

Escuela: Albergue Dr. Juan Carlos Navarro- Nivel Inicial- Sala 4 años- Formación personal y Personal - Comunicativa y Artística – Ambiente Natural y Socio – Cultural.

**ESCUELA:** Albergue Dr. Juan Carlos Navarro.

**DOCENTE:** Fernández Carolina.

**NIVEL INICIAL:** Sala de 4 años.

**TURNO:** Tarde.

**ÁREA CURRICULAR:** Formación personal y Personal -Comunicativa y Artística – Ambiente Natural y Socio – Cultural.

**CONTENIDOS:**

- Imagen positiva de sí mismo.
- Cuidado de sí mismo.
- Convivencia.
- Interacción social.
- Empuje y salto.
- Escucha y disfrute de cuentos literarios.
- Expresión de sentimientos, emociones, y opiniones.
- Dibujo, modelado.
- El cuerpo y su cuidado.
- Alimentos saludables.

**ACTIVIDADES:**

**Dimensión Formación personal y social:** Convivencia: Interacción social.

**Dimensión: Comunicativa y Artística:** Lenguaje, Artes Visuales.

**Dimensión Ambiente Natural y socio- cultural:** El cuerpo y sus cuidados, Alimentos saludables.

## **TÍTULO: “ALIMENTOS SALUDABLES”**

### **Día 1**

#### **TÍTULO: “ENCONTRAR ALIMENTOS SALUDABLES EN CASA”**

\*Conversar con los pequeños sobre los alimentos que consumen día a día, proponemos algunas preguntas de guía:

-Cuando se levantan ¿qué desayunan? ¿Qué comen?,¿Cuál es la comida preferida?

¿Por qué es importante alimentarnos? ¿Qué nos pasa si no comemos bien?

¿Qué alimentos son importantes para crecer sanos?

Al realizar algún deporte ¿por qué es importante tener una buena alimentación?

¿Dónde se conservan los alimentos?, etc.

\*Con la ayuda de un adulto dibujar algunos de los alimentos o comidas preferidas de los pequeños. Puede ser en una hoja de diario, revista o una hoja de cuaderno oficio.

\*Acompañamos a los pequeños a pintar y colorear los dibujos realizados.

### **Día 2**

**Dimensión Formación personal y social:** Convivencia: Interacción social, Identidad, Autonomía

**Dimensión Comunicativa y artística:** Lenguaje -Literatura infantil, Artes Visuales.

**Dimensión Ambiente Natural y socio- cultural:** El cuerpo y sus cuidados, Alimentos saludables.

**\*TÍTULO: “MOMENTO DE CUENTO”**

\*Invitar a toda la familia a disfrutar de la lectura del siguiente cuento:

#### **“LAS FRUTAS Y LA COMIDA CHATARRA”**

Había una vez un señor que tenía una tienda de frutas, pero nunca vendía nada porque la comida chatarra atraía mucho más a la gente, preferían toda la comida basura antes que la más sana.

Escuela: Albergue Dr. Juan Carlos Navarro- Nivel Inicial- Sala 4 años- Formación personal y Personal - Comunicativa y Artística – Ambiente Natural y Socio – Cultural.

Pasado un tiempo todos en la ciudad estaban enfermos por no cuidar su salud, así que empezaron a darse cuenta que debían de cuidarse más con la alimentación. Todos comían frutas o verdura. Y por empezar a comer mejor se fueron curando del malestar que tenían.

Esto les sirvió de lección para que no abusaran de una comida que no era aconsejable. Las frutas habían sido como mágicas para todos los habitantes de pueblo, todos se recuperaron por completo. Así que el señor que tenía la tienda de frutas estaba muy feliz porque iban a comprar sus productos que cosechaba y los demás estaban tan contentos de estar en forma, sanos; y además hacían mucho deporte.

*¡Y COLORÍN COLORADO... ÉSTE CUENTO HA TERMINADO!*

-Conversar sobre los personajes y situaciones del cuento:

¿Qué sucedía en el pueblo?, ¿por qué estaban todos enfermos?, y después qué pasó con las personas? Cómo se empezaron a curar? Y qué más hacían para estar saludables?, etc.

\*Solicitar a un adulto dibujar la silueta de un cuerpo humano con “Cara Feliz” y el pequeño deberá completar con las partes de la cara que falten y vestimenta (Pintar).

-Luego con la ayuda de un adulto establecer en forma oral cuáles son los alimentos que nos ayudan a estar sanos y fuertes por ejemplo: Frutas, leche, yogurt, verduras, carnes, pollo, etc. También resaltar la importancia de tomar agua. Asociar el estar sanos y fuertes con las emociones: contentos, felices.

-Con la ayuda de un adulto buscar en casa algunos alimentos o envases de alimentos saludables mencionados anteriormente.

-El pequeño deberá dibujar los alimentos encontrados al costado del dibujo del cuerpo con “Carita Feliz”.

### **Día 3**

**Dimensión Formación personal y social:** Convivencia -Interacción social

**Dimensión Comunicativa y artística:** Lenguaje, Artes Visuales.

**Dimensión Ambiente Natural y socio- cultural:** El cuerpo. Alimentos saludables.

**TÍTULO:** ¡A Modelar!

Escuela: Albergue Dr. Juan Carlos Navarro- Nivel Inicial- Sala 4 años- Formación personal y Personal - Comunicativa y Artística – Ambiente Natural y Socio – Cultural.

\*En compañía de un adulto preparamos masa de sal:

-En un bols colocar una taza de sal, una taza de agua y dos tazas de harina, mezclar hasta obtener una masa homogénea. Se puede agregar tempera de color si tienen en casa.

- Luego invitar a hermanos/as a disfrutar de un momento de modelado en familia.

-Invitar a los pequeños a modelar alimentos saludables, mientras se puede conversar sobre la importancia de éstos para un crecimiento adecuado.

-Luego pueden modelar libremente.

#### **Día 4**

**Dimensión Formación personal y social:** Convivencia -Interacción social. Educación Física.

**Dimensión Comunicativa y artística:** Lenguaje.

**TÍTULO:** ¡VAMOS TODOS A JUGAR!

\*Invitar toda a la familia a jugar.

-Para la entrada en calor jugar a imitar a diferentes animales, (Pato, perro, caballo, ovejas, etc.) y desplazarse por el lugar. Repetir varias veces cambiando de animales.

-Empujar distintos elementos hacia adelante, hacia los costados, hacia atrás, puede ser sillas, juguetes, pelotas, etc. Repetir varias veces.

-Colocar uno o dos palos de escobas sobre el piso y pasar saltando con los dos pies, luego con solo pie y después con el otro pie. Repetir varias veces.

-Jugamos al “¿Lobo Está?”

-Para volver a la calma sentarse en el lugar y respirar hondo jugando a inflar y desinflar globos imaginarios. Se puede colocar una música suave.

#### **Día 5**

**Dimensión Formación personal y social:** Convivencia: Interacción social, Identidad, Autonomía

**Dimensión Comunicativa y artística:** Lenguaje -Literatura infantil, Artes Visuales.

Escuela: Albergue Dr. Juan Carlos Navarro- Nivel Inicial- Sala 4 años- Formación personal y Personal - Comunicativa y Artística – Ambiente Natural y Socio – Cultural.

**Dimensión Ambiente Natural y socio- cultural:** El cuerpo y sus cuidados, Alimentos saludables.

**TÍTULO:** ¡A CUIDARSE MÁS!

\*Retomar el cuento anterior: “Las Frutas y La Comida Chatarra”

\*Conversar con el pequeño sobre la ingesta de los alimentos chatarra, que se deben consumir en menor cantidad por ejemplo: caramelos, chocolates, gaseosas, etc. De ésta manera cuidamos la salud del cuerpo y de los dientes también.

\*Solicitar a un adulto dibujar la silueta de un cuerpo humano con “Cara Triste” y el pequeño deberá completar con las partes de la cara que falten y vestimenta (Pintar).

-Dibujar alimentos chatarra al costado de la figura humana con “Cara Triste”, también se puede dibujar en una hoja aparte y luego recortar y pegar los alimentos al costado del dibujo.

Directora: Lic. Silvana González.