

ESCUELA: ENI N° 1 “FEDERICO FROEBEL”

DOCENTES: TERZI, Analía- NUÑEZ, Leticia- CARRIZO, Georgina- NÁRVAEZ, Nidia-LÓPEZ, Paula- GREGOIRE, Noelia- CAMPILLAY, Natali- GÁLVEZ, Hebe (Profesora De Educación Física)

NIVEL: INICIAL

SALAS: 4 AÑOS

TURNOS: Mañana y Tarde

GUÍA PEDAGÓGICA N°14



TÍTULO: ¡¡Alimentación Saludable!!

CAPACIDADES:

GENERALES: Comunicación- trabajo con otros.

ESPECÍFICAS:

- ✓ Respeto por la opinión del otro.
- ✓ Participación activa y permanente durante las diferentes actividades.

ÁREA CURRICULAR: Áreas integradas.

CONTENIDOS: Matemática. Seres vivos y su Ambiente. Nutrición: Como alimentarse sanamente. Alimentación Saludable: alimentos imprescindibles en la dieta del niño. Hábitos y cuidados que promueven la salud. Sistema de numeración. Conteo. Reconocimiento de números hasta 5 en la vida diaria. Artes visuales: plástica. Lectura de imágenes. Reconocimiento de colores primarios. Esquema corporal.

♥ **PROPUESTA N°1: EDUCACIÓN FÍSICA**

Contenido: Habilidades motoras básicas de tipo manipulativas: puntería. Práctica de estiramientos.

Capacidades: Resolución de problemas (Resolver problemas mediante diferentes habilidades motoras).

1-Inicio: (Entrada en calor) Bailamos e interpretamos con nuestras manos lo que dice la canción “Las manos hacia arriba” <https://youtu.be/ByCDYbxhJlc>

RESPONSABLES: TERZI, Analía- NUÑEZ, Leticia- CARRIZO, Georgina- NÁRVAEZ, Nidia-LÓPEZ, Paula- GREGOIRE, Noelia- CAMPILLAY, Natali- GÁLVEZ, Hebe (Profesora De Educación Física)

2-Desarrollo: Colocamos sobre una pared cartulinas con los diferentes colores que están viendo en esta guía. El adulto le indicará un color al pequeño y éste debe arrojar la pelota (confeccionada en la guía anterior) hasta hacer puntería; y así se indicarán los diferentes colores. Aclaración: esta misma actividad se puede realizar pegando en la pared los números que están viendo.

3-Comunicación: (Vuelta a la calma a los pies. Sentado con piernas estiradas y juntas las manos arriba y luego las manos a los pies. Sentado con las piernas estiradas y separadas, las manos arriba y luego las manos a los pies (estiramiento). El pequeño parado, le indicamos llevar las manos hacia arriba y luego las manos hacia abajo.

♥ **PROPUESTA N°2**

Inicio: vemos el siguiente cuento: <https://www.youtube.com/watch?v=TEgsFfZMy5c>

Respondemos en familia ¿De qué trata el cuento? ¿Cómo se llama el súper héroe? ¿Ustedes conocen los números? ¿Cuáles? ¿Sabe contar? ¿Para que servirán los números? ¿En casa usamos los números? ¿Recuerdan los colores? ¿Qué colores tiene el plato del cuento? Los nombramos

Desarrollo: Observamos al súper héroe “Pepe” del cuento y los dibujamos con todas sus partes del cuerpo.

Comunicación: Por último se solicitará que lo peguen en algún lugar de la casa que sea visible, una buena alternativa puede ser colocarlo con imán en la heladera.

♥ **PROPUESTA N°3**

Inicio: Conversamos en familia sobre los alimentos saludables y no saludables, algún integrante de la familia les preguntará: ¿Qué son los alimentos? ¿Cuál es tu comida preferida? ¿Te gustan las verduras y frutas? ¿Cuál es tu fruta preferida? ¿Qué color tiene? ¿Qué comidas no son buenas para nuestra salud?

Desarrollo: Hacemos una lista en una hoja con los alimentos que consumen diariamente, algún mayor va escribiendo, luego intento contarlos.

Comunicación: Para finalizar marco con color **Rojo** los alimentos que hacen bien (saludables), y con color **Azul** aquellos alimentos que no me hacen bien (no saludables).Luego le envié foto a mi seño del trabajito.

♥ **PROPUESTA N°4**

Inicio: Buscamos 3 platos de cartón o plástico y los pintamos, uno de color Rojo, otro Verde y otra de color Amarillo. ¿Preparados para jugar?

Desarrollo: En el medio de cada uno, mamá nos coloca un número que puede ser entre el 1 y el 5, y la cantidad de puntitos según el número escrito, el niño deberá buscar en revistas, con ayuda de un adulto los alimentos que pertenecen a ese color visto en el cuento del primer día. Luego volvemos a contar cuantos alimentos colocamos en cada plato, otra opción puede ser dibujarlos.

Comunicación: Luego de que hayamos realizado la actividad, el pequeño deberá dibujarse a sí mismo como un héroe y decorar el dibujo con todos los alimentos saludable encontrados.

♥ **PROPUESTA N°5**

Inicio: Se necesitará, los siguientes materiales, tarjetas con el dibujo de una fruta realizada en cartón (por ejemplo manzanas, bananas y naranjas) mínimo 10 unidades de cada una y además necesitaremos 3 (cajas, taper o cualquier recipiente que sirva para embocar) una que contenga el dibujo de una naranja, la otra de una banana y por último la de una naranja



Desarrollo Cada niño/a, adulto a su turno, emboca las fichas en una caja.

Comunicación: Posteriormente con la ayuda del adulto cuenta y registra la cantidad de tarjetas que embocó en una hoja de papel a través de un cuadro.

Una vez finalizado comparto el cuadro con la docente¡¡¡VAMOS A DIVERTIRNOS!!!

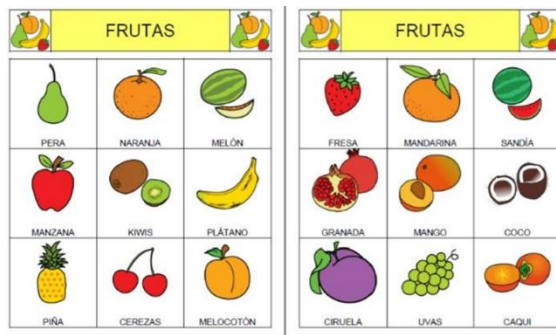
♥ **PROPUESTA N°6**

Inicio:¡¡JUGAMOS AL BINGO DE LAS FRUTAS!!

Repasamos las frutas conocidas (pera, manzana, melón, naranja, sandía, mandarina, uva, banana) aprendemos otras (kiwis, granada, mango, coco, fresa, piña, caqui, melocotón, cerezas, ciruela) mostrando al niño los cartones y frutas que hay. Imprimir o dibujar las frutas en los cartones, colocar imágenes de todas las frutas en una bolsa, pedirle a mamá, piedritas, tapitas, fichas de juegos para tapar la fruta encontrada en el cartón.

Desarrollo: Comenzamos a jugar!!! Se reparte un cartón a cada participante. Un adulto sacará de la bolsa una imagen de a una mostrándola para que marquen en el cartón con fichas, piedritas o tapitas si tienen la fruta que salió. Se continuará hasta terminar las imágenes de la

bolsa y completen su cartón. El primero que tenga todas las frutas tapadas, gritará ¡¡BINGOOOOO!! ¡¡Muy Bien ¡! ¡¡Todos ganaron!!



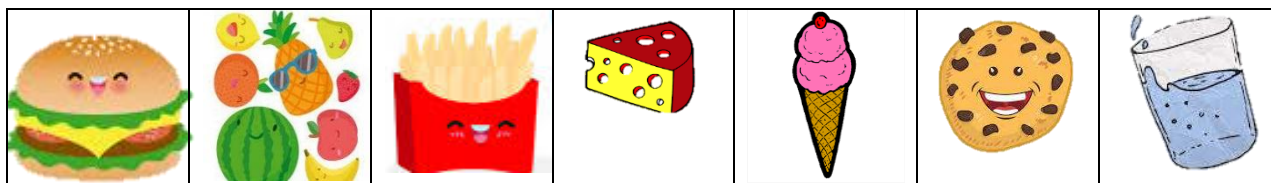
Comunicación: Una vez culminado el juego dibujamos la fruta que más nos gustó del cartón, y la pintamos con diferentes materiales (lápices de colores, témperas, papelitos recortados de revistas de diferentes colores, etc).

♥ **PROPUESTA N°7**

Inicio: Observa el video de alimentos saludables.

<https://www.youtube.com/watch?v=cFUaHGIF0Dk>. Con ayuda de mamá cuenta y escribe cuántos alimentos saludables hay.

*Alimentos saludables:



Desarrollo:

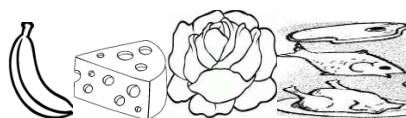
Observo la imagen.



Con ayuda de un adulto encierra con un círculo las respuestas correctas: ¿Cuáles son los alimentos saludables?



Comunicación: Pinta las imágenes con el color correcto y guarda el trabajito para la vuelta al jardín.



♥ **PROPUESTA N°8: EDUCACIÓN FÍSICA**

Inicio: (Entrada en calor) Bailamos e interpretamos con nuestras manos lo que dice la canción “Las manos hacia arriba” <https://youtu.be/ByCDYbxhJlc>

Desarrollo: Colocamos sobre una mesa varias botellas de plástico, desde una distancia arrojamos la pelota (confeccionada en la guía anterior) hasta derribar las botellas.

Luego esas mismas botellas las colocamos en el piso; desde una cierta distancia arrojamos la pelota haciéndola rodar por el suelo hasta derribar las botellas.

Comunicación: (Vuelta a la calma) El pequeño parado, le indicamos llevar las manos hacia arriba y luego las manos a los pies. Sentado con las piernas estiradas y juntas las manos hacia arriba y luego las manos a los pies. Sentado con las piernas estiradas y separadas, las manos arriba y luego las manos a los pies. (Estiramiento)

♥ **PROPUESTA N°9**

Inicio: ¡¡Jugamos a Master chef!!

Para ello necesitamos recortes de diario, revistas, impresiones de alimentos saludables saludables, tijera (para ser manipulada por un adulto) Plástickola, cartulina, un jurado de personas (integrantes de la familia).

Desarrollo: Realizamos con cartulina un círculo, simulando un plato, armamos y pegamos el mejor y más rico plato saludable con los recortes de alimentos, poniéndole un nombre.

Comunicación: Al finalizar los jueces calificarán los diferentes platos, dando a uno como ganador.

♥ **PROPUESTA N°10**

Inicio: Observa el video con ¡¡mucha atención!!

<https://www.youtube.com/watch?v=t-xDsPJ0cWg>

Desarrollo: Un adulto le pregunta al niño ¿De qué se trataba el cuento? ¿Es bueno comer muchas golosinas? ¿Alimentan? ¿Son alimentos saludables? ¿Qué debemos hacer después de haber comido dulces? ¿Por qué? ¿Qué le pasó al nene del cuento por no lavarse los dientes luego de haber consumido golosinas? Dibujo al nene del cuento y la golosina que más le gustaban.

Comunicación: Luego al dibujo lo recorto en 3 partes iguales y armo un rompecabezas para jugar.

♥ **PROPUESTA N°11**

Inicio: Recordamos lo trabajado durante estos días. Dialogamos en familia de que se trató La guía.

Desarrollo: Imprime este recortable de NUTRIPLATO. En una hoja está el nutriplato, ¡pero está vacío!, en la otra hoja, recorta las distintas piezas con los alimentos con una tijera y pegarlos donde corresponde.



Comunicación: Una vez terminado, podemos colocarlo en algún lugar de la casa para recordar lo importante que es la alimentación saludable. Me dibujo grande, lindo y fuerte!!!

- ♥ Registrar las actividades realizadas por los chicos a través de fotos y/o videos para enviarle a los docentes.
- ♥ Las actividades deben realizarse con los materiales que tenemos en casa.

DIRECTORA: Marcela Fagale