

## **Guía Pedagógica N° 9**

**Escuela:** ENI 33 María Laura Devetach. - **CUE:** 700087300

**Docentes:** de sala de 3 – Secciones "I" y "J" Nivel: Inicial

**Turno:** Inter - Turno.

**Área Curricular:** Ambiente Natural y Socio-cultural.

**Dimensión:** Ambiente Natural y Socio-cultural.

**Ámbito:** Ambiente Natural.

**Núcleo:** Seres vivos y su ambiente.

**Título de la Propuesta:** "Comiendo sano crezco sano"

**Contenido:**

- El cuerpo humano y la salud (alimentación saludable).

**Objetivos:**

- Incorporar hábitos de buena alimentación.
- Reconocer alimentos saludables.

**Propuesta de actividades:**

NOTA: Querida Familia, queremos en esta oportunidad agradecer el acompañamiento diario en estos tiempos difíciles para todos, ojalá pronto podamos reencontrarnos, mientras tanto seguimos acercándonos a ustedes a través de este medio. En esta ocasión queremos rescatar la gran importancia de una "buena alimentación", ya que ésta nos permitirá crecer sanos y fuertes, es por ello por lo que consideramos que los niños deben aprender desde pequeños a alimentarse sanamente, logrando ir incorporando buenos hábitos alimenticios.

Por otro lado, se les recuerda que es muy importante mantener el hábito del lavado de manos con agua y con jabón, tanto al inicio como al cierre de cada actividad, secándose con una servilleta de papel y desecharla. También, recordar a los niños que deben ordenar y guardar los elementos y materiales utilizados bajo la mirada de un adulto.

**Día 1:** (Dimensión: Ambiente Natural y Sociocultural - Ámbito: Natural/ Dimensión: Juego  
Ámbito: Juego Motor)

### **Actividad N° 1: "Observo la imagen"**

La actividad podrá realizarse en la sala o comedor de la casa, el adulto mostrará una imagen de niños comiendo (que será enviada previamente por la docente vía WhatsApp), y el familiar hará preguntas como ¿Qué está haciendo este niño? ¿Vos también haces lo mismo? ¿Qué alimentos te gustan?

A medida que el niño vaya contestando las preguntas, el adulto hará hincapié en la importancia de comer buenos alimentos, ya que estos nos hacen bien para estar sanos y crecer fuertes.

Para finalizar el adulto entregará la imagen de un niño comiendo y el pequeño deberá decorarla a su gusto con papeles de colores, lápices, crayones o con lo que haya en casa, dicho trabajo servirá para trabajar cuando volvamos a clases.



### **Actividad N° 2: “Me congelo cuando me nombran una fruta”**

La actividad podrá llevarse a cabo en el patio o en un espacio amplio de la casa, el adulto le explicará al niño que deberá caminar por todo el espacio y cuando escuche el nombre de una fruta deberá quedarse congelado (quieto en el lugar), luego podrá hacer lo mismo, pero corriendo y al escuchar por ejemplo: banana, deberá congelarse.

Para finalizar deberá relajar con piernas abiertas a la altura de los hombros y mover su cuerpo de un lado al otro.

**Día 2:** (Dimensión: Comunicativa y Artística – Ámbito: Artes Visuales: Plástica)

### **Actividad 1 ¡A Jugar!**

Invita a un adulto a jugar... Levanta los brazos a la altura de tu cara y gira las manos siguiendo lo que indica la canción.

**Rosca, rosca;**

**Desenrosca;**

**Tira, tira...**

**Y hace: shiff**

Esta actividad la van a realizar como la canción, el material que vamos a utilizar va a quedar como las rosca todos los recortes de las bombillas o sorbete unidos por la lana.

**Materiales:** Sorbete o bombillas; hoja, cartulina o cartón del tamaño de hoja N°5; lana fina o hilo de colores, plasticola.

**1** Corta los sorbetes o bombillas plásticas con la ayuda de un adulto, de largo aproximado de dos o tres centímetros.

**2** Pégalo por toda la superficie de la hoja.

**3** pasa por los orificios de las bombillas la lana o el hilo de colores (puedes usar una aguja enhebrada con lana o el hilo pero debes tener cuidado de no pinchar tus dedos)

### **Recordamos los colores, bailando.**

Con la ayuda de algún adulto busca ropa que tenga los colores que aprendieron en la guía anterior: rojo, amarillo y azul y agrega un color más, el que más te guste. Luego coloca el siguiente video que te enviaré: [La Batalla del Movimiento - Rondas y Clásicos Infantiles ...](#) invita a algún adulto o a toda la familia que te acompañe a bailar. El adulto que te ayude a realizar la tarea te hará las siguientes preguntas: ¿Descansaste mucho durante las vacaciones? ¿Jugaste, bailaste y te divertiste mucho? durante las vacaciones. ¿Qué actividad divertida realizaste o que te gustó?

**Día 3:** (Dimensión: Ambiente Natural y Sociocultural - Ámbito: Natural/ Dimensión: Comunicativa y Artística – Ámbito: Expresión Corporal)

### **Actividad N° 1: “Preparando ensalada de frutas”**



El adulto mostrará al niño imágenes de diversas frutas (que serán enviadas previamente por la docente vía WhatsApp), luego hará preguntas al niño: ¿sabes qué son estas imágenes? ¿Conoces alguna? ¿Te gusta alguna? El familiar irá diciendo lo importante que son estas para crecer y alimentarse bien.

A continuación, el adulto responsable le propondrá al niño preparar juntos una rica ensalada de frutas.

Buscar frutas, luego lavarlas y una vez peladas (por el adulto) el niño podrá cortar frutas blandas como banana y colocarlas en un “bols”, agregar agua (azúcar, si fuera necesario), revolver y servir en vasos o compoteras para disfrutar de esta ensalada.

### **Actividad N° 2: “El baile de las frutas”**

La actividad podrá realizarse en el patio de casa o en un lugar desprovisto de mobiliario.



El adulto hará escuchar la canción “**El baile de las frutas**” de Pica-Pica (enviada por la docente previamente vía WhatsApp). Luego le propondrá al niño bailar la canción, para ello le entregará una fruta (la que haya en casa) y colocará la canción nuevamente; el niño deberá bailar al compás de la música con la fruta en sus manos. Para terminar, se relajará sentándose en un almohadón (manta, trapo de piso, etc.), abrirá sus piernas y moverá sus brazos de un lado al otro, luego hacia adelante,

siempre con la fruta en sus manos.

**Día 4:** (Dimensión: Comunicativa y Artística – Ámbito: Música)

**ACTIVIDAD 1: El Semáforo y sus Colores**

Ver el video y escuchar la canción “**El Semáforo y Sus Colores**”. Hablar en familia; ¿qué colores tiene el semáforo? ¿Qué indica cada uno? ¿Has visto alguno por donde caminas con tu familia? ¿Cómo son? El video será compartido por la docente vía WhatsApp.

**Día 5:** (Dimensión: Ambiente Natural y Sociocultural- Ámbito: Natural / Dimensión: Comunicativa y Artística – Ámbito: Literatura Infantil)

**Actividad N° 1: “Las verduras son importantes”**

La actividad podrá realizarse en un lugar tranquilo, como, por ejemplo: la habitación, el adulto responsable mostrará al niño el video de la canción “**Dedo de verdura**” (que será previamente enviada por la docente). Luego tratarán de repetir juntos la canción y una vez que se haya aprendido algo de la misma el mayor hará preguntas como ¿conoces estas verduras?



¿Comes alguna de estas? y el adulto explicará que estas son muy importantes y al consumirlas nos dan energía para jugar.

Para terminar se el niño deberá realizar un sellado de verduras, para ello el responsable entregará al pequeño una hoja de color claro, preferentemente blanca y un trozo de zanahoria, papa o remolacha para poder sellar la hoja, en caso de tener témpera o plasticola de color, se le podrá colocar a la verdura y sellar (recuerda enviar foto o video de la tarea).

**Actividad N° 2: “Adivina adivinador”**

El adulto buscará algún sector tranquilo del hogar y colocará una manta, almohada o sábana en el piso e invitará al niño a sentarse, le contará que van a jugar a hacer adivinanzas. El adulto le dirá alguna frase y el niño deberá adivinar sobre qué frutas o verduras se trata (las mimas serán enviadas previamente por la docente).

El adulto podrá elegir tres o cuatro de las adivinanzas de las enviadas y deberá dibujarlas o buscar algún recorte (previamente), así una vez que le diga la rima al niño y este adivine, tendrá que mostrarle la imagen.

**Variante:** cuando el adulto diga la rima, el niño podrá seleccionar la tarjeta con la fruta o verdura que considere es la respuesta.

Por ejemplo: tarjeta con BANANAS, otra con PERA, o UVAS, etc.



Podrá jugar toda la familia si así lo desean.

**Día 6:** (Dimensión: Comunicativa y Artística – Ámbito: Artes Visuales: Plástica)

### **Actividad 2: ¡Piedras de colores!**

**Materiales:** cartón, plasticola, tempera y piedras.

1 Corta el cartón del tamaño que más te guste o del tamaño de la hoja N° 5.

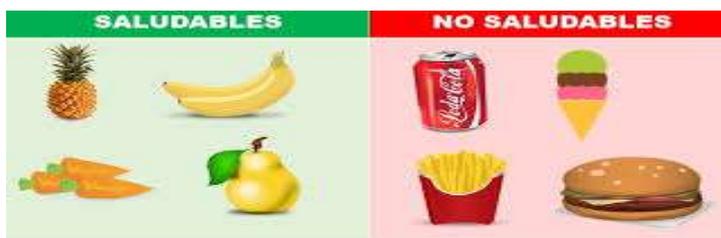
2 Pinta con los colores primarios: rojo, amarillo y azul las piedras, (si quieres puedes agregar más colores), con la ayuda de un adulto mezclando formarás otros colores (ejemplo: rojo y amarillo se forma el color naranja; amarillo y azul se forma el color verde; azul y rojo se forma el color violeta)

3 Coloca las piedras formando un arcoíris y pégalas en la base de cartón. Realiza un orificio en el cartón para pasar una lana o piola y poder colgar este cuadro. Te hará recordar no sólo los colores sino también todos los recuerdos lindos de las vacaciones.

**Día 7:** (Dimensión: Ambiente Natural y Sociocultural - Ámbito: Natural/ Dimensión: Juego  
Ámbito: Juego Dramático)

### **Actividad N°1: “Alimentarse bien”**

La actividad podrá ser llevada a cabo en el comedor de la casa. El adulto responsable mostrará al niño imágenes de diversos alimentos, como: frutas, verduras, fideos, arroz, salchichas, papas fritas, golosinas, etc. (que serán enviadas previamente vía WhatsApp), y el familiar hará preguntas ¿conoces estos alimentos? ¿Cuál te gusta más? ¿Cuál te gusta menos? A medida que el niño vaya contestando el adulto irá haciendo hincapié en que hay alimentos que nos hacen bien como frutas y verduras, y otros que nos hacen mal como golosinas, salchichas, etc.



Para terminar se le entregará una hoja al niño para que pegue alimentos saludables que deberá recortar de revistas, folletos o diarios, en caso de no tener se podrán dibujar.

### **Actividad N° 2: “Jugamos al supermercado”**

La actividad podrá llevarse a cabo en el comedor o cocina de casa, el adulto colocará sobre una mesa diversos alimentos que tenga en casa, en lo posible saludables (verduras, frutas, fideos, carne, etc.) y alimentos no saludables (golosinas, gaseosas, pizza, etc.)

Luego le propondrá al niño **jugar al supermercado**. Antes, también podrán cortar papelitos y simular que es dinero, para hacer un poco más real el juego. Se le puede solicitar que debe comprar alimentos que le hagan bien para crecer sano, entregándole una bolsa para cargar esos alimentos.

Para terminar, el adulto sacará de la bolsa los alimentos que el niño colocó en la misma observarán si son saludables o no.

**Día 8:** (Dimensión: Comunicativa y Artística – Ámbito: Música)

### **ACTIVIDAD 2: Ritmo Con Colores**

Ver el video que envía la docente. Sobre esa base musical, seguir el ejercicio rítmico, teniendo en cuenta los colores del semáforo. El mismo se realiza de manera sencilla en casa con papeles de colores que lo representen. Cada color cumplirá una función en el ritmo. El niño/a puede ser ayudado por un adulto o realizar el ejercicio en conjunto. Repetir ejercicio. ¡A Divertirse!

El video clase de música, será enviado por la docente vía WhatsApp.

**Equipo Directivo:** Manrique, María de los Ángeles – Videla, Ivana Andrea