

ESCUELA E.N.I N°3 "JULIETA SARMIENTO"

**DOCENTES:** ACIAR GLADIS - GARCÍA ANA - LUNA CARLA - LÓPEZ MARÍA NOEL,  
NIEVAS CELINA - RUARTE VANESA.

**NIVEL INICIAL:** SALAS DE 3 AÑOS.

**TURNO:** INTERTURNO.

**GUIA N° 4.**

**AREA CURRICULAR:** CIENCIAS NATURALES.



**TÍTULO DE LA PROPUESTA:** "COCINAMOS EN CASA PARA CRECER SANOS Y FUERTES".

DIMENSIÓN: Formación Personal y Social.

NÚCLEO: Cuidado de sí mismo.

CONTENIDO: Adquisición progresiva de hábitos y actividades relacionadas con la higiene y fortalecimiento en el cuidado de la salud: los alimentos.

"Los hábitos alimenticios incorporados desde la infancia, son los que mantendrán posteriormente y ayudarán o perjudicarán para el desarrollo y crecimiento durante la adolescencia y posteriormente a la edad adulta. Desde la escuela y en colaboración con la familia se puede y debemos mejorar los hábitos alimenticios desde la infancia.

**ACTIVIDADES DE RUTINA:** (Deben realizarse diariamente)

Dimensión: Formación Personal y Social

Ámbito: Autonomía

Contenido: Promover hábitos y cuidado de higiene y salud.

Familia: recuerden realizar las actividades de rutina todos los días para una mejor organización de los chicos.

**Lavado de manos:** La higiene en la infancia es unas de las actividades principales a esta edad, conseguir que los niños y las niñas sean lo más autónomos posibles en sus acciones, todo ello de una forma gradual y progresiva, utilizando diversas estrategias. Vemos el video: [https://www.youtube.com/watch?v=u9VRETUH\\_BQ](https://www.youtube.com/watch?v=u9VRETUH_BQ)

**Desayuno- merienda:** ayudamos a colocar el mantelito o individual que usamos en casa, además de los utensilios como, vaso, plato, cubiertos, etc.

AREA CURRICULAR: CIENCIAS NATURALES

**Ordenar:** cada vez que realizamos una actividad por ej.: desde la casa el pequeño ayuda a guardar los materiales que se utilizaron en actividades, también cuando jugamos con nuestros juguetes y ya no vamos a utilizarlos guardamos cada cosa en su lugar. Podemos estimular la actividad cantando la canción "A guardar, a guardar..."

**Actividades Secuenciadas:**

**Actividad N°1 "Conversamos en familia"**

**Dimensión:** Comunicativa y Artística      **Ámbito:** Lenguaje

Comenzamos con una conversación informal en familia, ¿Cuáles son nuestras comidas favoritas?, ¿Saben que hay alimentos que nos hacen super bien a nuestro cuerpo? ¿Cuáles creen que serían?, etc. Vemos el video: <https://youtu.be/bHsokNUYR7c> comentamos el mismo. Para culminar podremos buscar en diarios o revistas nuestras comidas preferidas recortar y pegar en una hoja.

**Área Curricular:** Educación Física      **Profesora:** Lopardo Julieta      **Actividad N°1**

**Elementos necesarios:** Reproductor audiovisual. Ejemplo: pantalla de la tele, celular o computadora. Observamos el Video: Conejo Saltarín - Trepsi El Payaso

Link: <https://www.youtube.com/watch?v=9Z1RyK7cdRE>



Una vez que termina la canción saltamos de la mano con ellos para adelante y para atrás, hacia el costado y al otro. Lo repetimos varias veces.

**Actividad N°2 "Un rompecabezas muy divertido"**

**Dimensión:** Comunicativa y Artística –Ambiente Natural y Social

**Ámbito:** Ambiente Natural - Plástica

Conversamos con los pequeños sobre la importancia de incorporar frutas a nuestra alimentación, indagamos: ¿Cuáles son nuestras frutas favoritas?, ¿Cuáles no nos gusta tanto?, ¿Por qué?, etc. A continuación, con ayuda de mamá buscamos imágenes de frutas o también podemos dibujarlas, lo importante es que sean imágenes grandes y con ayuda de mamá recortamos en dos partes, armando así rompecabezas, luego mezclamos las piezas y los pequeños deberán encontrar las mismas y armar el rompecabeza, podemos jugar cuantas veces lo deseen.

AREA CURRICULAR: CIENCIAS NATURALES

Área Curricular: Música Profesora: Mirna Castro Actividad N°1

\*Observarán las siguientes fichas que contienen rimas, hacemos los que dicen esas rimas.



Con la ayuda de la familia realizarán una careta del animalito que más les gustó y aprenderán la rima.

**Actividad N°3 "Gelatina con sorpresa"**

**Dimensión:** Ambiente Natural y Socio Cultural

**Ámbito:** Ambiente Natural

Una manera muy divertida de incorporar fruta a nuestra alimentación es la realización de un postre muy divertido, para ello con ayuda de mamá realizaremos una gelatina con fruta, necesitamos un sobre de gelatina del sabor que más nos guste, y pedacitos de frutas, siguiendo las indicaciones de la receta para finalizar agregamos los trocitos de frutas las cuales nombraremos a medida que incorporamos a la preparación, y listo, guardamos en la heladera, consumimos al finalizar el almuerzo como un delicioso postre.



#Recordemos la importancia de supervisar la actividad, higienizar las frutas, si entregamos cuchillos a los pequeños que sean de plástico para que puedan cortar sin lastimarse.

Área Curricular: Educación Física Profesora: Lopardo Julieta Actividad N°2

Vamos a escuchar una canción para trabajar las partes del cuerpo, la bailamos en familia. Buscar "La batalla del Movimiento", seguimos lo que dice. Aquí les dejo el link para que vayan directo a la canción: <https://youtu.be/AIZeLejiuio>



AREA CURRICULAR: CIENCIAS NATURALES

**Actividad N°4 "Una merienda muy Divertida"**

**Dimensión:** Ambiente Natural y Socio Cultural

**Ámbito:** Ambiente Natural

Comenzamos recordando en familia la importancia de la incorporación de frutas a nuestra alimentación, luego los papás podrán seleccionar las frutas que a los pequeños les gusta más y aquellas que no tanto, y así poder realizar en un divertido plato de animales con la ayuda de los pequeños. Otra opción muy divertida es realizar brochet de frutas, solo necesitamos palitos de brochet y con ayuda de un adulto realizar ésta divertida actividad. Finalmente disfrutamos de una divertida merienda en familia.



**Área Curricular:** Música **Profesora:** Mirna Castro **Actividad N° 1**

Escuchar la canción: "Hormiguita" <https://www.youtube.com/watch?v=PAKL5bO1gwg>

Respondemos: ¿Qué hace la hormiguita? Vamos al patio de casa y buscamos alguna hormiguita y observamos que hace: ¿de dónde sale y a dónde va?

**Actividad N°5 "Pizza de vegetales"**

**Dimensión:** Ambiente Natural y Socio Cultural

**Ámbito:** Ambiente Natural

Hoy conoceremos la importancia de las verduras, para ello aprenderemos más de la mano de nuestro amigo Plim Plim. <https://youtu.be/80TcorR5vik> Luego mamá les preguntará ¿Qué pasó con la masa de los chicos?, ¿Cuáles son los pasos para hacer una pizza de vegetales deliciosa? Hacemos una pizza con ayuda de mamá que tendrá adelantados los pasos previos al armado de la misma, antes no se olviden de lavarse las manos ¡A disfrutar de esta deliciosa comida!

**Área Curricular:** Artes Visuales Plástica **Profesora:** Marambio Virginia **Actividad N°1**

**INICIACIÓN:** Se invitará a los alumnos a observar la obra de arte Composición VIII de Wasily Kandinsky. Los pequeños distinguirán las diferentes formas, colores y líneas de la obra y comenzarán a identificar las figuras geométricas. **DESARROLLO:** Buscaremos tapitas de gaseosa, u bowl o platos redondo, o cuadrado, también podemos utilizar la boca de un vaso, pinceles, y pinturas de diferentes colores. También se puede utilizar el negro. Los alumnos recrearán la obra usando los objetos nombrados como sellos y con los pinceles pintarán líneas de diferentes grosores y direcciones. Pondremos la pintura en un plato y sumergiremos nuestra tapita en la pintura, apoyándolo luego en una hoja blanca. En la hoja

AREA CURRICULAR: CIENCIAS NATURALES

quedará pintada la forma circular, y el niño podrá elegir lugar y color de sus formas, al igual que las líneas. CIERRE: ¿Qué figuras podemos encontrar en nuestra obra? ¿Recuerdan sus nombres? ¿Podemos nombrar algún objeto que se encuentre en casa que parezca un círculo? ¿Y un cuadrado? ¿Te gustó la actividad?



**Actividad N°6 "Un Yogurt personalizado"**

Dimensión: Ambiente Natural y Socio Cultural

Ámbito: Ambiente Natural

Para esta actividad necesitaremos conocer sobre la importancia de la leche y que podemos obtener de ella (yogurt etc.), ¿Cuál es el ingrediente principal?, ¿Cómo se hace? ¿Cuál es nuestro sabor favorito? ¿Sabemos cómo se hace un yogurt? ¿Conocemos su ingrediente principal?. Proponemos merendar el yogurt del sabor preferido, pero antes nos lavaremos bien las manos y decoraremos con cereales que tengamos en casa, un plato como más nos guste, podemos formar caritas contentas, (sí tenemos cereales redondos de esos que tienen el círculo en el centro podemos jugar a encastrarlo en palitos de brochets,) etc. Finalmente merendamos un delicioso yogurt con nuestros cereales favoritos.

**Actividad N°7 "Milanesas de carne o pollo"**

Dimensión: Ambiente Natural y Socio Cultural

Ámbito: Ambiente Natural

Hoy seremos chef de nuestra casa, para ello necesitamos un delantal, le pedimos a mamá que con un recorte de cualquier tela o papel que tenga en casa confeccione un delantal al pequeño, podemos decorarlo como más nos guste junto a los chicos, a continuación, cocinaremos junto a mamá unas deliciosas milanesas, de carne o pollo, mamá podrá nombrar y enseñar los ingredientes que necesitamos, y los pequeños podrán ayudar a pasar la milanesa por pan rallado, podemos hacerlas al horno para que los chicos observen su cocción, siempre con la supervisión de un adulto. Finalmente ayudamos con la preparación de la mesa y almorzamos en familia.



**Actividad N°8 "Plato Nutricional"**

**Dimensión:** Ambiente Natural y Socio Cultural

**Ámbito:** Ambiente Natural

Para la siguiente actividad necesitaremos saber la importancia de un plato nutricional, para ello con ayuda de los padres el pequeño observará una imagen en la que pueda diferenciar las cantidades de alimentos saludables recomendables. Luego en una hoja dibujamos esos alimentos, en un plato dividido en tres partes, una de color verde dibujamos los vegetales, en la siguiente de color rojo dibujamos las proteínas, y en la de color marrón los carbohidratos. Finalmente podemos preparar con ayuda de mamá y nuestro delantal, confeccionado anteriormente, un plato en el que incorporemos estos tres colores de alimentos. A disfrutarlo.



**Actividad N°9 "La gallina Co co co cocinera"**

**Dimensión:** Ambiente Natural y Socio Cultural

**Ámbito:** Ambiente natural - Música

Hoy veremos el video <https://www.youtube.com/watch?v=ImDYTyADk5c>. Bailamos y nos divertimos al ritmo de la canción. Finalmente buscamos piedras con mamá y pintamos las mismas simulando que sean huevos de nuestra amiga la Gallina Cocinera.

**Área Curricular:** Artes Visuales Plástica **Profesora:** Marambio Virginia **Actividad N°2**

**INICIACIÓN:** Buscaremos en casa revistas o libros viejos que tengan dibujos, animales, figuras humanas, etc. Elegiremos una imagen bonita y la recortaremos.

**DESARROLLO:** Una vez recortada la imagen, que puede ser, un rostro, una casita, un animal, un sol, una mesa, etc; la pegaremos sobre la hoja, y terminaremos de dibujar una escena en el espacio en blanco de la hoja. Si elegimos un rostro, podemos completar la figura humana por ejemplo. Podemos recortar y pegar la cantidad que deseemos, pero debemos completar la hoja con dibujos.

**CIERRE:** Junto con nuestra familia podemos crear una breve historia en base a nuestro dibujo. Podemos anotarla detrás de la hoja.

Directora: Lic. Barrera Noemí