

GUÍA: N° 9

ESCUELA: PROVINCIA DE CHACO

DOCENTES: Eliana, Castro. Nancy, Guevara

SECCIONES: A y B **SALAS:** 4 años **NIVEL INICIAL**

TURNOS: Mañana y Tarde

TITULO: “**APRENDO A COMER SALUDABLE**”

Dimensión	Ámbito	Núcleo	Contenidos
Ambiente natural y socio cultural	Ambiente natural Matemática	-Seres vivos y su ambiente -Número y sistema de numeración	-El cuerpo humano y la salud -Conteo
Comunicativa Y Artística	Lenguaje Artes visuales: Plástica Música	-Oralidad -Producción -Apreciación	-Habla y escucha -Exploración de colores primarios por mezcla. -Sonidos del entorno Esquema corporal y distintas formas en el desplazamiento -El sonido y sus parámetros: Timbre - Niveles de intensidad -
Formación personal y social	Educación Física	-El niño, su cuerpo y su movimiento	-Reconocimiento de los lados del cuerpo
JUEGO:		-Disfrute del juego	

-Capacidad a Trabajar: Trabajo con otros. Aprender a Aprender

Actividades de Rutina: Estas actividades son para la hora del desayuno y la merienda

- Nos Lavamos las manos con agua y jabón como la seño nos enseñó. Esto lo debemos repetir muchas veces al día.
- Cantamos la canción: “El mantel y la servilleta rapidito voy a poner con mi plato y con mi taza estoy listo/a para comer” (lo entonamos en forma de canción como la seño nos enseñó.) No olvidar que se deben colocar los papeles y migas en el basurero.
- Lavamos muy bien los utensilios y elementos usados, secamos y guardamos donde corresponde.

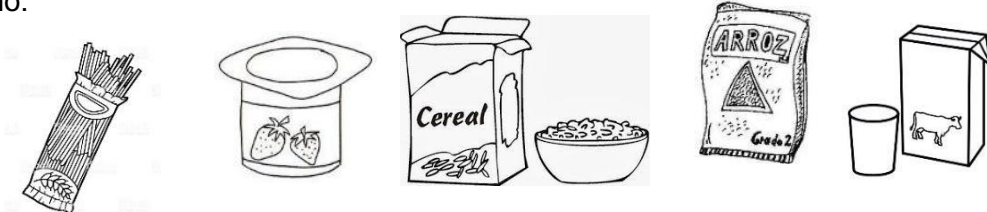
Desarrollo de Actividades Propuestas

Actividad 1

Mostrar un regalo sorpresa, una caja llena de envases de diferentes alimentos, solicitar a los niños, sacar de a poco lo que hay en la caja y comentar de qué se trata, contar cuántos elementos hay y, luego conversar: ¿Por qué y para qué se come? ¿Todos los alimentos son iguales? ¿A qué hora y donde se debería comer?

Para finalizar elegimos dos alimentos y un adulto trata de dibujar, después cortar en dos partes y solicitar al niño que arme el rompecabezas en una hoja.

Ejemplo:



Actividad 2

Presentar una canasta que esta tapada, no se puede ver lo que contiene; jugar a adivinar que hay dentro, a través de adivinanzas de verduras y frutas, después de descubrir todo. Conversar sobre las frutas y verduras cómo son, qué colores tienen, si son ásperas o suaves etc. Contar cuántas hay, separar. Luego elegir la fruta y verdura que más les guste y sellar en una hoja.

Actividad 3

*Presentar nuevamente la caja con los diferentes alimentos, además de frutas y verduras (lo que tengan en casa), volver a describir, ¿Cómo son? ¿Qué colores tienen? ¿Dónde los encontramos? ¿Qué sabores tienen?. Luego conversar en familia y decir cuáles son los alimentos más saludables para nuestro cuerpo, finalizar y realizar un cuadro con la

comida preferida de los chicos. Utilizar materiales que tengan en casa, marcadores, lápices de colores, papeles de colores, hoja etc.

Actividad 4: Educación Física

- Entrada en calor:
 - Saltar como canguro
 - Correr y frenar, correr y frena
 - Correr frenar y aplaudir, correr frenar y aplaudir.
- Juegos:
 - Realizar con papel y lápices de colores números del 1 al 5, (repetir dos veces cada número y colocarlos a todos en una caja u olla) .Decir qué número queremos que traiga, dejar la olla o la caja a una distancia de 5 metros o lo que se pueda así lo buscan y traen al papá o mamá. Primero decir los números y traerlos de a uno. Luego decir los colores.
 - Con las pelotitas de trapo que hicimos jugaremos a embocar en cajas o en ollas, a una distancia acorde, donde vean que no es muy difícil para el niño, si se le complica acortaremos las distancias, primero lo hace el alumno y luego el papá. Jugaremos a ver quién emboca más veces en los lugares.

Actividad 5

*Reunir a la familia y presentar una rueda alimentaria para identificar los alimentos clasificados en cada sector, asociar el tamaño de cada grupo de alimentos a la cantidad de consumo diario. Luego recortar alimentos de revistas o dibujar para hacer su propia rueda.



Actividad 6: Educación Plástica

- ¡Hoy te tenemos una sorpresa! ¿Te animas a aprender una canción? Puedes seguir este link: <https://youtu.be/teF5IHBaclk> para ver el video en YouTube (el nombre completo del video es “Canciones infantiles en HD – Los Colores primarios | Babi Héros Tv”). O puedes escuchar el audio que te enviamos por Whatsapp. Trata de aprenderla y presta mucha atención a los colores que nombra... ¿Qué colores son? (Te mandamos la letra para que te resulte más fácil aprenderla)

Actividad 7

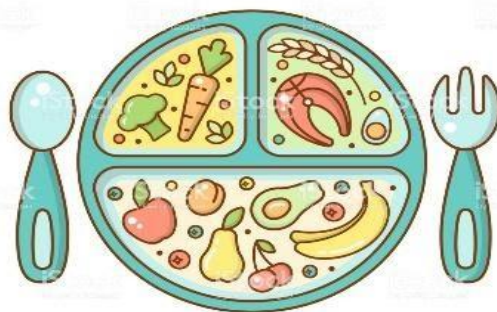
. *Buscar una receta sencilla para preparar alimentos con ingredientes que tengamos en casa: gelatina con frutas, fideos con manteca, sopa de verduras, panes, etc. Contar a los chicos los pasos para su elaboración.

No olvidar las normas de higiene antes de cocinar, luego manos a la obra. Mientras vamos realizando la receta observar y a través de un audio mandar a la docente y contar lo que hicieron, las transformaciones que suceden durante la elaboración, etc.

*Para finalizar tratamos de dibujar los ingredientes que utilizamos.

Actividad 8

*Reunir a la familia y mirar el video sobre “Hábitos de Alimentación Saludable”, que la docente va a enviar por whatsapp y luego a conversar: ¿De qué se trata el video? ¿Qué alimentos nos dan energía? ¿Qué debemos comer en el almuerzo? ¿Y en el desayuno? Etc. Luego recortar un plato en cartón y dibujar lo que comen en el desayuno, almuerzo y cena.



Actividad 9

*Proponer armar un dado, para esto se necesita una caja en forma de cubo, y en cada cara pegar puntos de colores, negros, blancos o rojos, colocando la cantidad de los números del 1 al 6.



Luego, vamos a jugar; "A tomar la Sopa". Reunir a la familia, colocar en la mesa una cacerola con fideos, después por turno, tirar el dado y retirar de la cacerola, tantos fideos como indica el dado. Gana el que acumuló más fideos.

Actividad 10: Educación Plástica

- ¡Vamos a armar un juego para divertirnos en familia! ¿Te animas? Con ayuda de algún mayor en casa, corta cartones y figuras para armar un Ta –Te –Ti.

Forra o decora las figuras con COLORES PRIMARIOS. ¿Cuáles son esos colores? El rojo, amarillo y azul. ¡Listo!, ¡A jugar! ☺

Actividad 11

Presentar nuevamente diferentes verduras (lo que tengan en casa), conversar ¿Dónde crecen las verduras? ¿Cómo deben comerlas? ¿Qué colores tienen? ¿Cómo se llaman? Etc. Luego tomar papas y zanahorias y transformar en sellos, para finalizar sellamos en las hojas.

Actividad 12

*Reunir a la familia y proponer jugar a un Juego de pista sobre alimentos: un adulto hará descripciones sobre un alimento sin nombrarlo para descubrir cuál es. Por ejemplo: "es de color verde, tiene hojas, sirve para comer en ensalada...", adivinar el alimento, gana quien descubrió más alimentos.

¡A JUGAR! : JUGAMOS CON FORMAS GEOMÉTRICAS.

Para crear el juego necesitamos un rectángulo de cartón de tamaño mediano, cartulinas, papeles de revistas o algún papel que tengan en el hogar de diferentes colores y marcador

negro. Recortar tres círculos, tres cuadrados y tres triángulos, cada uno de ellos debe ser del mismo color, deben tener un tamaño pequeño de tal modo que las nueve figuras entren en el rectángulo de cartón. Luego, marcar la silueta de las nueve figuras sobre el cartón.

Actividad 13: Educación Física

Entrada en calor:

- Caminar como gigante
- Correr saltar y sentarse.
- Correr saltar y acostarse

• Juegos:

- **Tiro al blanco, con puntajes:** ahora jugaremos a quién haga más puntaje. En las ollas o cajas que conseguimos, ponerle a cada una un número de los cuales ya teníamos. Entonces donde caiga la pelota es el número que vamos sumando, el que sume más gana.

Directora: Carina Castillo - Vice- director: Daniel Gil