla con las figuras mezcladas. Las otras dos se encuentran vacías las cuales una se usa para colocar las comidas saludables y en la otra las no saludables. La actividad consiste en unir las mitades en la silla correspondiente (como un rompecabezas).



FIGURAS
MEZCLADAS



COMIDA
SALUDABLE

COMIDA NO
SALUDABLE

Miércoles 21/10:

Observar el siguiente cartel y leer con ayuda de un familiar.

IDEAS DE ALIMENTOS PARA:
TENER ENERGÍA



Indagar al alumno: -¿Qué tipo de alimentos aparecen? -¿Son saludables?- ¿Qué nos brindan a nuestro cuerpo?-¿Consumes alimentos que nos dan energía?

Realizar adivinanzas describiendo un alimento sin nombrarlo para descubrir ¿cuál es? Por ejemplo: "es de color verde, tiene hojas, sirve para comer en ensalada..." Recortar de revistas, diarios o folletos alimentos que dan energía. Pegar en el cuaderno de actividades. El adulto debe escribir el título: ACTIVIDAD N° 4 "ENERGIA", y el alumno su nombre propio.

Jueves 22/10

Observar el óvalo nutricional de argentina (guía alimentaria)

Su forma de lectura es en sentido inverso al de las agujas del reloj: comienza con el agua, ya que es indispensable para el buen funcionamiento del organismo; luego los alimentos que se encuentran en mayor tamaño son los que debemos comer en mayor cantidad y los alimentos que se encuentran en menor tamaño son los que debemos comer en menor cantidad.



Conversar en familia: -¿Qué alimentos se debe consumir en mayor cantidad? ¿Por qué?-
¿Qué sucede con los dulces?- ¿Qué lugar ocupa el agua en el óvalo? - ¿Cuáles se tiene que comer en mayor proporción?- ¿Y en menor cantidad? - ¿Cuál nos da más energía? -
¿Y cuál menos?

Dibujar sobre una hoja o cualquier papel que tengan en casa, con color verde los alimentos que debemos consumir en mayor cantidad y con color rojo los que debemos consumir en menor cantidad. Reflexionar con el adulto la similitud de estos colores implementados relacionándolos con los del semáforo.

Viernes 23/10

Escuchar con atención y bailar al ritmo de las siguientes canciones:
<https://www.youtube.com/watch?v=MB-HT2tBb9U&feature=youtu.be> "Vitaminas"
<https://youtu.be/zogGdcvb6xs> "La importancia de tomar agua".

Conversar con el niño:-¿Qué alimentos se mencionan? -¿Qué nos brindan? -¿Qué otros comestibles tienen vitaminas? -¿Por qué es importante tomar agua? -¿Qué cantidad debemos tomar por día?

Realizar en el cuaderno la siguiente actividad. El adulto debe escribir el título: ACTIVIDAD N° 5 "VITAMINAS" y el alumno su nombre. Dibujar cinco alimentos que tengan vitaminas y copiar su nombre.

Educación musical: **Contenidos:** Movimientos melódicos ascendentes y descendentes. Diferentes modos de producir sonidos con el cuerpo: percusión corporal.

Actividad: Acompañado de algún adulto escuchar la canción "Este caballito" link: <https://www.youtube.com/watch?v=IXHhhNPzt44> (enviada por WhatsApp) Charlar sobre la canción -¿De qué animal habla la canción? -¿Qué acciones hace el caballito? - ¿Al paso, el trote y el galope son iguales? -¿En qué se diferencian? Escuchar

E.N.I. N° 24 SAN JUAN PABLO II- SALAS 5 AÑOS - ÁREAS INTEGRADAS

nuevamente la canción e imitar el sonido del caballo con la boca siguiendo el ritmo de la misma. Luego golpear las manos sobre los muslos, para acompañar la canción, se debe imitar el caminar del caballo. Pedir a la familia ayuda para seguir el ritmo de la melodía.

Lunes 26/10:

Observar el video enviado por WhatsApp con la explicación de la docente residente sobre la correcta higienización de frutas, de verduras y de las manos antes de manipularlos.

Indagar al alumno:- ¿Por qué es importante lavar las frutas y las verduras?- ¿Qué debemos utilizar para limpiarlas? -¿Cuándo debemos hacerlo?

Aprender con ayuda de un adulto la canción cantada por la seño en el video enviada por WhastApp:



Ayudar a mamá, antes de cocinar, a lavar los alimentos teniendo siempre en cuenta los cuidados necesarios y la supervisión de un adulto.

Martes 27/10

Leer con ayuda de algún familiar los ingredientes y los pasos de la receta. Indagar al alumno: -¿Qué receta es? -¿Qué ingredientes tiene? -¿Cómo es el procedimiento? -¿Por qué debemos consumir frutas?- ¿Qué frutas conocen? Realizar en el cuaderno la siguiente actividad, el adulto debe escribir el título: ACTIVIDAD N° 6 “RECETA SALUDABLE” y el alumno su nombre propio. Copiar en el cuaderno los ingredientes de la receta, luego dibujar las frutas.

Ingredientes

- 6 raciones
- 2 BANANAS
- 1 MANZANAS
- 3 NARANJAS
- 2 MANDARINAS
- 4 PERAS
- Jugo de naranja
- Azúcar



E.N.I. N° 24 SAN JUAN PABLO II- SALAS 5 AÑOS - ÁREAS INTEGRADAS

Pasos:

1. Pelar las frutas. Reservar las cáscaras.
2. Cortar las frutas en rodajas más o menos finas, quitando, por supuesto, las semillas, el centro a las manzanas y el carozo a los melocotones (duraznos).
3. Colocar en una ensaladera u otro recipiente adecuado, es decir, en el que les resulte fácil a los niños observar los trozos de frutas.
4. Rociar las frutas con jugo de naranja.
5. Mezclar cuidadosamente la ensalada y echar unas cucharadas azúcar sobre las frutas.
6. Colocar en la heladera.

Educación física: Contenido: "Habilidades motoras de tipo locomotivo". Adquisición y diferenciación progresiva de diversas formas de salto en largo con un pie y dos pies juntos.

Actividad: Buscar y recortar en diarios o revistas 5 imágenes de comidas SALUDABLES Y 5 NO SALUDABLES. Luego de recortar, se deben distribuir en el suelo.



-La actividad consiste en que el alumno se debe desplazar saltando entre las figuras. Saltar con un solo pie sobre las imágenes de los alimentos saludables y con dos pies juntos sobre los alimentos no saludables. Realizar todas las guías enviadas hasta el día de la fecha.



SALUDABLE

NO
SALUDABLE

SALUDABLE

SALUDABLE

NO
SALUDABLE



Miércoles 28/10

¡Somos Chef!: Conversar sobre las comidas favoritas de cada integrante de la familia. Preparar la receta de su comida saludable escrita el día anterior, con ayuda de un mayor. Pueden caracterizarse de cocineros con lo que tengan en casa. (Delantal, gorro de chef, pañuelo o cualquier otro elemento que sirva para la caracterización) Recordar los ingredientes que van a utilizar y las cantidades. Realizar el procedimiento paso a paso y filmar como si fuera un programa de televisión. Compartir la comida en familia. Enviar video a la docente.

Educación musical: Contenidos: Movimientos melódicos ascendentes y descendentes. Diferentes modos de producir sonidos con el cuerpo: percusión corporal.

Actividad: Acompañado de algún adulto mirar el video: “La canción de Juan” <https://www.youtube.com/watch?v=UFIA21OgX6w> (enviado por WhatsApp) Luego comentar: -¿Qué dice la canción? -¿De quién habla? -¿Qué hace Juan? Escuchar nuevamente y acompañar con las manos e imitar subir una escalera como lo propone el video, posteriormente realizar movimientos ascendente y descendente (agachar y estirar) con todo el cuerpo, cuando Juan sube y baja las escaleras.

Con música lenta y suave, estirar los brazos bien arriba y respirar muy profundo, luego bajar los brazos y soltar el aire. Repetir tres veces. <https://www.youtube.com/watch?v=ZAp750uwfHg> (Enviada por WhatsApp)

Jueves 29/10

¡Adivina –adivinator! Jugar en familia a las adivinanzas



Indagar al alumno: -¿Solamente debemos comer algunas frutas?-¿Qué más podemos comer y que nos haga bien?- ¿Qué debemos consumir siempre además de alimentos saludables?- ¿Qué cuidados debemos tener al comer frutas y verduras?

Inventar adivinanzas con otras frutas y verduras. Grabar y enviar el audio a la docente.

Viernes 30/10

Observar y escuchar el cuento “La tortilla de papa” video enviado por la docente residente al grupo de WhatsApp. Se trabaja utilizando como recurso el Kamishibai.

Indagar al niño: -¿Qué idea se le ocurrió a Sebastiana?- ¿Cuál era el problema?- ¿Qué estaba comprando Cecilio? -¿Cómo eran las manzanas?- ¿Y las naranjas? -¿Qué aroma enamoró a Sebastiana?- ¿Dónde llegó Sebastiana? -¿Qué comida quería preparar?- ¿Qué es lo que se olvidó? -Cuándo salió de nuevo ¿Qué compró? -¿Te gusta comer tortillas en casa?- ¿Qué ingredientes lleva? -La tortilla ¿Es una comida saludable? ¿Por qué?

Observar y leer en familia la imagen: El plato saludable. Lo que nos aporta los alimentos a nuestro cuerpo.



Preguntar al alumno: En casa- ¿Qué alimentos comes? -¿Crees que son saludables? ¿Por qué? -¿Qué alimentos contiene el plato saludable?- ¿Qué alimentos nos aporta las vitaminas a nuestro cuerpo? -¿Qué nos aporta a nuestro cuerpo las carnes y huevos? -¿Y los lácteos? -¿Qué alimentos nos da energía a nuestro cuerpo?

Buscar en casa con ayuda de un familiar alimentos para armar un plato saludable. Conversar en familia la importancia de comer alimentos saludables.

Artes visuales: Contenidos: Colores primarios y secundarios. Mezclas espontáneas y orientadas. Técnicas mixtas. Collage. Uso del color con intencionalidad expresiva.

Actividad: 1. Observar el video de la actividad 1 para recordarlo. 2. Recolectar papeles, tapitas de gaseosa, retazos de alguna tela, elementos de descarte que sean de algún color primario y/o secundario. 3. Sobre un soporte de cartón circular (25 cm de circunferencia) realizar un collage combinando todos los colores. Pegar con plasticola, silicona o cintex (lo que tenga en casa) 4. Colocar una piola por detrás del soporte para luego poder colgar la producción. 5. Realizar y atesorar cada producción del Área. ¡Es fundamental!

“Un niño siempre puede enseñar tres cosas a un adulto: a ponerse contento sin motivo, a estar siempre ocupado con algo y a saber exigir con todas sus fuerzas aquello que desea” Pablo Coelho



Directora: RIVAS, Ana María

Vicedirectoras: RODRIGUEZ CASTRO, Gabriela Natalia. MONTAÑO, Dolores Rosana.