
Escuela: Educación Especial Martina Chapanay

Docentes: Laura Diaz. Yesica Pizarro. María Gema Arias. Irma Gómez. Noelia Mira. Verónica Rosales. Leonardo Belli. Gustavo Álvarez.

Nivel: Primario Especial

Sección: Nivel Inicial "A"

Turno: Tarde

Área curricular: Dimensión de la formación personal y social.

Título de la propuesta: "Alimentación saludable"

Contenidos curriculares: alimentación saludable: frutas y verduras.

Contenidos de especialidades: Educación física: arriba-abajo. Música: improvisación.

Relación con la música. Artes Visuales: la forma: modo de organización del espacio.

Agropecuaria: la huerta en casa. Teatro: movimiento y expresión corporal.

Psicomotricidad. Coordinación dinámica general, coordinación óculo manual, motricidad fina.

Guía Pedagógica N° 12

Desarrollo de actividades.

DIA 1

Querida Familia, en esta guía trabajaremos la alimentación saludable: frutas y verduras.

Actividad 1: mamá dibuja en una hoja N° 5 los alimentos que comen en la mañana, es decir, el desayuno, y el alumno los pinta. En forma oral repiten los nombres de los alimentos que dibujan.

Actividad 2: Le pediremos a mamá que nos ayude a dibujar en diferentes papeles medianos, variedades de alimentos como frutas, verduras, y comidas variadas. Luego las coloreamos con lápices o crayones, y repetimos cuales son al realizarlas.

Recuerda que puedes realizarlas por grupos: FRUTAS (banana, manzana, naranja, frutilla, kiwi, entre otros), VERDURAS (papa, cebolla, camote, zanahoria, berenjena, zapallo, espinaca, lechuga, pimiento, entre otros) y ALIMENTOS VARIADOS (pan, fideos, carne, pollo, pescado, arroz, queso, huevo, leche, entre otros).

Luego de hacer los alimentos, puedes crear el plato de tu comida favorita



Actividad 3: Con plastilinas de colores y nuestras manitos armaremos diferentes frutas y verduras. Recuerda que cada fruta y verdura tiene un color diferente.

TOMATE=ROJO

NARANJA=ANARANJADO

BERENJENA=VIOLETA

LECHUGA=VERDE

BANANA=AMARILLO

DIA 2:

Actividad 1: mamá dibuja en una hoja N°5 los alimentos que consumen, generalmente en el almuerzo, luego el alumno los pinta.

Actividad 2: con ayuda, buscan imágenes en revistas de alimentos saludables, los recortan y pegan en una hoja N° 5. Recuerden guardar las tareas en la caja de actividades.

Área: Música

Actividad 3: Escuchar atentamente la canción 1

Acompañar la canción con las palmas. Intentamos bailar la canción, pausadamente, intentando seguir el ritmo de la misma. Escuchar atentamente la canción 2. Acompañar la canción con las palmas. Intentamos bailar la canción, pausadamente, intentando seguir el ritmo de la misma

DIA 3

Actividad 1: con ayuda de mamá buscan en revistas, o dibujan frutas y verduras, las más conocidas por el alumno, las recortan o las pintan en caso que las dibujen.

Actividad 2: en una hoja N° 5 Mamá dibuja una línea para dividirla en dos, luego escribe de un lado verduras y del otro lado frutas. El alumno pega, con ayuda, las frutas y verduras de la actividad anterior donde corresponda.

Área. Agropecuaria

Actividad 3: Para esta actividad vamos a necesitar.

- huevos
- lentejas
- algodón

Con ayuda de un adulto colocamos un trozo de algodón dentro del huevo, lo humedecemos y colocamos arriba las semillas de lentejas (dos o tres). Mantenemos el algodón siempre húmedo (pero no empapado) y colocamos en un lugar cálido y soleado (por ejemplo, al lado de una ventana). En una semana aprox. comenzaremos a ver crecer nuestras plantitas.

Es importante explicar a los peques que las semillas no siempre germinan, para evitar desilusiones. Justamente por ello les aconsejamos preparar varias plantitas, cuantas más sean más posibilidades de que algunas crezcan. Una vez que las plantas han

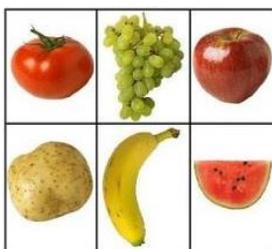
crecido lo suficiente (como vemos en ambas imágenes), será necesario pasarlas a una maceta con tierra para que sigan creciendo.



DIA 4

Actividad 1: juego: el bingo de las frutas y verduras

Dibujan en una hoja las frutas y verduras que más consumen como figura en la imagen. Luego vuelven a dibujar las mismas frutas y verduras y las recortan pequeñas y las colocan en una bolsita o cajita. El juego consiste en que el alumno saque una fruta o verdura y la coloque sobre la misma fruta o verdura que está en la hoja.



Área: Educación Física

Actividad 2: Con una pelota de futbol. Lanzarla hacia arriba y tomarla. Lanzarla hacia arriba girar a derecha y tomarla. Lanzarla hacia arriba girar a izquierda y tomarla

Actividad 3: Con una pelota de basquetbol: Lanzarla hacia abajo que pique en el piso y tomarla. Picar la pelota en el piso y tomarla. Picar la pelota en el piso sobre una línea e ir caminando. Picar la pelota en el piso sobre una línea e ir trotando.

DIA 5

Actividad 1: en una hoja N°5 Mamá dibuja el siguiente cuadro:

DESAYUNO	
ALMUERZO	
MERIENDA	
CENA	

Luego, al lado de cada palabra pegan una imagen de los alimentos que consumen en cada momento del día.

Área: Artes visuales**Actividad 2: "Mis manos coloridas"**

-Estamos en la estación mas colorida del año por eso trabajaremos con muchos colores. Con la ayuda de un mayor coloca tu mano sobre una hoja y que marque el contorno de tus manos con un lápiz realiza varias marcas de tus manos guiarte observando la imagen dada. Con lápices, témperas, plasticolas de colores o lo que tengas en casa pinta haciendo líneas y puntos tu puedes realizar tu propia flor, luego busca una ramita pintala con témpera verde y pegale tu mano dibujada. Colocale tambien unas hojitas a la rama si quieres puedes dibujar muchas flores.

**Área: Teatro y expresión corporal**

Actividad 3: Vamos a imaginarnos que somos una semilla y que nos convertimos lentamente en un árbol. Entonces primero nos volvemos pequeñitos como una pelotita en el suelo, como si fuésemos una semilla en la tierra. De a poquito empezamos a movernos para empezar a crecer, salimos de la tierra y vamos poco a poco creciendo hasta llegar a llegar lo más alto posible. Después, nuestras manos se convierten en ramas y se extiende de a poco hasta llegar lo más lejos posible. Por último, nos imaginamos que un viento suave mueve nuestras hojas.

Es mejor acompañar esta actividad con una música suave que ayuda a estimular la imaginación y nos ayuda a concentrarnos.

DIA 6**Actividad 6:**

Actividad 1: en esta actividad vamos a relacionar las frutas con los colores. Recortan círculos de papel y los pintan de color: amarillo, naranja, verde y rojo. Buscan imágenes de banana, pera, limón, naranja y verduras que sean de esos colores.

Le muestran al alumno el círculo de color amarillo y le dicen que lo acerque a la imagen de la fruta o verdura que sea del mismo color.

Área: psicomotricidad

Actividad 2: Juguemos al rompecabezas!! Tomaremos las imágenes realizadas en la actividad nº1 y las cortaremos por la mitad (como muestra la imagen debajo). Luego las mezclaremos y debemos buscar las partes de cada alimento para armarlos nuevamente. Recuerda que puede guiarte por los colores de cada uno.



Actividad 3: Parte de la alimentación saludable también es mover nuestro cuerpo y hacer ejercicio, por esto les dejo estas canciones por aquí para que la bailen y también aprendan. (se enviará por WhatsApp)

<https://www.youtube.com/watch?v=N9TTN5smxcs>

<https://www.youtube.com/watch?v=eXw0qWH7LU8>

DIA 7

Actividad 1: con las imágenes de frutas y verduras de la actividad anterior, en una hoja, mamá dibuja círculos de los colores que trabajaron, luego el alumno pega las imágenes debajo del color que es cada fruta o verdura.

Área: Música

Actividad 2: Con las canciones que trabajamos en la clase pasada, intentamos hacer nuevas cosas:

Prestando mucha atención a lo que la música nos sugiere intentamos cantar o improvisar algo con la voz, intentamos con la canción 1 primero, luego con la canción 2 (el orden no es importante, si no que se note que son dos instancias diferentes, esperar unos minutos entre una canción y otra)

Actividad 3: Prestando mucha atención a lo que la música nos sugiere intentamos bailar buscando alturas y ritmos de velocidad (siempre en relación a la música), intentamos con la canción 1 primero, luego con la canción 2 (el orden no es importante, si no que se note que son dos instancias diferentes, esperar unos dos minutos entre una canción y otra)

DIA 8

Actividad 1: ¡Les propongo realizar en familia una rica ensalada de frutas! Con las frutas que tengan en casa.

Actividad 2: cortan las frutas en pedacitos pequeños, el alumno ayuda colocándola en un recipiente y revolviendo. Luego le agregan un rico jugo o solo agua como más les guste y ¡a disfrutar de un rico y saludable postre!

Área: Agropecuaria

Actividad 3: Con ayuda de un adulto, en una hoja en blanco dibujo como puedo las macetitas que hicieron con el huevo la clase anterior.

DIA 9

Actividad 1: jugamos en familia a "la casita" arman un rincón de la casa y lo decoran para que parezca una casita pequeña, llevan ollitas, cucharas, tazas, etc. de juguete o reales y juegan a cocinar comidas ricas y saludables.

Área: Educación física

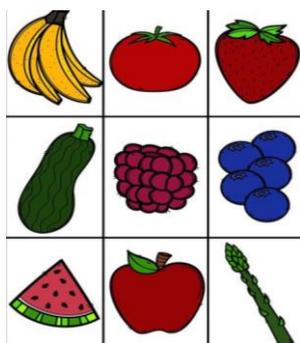
Actividad 2: Rueda loca: La actividad consiste en armar dos grupos con la misma cantidad de integrantes y deberán tomarse de las manos. Cada rueda debe girar por lugares distintos y si uno toca al otro, pierde.

Como la actividad anterior pero el primero y el último solo podrán tocar al otro grupo para que pierda. Gana el equipo que obtenga la mayor cantidad de puntos.

Actividad 3: El cielo y la tierra: Sentados en el suelo nos levantamos despacio, intentando tocar el cielo, pero no alcanzamos, tenemos una sogita imaginaria donde con ella queremos treparla (movimiento de brazos y piernas haciendo de cuenta que subo al cielo trepando la sogita), ésta sogita se corta cayendo al suelo y no pudiendo tocar el cielo, sino la tierra. Momento de mucha imaginación dónde lo puedo hacer acompañado del grupo familiar.

DIA 10

Actividad 1: observan la siguiente imagen, repiten los nombres de las frutas y verduras que observan, el alumno señala cual le gusta más.



Luego, mamá dibuja la fruta elegida y el alumno la pinta.

Área: teatro y expresión corporal

Actividad 2. Con la ayuda de un adulto vamos a jugar al siguiente juego. Mientras la persona que te acompaña lee el cuento debes imaginar que eres el protagonista y hacer todas las cosas que dice hace el protagonista.

"Esta pequeña historia se trata de un niño/niña que se llama Jorgito/Celeste, es un niño/niña al que le gusta mucho moverse. Cuando se despierta **bosteza** como un oso, **salta** de la cama como expulsado por un resorte, **corre** al baño y se **lava** los dientes

primero con una mano y después con la otra. Después **salta** como un conejito hacia el patio, **corta** una manzana del árbol, **hace malabares** y después se la **come** de un bocado. Con la panza llena **hace un bailecito** de la alegría. Después **barre** la casa a toda velocidad como el superhéroe Flash. Cuando termina esta taaaaaan cansado que **cae** sobre un sillón **cierra** los ojitos y **descansa** mientras espera el almuerzo. Fin".

Área: Artes visuales

Actividad 3: "Modelo mi Nombre"

-Observamos las imágenes, sobre una hoja o un cartón que un adulto copie nuestro nombre. Luego con plastilina hago viboritas y pelotitas con la plastilina y las pongo sobre las letras del nombre, puedes usar varios colores de plastilina. Recuerda que Nos debemos lavar nuestras manos antes y después de hacer tus tareas



Directora: Lic. Mariela García