

GUÍA PEDAGÓGICA N.º 13

- ✚ **Escuela:** E.N.I N° 19 "TANITANI"
- ✚ **Docentes de sala:** Liliana Sierra, Victoria Mercado, Miriam Becerra, Flavia Amaya
- ✚ **Profesores de áreas especiales:** Alejandro Beja, Alba Olivera, Antonella Quintero.
- ✚ **Nivel Inicial:** Sala de 4 años
- ✚ **Turno:** Mañana y Tarde
- ✚ **Área Curricular:** Ambiente Natural
- ✚ **Título de la propuesta:** "Creciendo con alimentos saludables"

Actividad n°1:

Dimensión: Ambiente Natural y Socio-Cultural- **Capacidad General:** Comunicación

Capacidad Específica: Expresar por medio de distintos lenguajes, ideas, emociones, sentimientos y opiniones, argumentando oralmente sus puntos de vista. - **Contenido:** El cuerpo humano y la salud. Alimentación saludable: (La boca)

I: Observamos el siguiente video en familia.
https://drive.google.com/file/d/1cow6xlVgNrGMFqGz6xIrl4Gjkmk8u1JL/view?usp=drive_sdk

D: Miramos atentamente el video, conversamos y comentamos acerca de lo que vimos, ¿Cuáles son los alimentos que consideramos saludables? ¿Qué debemos hacer después de comer? ¿Por qué es importante el cuidado de nuestros dientes? Ahora buscamos en diarios, revistas o folletos, figuras de alimentos y también de golosinas, con ayuda de un adulto recortamos las figuritas. Luego en una hoja, el pequeño dibujará una carita con una hermosa sonrisa y en otra hoja, una cara triste. En la que está dibujada la carita triste pegamos los alimentos que dañan nuestra salud bucal y en la otra donde está la carita feliz los que son buenos.

C: Colocamos en la puerta de la heladera, el trabajo terminado, para recordarle a cada integrante de la casa lo que aprendimos sobre los alimentos saludables. ¡Y a no olvidarse de lavarse los dientes!

Actividad n°2:

Dimensión: Ambiente Natural y Socio-Cultural – **Capacidad General:** Resolución de problemas – **Capacidad Específica:** Producir representaciones sencillas de la realidad con diferentes materiales – **Contenido:** Alimentación saludable.

I: Conversamos en familia sobre la importancia de un buen desayuno, (leche, pan, manteca, los cereales del jardín) teniendo en cuenta que la primer comida del día es fundamental, especialmente en los niños. ¿Qué alimentos no pueden faltar en esta comida? ¿Por qué es tan importante este momento en la alimentación? ¿Qué pasa en nuestro cuerpo cuando desayunamos bien? ¿Qué pasa cuando no desayunamos o lo hacemos mal?

D: Junto a mamá preparamos un rico desayuno utilizando los alimentos que tenemos en casa, tratando de hacer un desayuno saludable. Luego preparamos la mesa para

Escuela: E.N.I.N°19 "TANITANI" Salas de 4 años

compartir un lindo momento. Antes de comenzar, toda la familia deberá higienizarse, lavándose las manos con agua y jabón.

Si ya están listos; A disfrutar de uno de los momentos más importantes en la alimentación.

C: Mostrando el dibujo, el niño contará a su familia qué no debe faltar en un desayuno para comenzar el día con mucha energía.

Actividad n°3:

Dimensión: Formación Personal y Social- **Ámbito:** Educación Física. -**Capacidad General:** Resolución de problemas-**Capacidad Específica:** Buscar y ensayar diferentes alternativas de solución a una situación problemática de entorno.

Contenidos: Habilidades motoras básicas de tipo locomotivo. - Adquisición y diferenciación de diversas formas de salto.

I: Para comenzar será necesario contar con algunos elementos que dispongan en casa como una sogá o cordel fino.

D: El niño empieza saltando con los pies juntos en el lugar, luego avanza con "salto canguro" un tramo corto. Sobre una sogá o línea en el piso saltar separando y juntando las piernas. Dibujar unos círculos en el piso y que el pequeño haga saltitos a su alrededor, también saltar con una pierna adentro y otra afuera. Para finalizar colocar la sogá en el piso y saltarla de un lado al otro con los pies juntos.

C: Terminada la actividad, descansar sentados en el piso, respirar profundamente y conversar con mamá expresando lo que realizaron en la clase de Educación Física.

Actividad n°4:

Dimensión: Comunicativa y artística- **Ámbito:** Artes visuales-**Capacidad General:** Resolución de Problemas-**Capacidad Específica:** Producir representaciones sencillas de la realidad con diferentes materiales. **Contenido:** Bi dimensión: Exploración del dibujo lineal - Rostro.

I: En compañía de un adulto el niño observará atentamente el video de la profesora Antonella.

<https://drive.google.com/file/d/1dvFWDc2vuMwmMV2PRhGhdwLE0QzsAlxE/view?usp=sharing>

Luego el adulto le preguntará al pequeño: ¿Por dónde empezaba la profesora a dibujar el rostro? ¿Qué partes dibujaba primero? Señálalas. ¿Te animas a dibujar tu rostro?

D: Buscarán en casa un espejo, un lápiz negro si es posible (sino cualquier lápiz o lapicera oscura que tengan) y una hoja blanca de papel que utilizarán de forma vertical. Para comenzar el niño se sentará frente al espejo y el adulto le pedirá que se vaya tocando las diferentes partes de su rostro y luego que lo dibuje. Una vez terminado el dibujo de su rostro puede colorearlo si él quiere.

C: Mirando su obra de arte, el pequeño intentará contarle a algún familiar cuáles son las partes del rostro mientras las señala. Recuerda dibujar una boca bien grande con una sonrisa y que se vean tus dientes.

Actividad n°5:

Dimensión: Comunicativa y Artística -**Ámbito:** Educación Musical -**Capacidad General:** Comunicación-**Capacidad Específica:** Describir necesidades, situaciones y

objetos de la vida cotidiana, por medio de distintos lenguajes-**Contenido:** Relación entre los materiales y sus propiedades sonoras.

I: Visualizar el video propuesto por la docente: "Las familias de los instrumentos". Musicalia. <https://youtu.be/leqnskE-dpg>

D: Identificar las tres familias de instrumentos (viento- cuerda-percusión). Con ayuda de un adulto, reconocer los instrumentos que aparecen en el video (tuba-trombón-flauta-guitarra-piano-violonchelo) identificar a qué familia pertenecen (clasificación instrumental) ¿Qué instrumentos faltaron? (familia de percusión) ¿Qué instrumentos musicales conoces que pueden formar parte de esta familia?

C: Observar el video realizado por la docente del área, identificar en él los diferentes instrumentos y su clasificación instrumental ¿Qué instrumento te gustó más de todos los trabajados en esta actividad? ¿Tienes algún instrumento en tu casa? .Si tienes puedes usarlo en compañía de un adulto.

Actividad n° 6:

Dimensión: Ambiente Natural y Socio cultural - **Capacidad General:** Comunicación –

Capacidad Específica: Expresar por medio de distintos lenguajes, ideas, emociones, sentimientos y opiniones, argumentando oralmente sus puntos de vista – **Contenido:** Alimentos saludables.

I- Acompañado por un adulto el niño observará el siguiente link: <https://youtu.be/FUBpTGB2zO4>, del tema alimentación saludable, conversamos en familia sobre el video.

D- Luego con mamá recordarán teniendo en cuenta lo visto, ¿Qué es una alimentación saludable?, ¿Por qué?, ¿Qué comidas nos hace bien para nuestro cuerpo?, ¿Cuáles son las comidas sanas y cuáles no?, ¿Cuántas veces hay que comer en el día?, ¿Qué bebida se debe tomar en mayor cantidad, por qué?, ¿Qué pasa si no nos alimentamos bien? Seguidamente buscarán con un adulto dos hojas de colores, pegamento, revistas o folletos en desuso y tijeras. Luego se realizará la silueta de las manos, buscar cinco alimentos que favorecen el crecimiento de nuestro cuerpo y se ubicarán en los dedos de una mano, y en la otra deberán pegar alimentos que no son saludables.

C- Para terminar el pequeño explicará con sus palabras cuáles son los alimentos que se deben tener en cuenta para crecer sanos y fuertes.



Actividad n°7:

Dimensión: Ambiente Natural y Socio-Cultural – **Capacidad General:** Pensamiento Crítico – **Capacidad Específica:** Establecer relaciones sencillas entre diferentes nociones, situaciones y/o acontecimientos – **Contenido:** Nutrición: Como alimentarse sanamente.

I: Hablamos sobre lo fundamental e importante de respetar las cuatro comidas diarias. Con mamá planificamos un día de la semana teniendo en cuenta esos cuatro momentos.

D: Una vez que hayan acordado lo que van a comer durante el día y después de disfrutar de los momentos de una alimentación necesaria para el crecimiento de los pequeños, la mamá le entregará al niño una hoja y lápices de colores, con ellos él deberá dibujarse y también dibujar como pueda, los alimentos que más le gustaron de todos los que comió.

C: Con su trabajo terminado el niño cuenta a su familia lo que dibujó, en qué momento del día comió cada alimento y por qué le gustan más que otros.

Actividad n° 8:

Dimensión: Comunicativa y Artística - **Ámbito:** Educación Musical - **Capacidad**

General: Comunicación - **Capacidad Específica:** Describir necesidades, situaciones y objetos de la vida cotidiana, por medio de distintos lenguajes - **Contenidos:** Relación entre los materiales y sus propiedades sonoras.

I: ¡Oídos atentos! Observar el video propuesto por la docente, en el que escucharán tres instrumentos de diferentes materiales.

D: Identificar a qué familia pertenece cada instrumento (triángulo- claves- huevitos) y de qué material es cada uno ¿Un instrumento de metal suena igual a uno de madera? ¿Por qué? ¿Un instrumento de plástico suena igual o parecido a uno de madera? ¿Cuál de los tres instrumentos suena más ruidoso- estridente? ¿De qué material es?

C: Teniendo en cuenta todo lo aprendido en los dos estímulos propuestos en esta guía, buscar en casa los materiales para construir dos instrumentos de diferentes materiales.

Actividad n° 9:

Dimensión: Comunicativa y Artística - **Capacidad general:** Comunicación -

Capacidad específica: Participar de conversaciones, describir, y ampliar el vocabulario - **Contenido:** Descripción.

I - Junto a mamá buscamos un lugar cómodo y nos leerá el cuento "El Tren Saludable" que será enviada por WhatsApp, en PDF.

D- Seguidamente conversamos sobre los 5 consejos para crecer mejor, ¿Por qué son importantes?, ¿En casa tenemos en cuenta estos consejos?, ¿Qué verduras y frutas les gusta? ¿Qué ensaladas nos gusta comer? Luego junto algún familiar realizamos una rica ensalada, la que más les guste, puede ser de verdura o fruta.

C- Para finalizar compartirán la producción a sus compañeros por medio de fotos o videos mostrando lo que hicieron en el grupo de whatsapp.

Actividad n° 10:

Dimensión: Comunicativa y Artística- **Ámbito:** Artes Visuales- **Capacidad General:** Resolución de Problemas- **Capacidad Específica:** Producir representaciones sencillas de la realidad con diferentes materiales. - **Contenido:** Lectura de imagen - Bi dimensión: Exploración del dibujo lineal - Collage.

I: Un adulto le contará al pequeño sobre el artista Giuseppe Arcimboldo, él fue un pintor italiano muy conocido por realizar rostros con frutas, verduras plantas y flores. A continuación, mostrándole la siguiente imagen le realizará estas preguntas: ¿Qué ves en esta imagen? ¿Puedes señalar en la pintura las partes del rostro? (El adulto puede

ir recordándole cuales son) ¿Ves frutas y verduras o alimentos saludables, ¿dónde?, ¿Qué otras cosas puedes ver? ¿Te animas a dibujar un rostro y decorarlo igual que Giuseppe?



D: Buscarán en casa imágenes de frutas, verduras, plantas, flores de diarios, libros o revistas y las recortarán. Luego el pequeño como en la actividad anterior dibujará un rostro en una hoja con lápiz. Cuando haya terminado el adulto le pedirá que pegue los recortes reemplazando las partes del rostro, por ejemplo: podemos usar el recorte de una flor para la boca, una zanahoria de nariz, hojas en vez de orejas, tomates donde van los ojos, verán lo divertido de las combinaciones ¡A volar la imaginación!

C: Cuando hayan terminado su obra de arte al estilo Giuseppe Arcimboldo le pedirán a un adulto que les recorte un marco para ella con listones de cartón y decorarán el mismo pegando palitos, hojitas, cascara de huevos, frutas o verduras (previamente secas). Para finalizar le contarán a algún integrante de su familia cuáles son las partes del rostro y qué alimentos saludables pegaron en su trabajo. Decorarán con su retrato enmarcado algún lugar de la casa.

Actividad nº 11:

Dimensión: Comunicativa y Artística- **Ámbito:** Lenguaje **Capacidad General:** Aprender a aprender -**Capacidad Específica:** Buscar y solicitar ayuda en los procesos de aprendizaje- **Contenido:** Habla y escucha: Instrucciones- Receta

I: Le preguntamos a mamá que comida podemos realizar que sea saludable para compartir en familia.

D: Cada mamá junto a su hijo/a elaborarán una receta saludable a la cual todos tengan acceso a los ingredientes; por ejemplo, puede ser alguna comida con verduras (puchero, ensalada de tomate con huevo duro,) también polenta con queso, budín de pan, manzanas asadas.

La mamá escribirá en una hoja los ingredientes necesarios para realizarla, al lado de la receta el niño deberá dibujar los ingredientes necesarios. Una vez elegida la comida, escrito sus ingredientes y realizado el dibujo, podrán elaborarla en familia.

C: Compartimos nombrando los ingredientes que se utilizaron para hacerla, recuerden guardar la receta en la carpeta literaria y compartir con los compañeros y señorita lo que cocinaron en familia.

Actividad n°12:

Dimensión: Formación Personal y Social- **Ámbito:** Educación Física. -**Capacidad General:** Resolución de problemas-**Capacidad Específica:** Buscar y ensayar diferentes alternativas de solución a una situación problemática de entorno.

Contenidos: Habilidades motoras básicas de tipo locomotivo. - Adquisición y diferenciación de diversas formas de salto.

I: En el patio de casa se podrá realizar esta actividad, algunos juguetes de tamaño pequeño y una soga.

D: El pequeño comenzará saltando la soga colocada en el piso, tratando de no tocarla. El adulto colabora en el juego de "saltar la víbora" moviendo la soga en el piso de manera que el niño pueda saltarla. Para finalizar, se pondrán en el piso varios juguetes de tamaño pequeño para que sea fácil realizar el salto, luego le decimos al niño que hay que saltar todas las montañas (juguetes) distribuidos en el lugar.

C: Una vez finalizado la actividad, conversar con el niño, sobre todas las posibles formas de realizar distintos saltos, comentando que los saltos pueden ser largos, cortos, con un pie con dos. Descansamos y respiramos profundamente, si tenemos una música suave en casa mamá la coloca y nos ayuda a la relajación.

Directora: Corina Naranjo