

## **Escuela Marcelino Guardiola \_Sala de 4 años \_ Áreas integradas**

Escuela: Marcelino Guardiola

Nivel Inicial: Salas de 4 años

Guía N°:8

Docentes: Torres, Valeria y Núñez, Carina.

Turno: tarde

Título de la propuesta: LOS ALIMENTOS

Capacidad: Comunicación

Aprender a aprender

### Selección de contenidos:

Dimensión Personal y Social-Ámbito Autonomía. Cuidado de sí mismo. Adquisición progresiva de hábitos y actitudes de higiene y salud.

Dimensión Natural y sociocultural: Ámbito Natural- El cuerpo humano, sus cuidados. Nutrición: Alimentación saludable. Aproximación a determinadas normas que se elaboran para cuidar la salud de la población.

Valoración del cuidado de la salud y el ambiente.

Dimensión Comunicativa y artística:

Ámbito- Literatura infantil:

Ámbito Lenguaje: Oralidad-Conversación con interlocutores. Escucha de consignas de trabajo. Escucha y habla atenta.

Instrucciones.

Relatar lo que se ha observado o escuchado.

Relacionar lo que se escucha con las propias experiencias.

Escuchar a los adultos por períodos cada vez más largos.

Iniciación a la lectura: portadores de textos- folletos.

Ámbito- Plástica: Collage utilización de frutas y verduras para tintas.

### Actividades 22 de Junio al 03 de Julio

#### Actividades cotidianas

\*Desayuno y merienda

\*Lavado de manos

\*Relatar hechos de la vida cotidiana

\* Vestirse solito.

\*Ayudar a colocar los utensilios en la mesa.

## Escuela Marcelino Guardiola \_Sala de 4 años \_ Áreas integradas

### Actividad N°1 Lunes 22/06

Indagar sobre los saberes previos del niño/a acerca de los alimentos con el adulto que lo acompañe. ¿Qué son los alimentos?, ¿Qué alimentos consumen? ¿En qué momentos se alimentan?, ¿Por qué/Para qué nos alimentamos? ¿Qué alimentos le gustan más?

¿Qué nos pasa si no comemos bien?

¿Qué alimentos son importantes para crecer sanos?

Dibujo "mi comida preferida"

### Actividad N°2 Martes 23/06

Cuento: no quiero verduras <https://www.youtube.com/watch?v=vbpkvTvghvl>

Conversar con la familia sobre la importancia de los alimentos y una buena alimentación diaria.

🌈 Educación Física-Contenido: Orientación en el espacio. Objetos en el espacio y en el tiempo. El espacio que ocupa el propio cuerpo y el espacio próximo. Habilidades coordinativas: saltos

Materiales a utilizar: cinta de papel, tiza, soga o lo que encuentren en casa para realizar una escalera de 10 cuadrados de 20x20 cm cada uno. (También pueden hacerlo en la tierra dibujando con un palito o si tienen un piso con baldosas pueden contar 10 y marcarlas)



Actividad:

- 1- Se colocan en un extremo y deben caminar pasando por la escalera con un pie en cada cuadrado.
- 2- Debe pasar trotando por encima de la escalera, apoyando un pie en cada cuadrado.
- 3- Se colocan en un extremo y saltan con dos pies juntos de un cuadrado al siguiente.
- 4- Se ubican en un extremo de la escalera y realizan saltos con dos pies juntos, dos saltos para adelante y un salto para atrás, hasta completar la escalera.
- 5- Por último saltarán hacia adentro del primer cuadrado con los dos pies juntos y al segundo cuadrado saltarán separando las piernas por fuera del mismo, y así sucesivamente hasta finalizar. Secuencia de salto cerrado-abierto-cerrado-abierto, etc.

\*todos los ejercicios deben ser de ida y vuelta por la escalera.

### Actividad N°3 Miércoles 24/06

Escuchar la canción: las comidas del día

<https://www.youtube.com/watch?v=aQwF9wCWAMo>

## **Escuela Marcelino Guardiola \_Sala de 4 años \_ Áreas integradas**

El/la pequeño/a debe nombrar, con ayuda de un familiar, y dibujar qué alimentos comen en el desayuno, almuerzo, merienda y cena. En una misma hoja dividirla en cuatro para realizar las cuatro comidas.

🎵 Música: Contenidos Producción: Textura Musical- Canto.

Para trabajar en la hora de Música!

Escuchar con atención la canción en mp3 enviada por la señorita.

Un grillito en mi bolsillo

Marca el tiempo de la canción ¿Qué ocurre? en algunas partes hay que esperar porque la música para un poquito (esto se llama en música rullentando).

¿Qué instrumento toca el grillito de la canción? ¿Cómo se toma el violín para tocarlo? compara la postura del violinista y la del guitarrista.

El violín es un cordófono, o sea un instrumento de cuerda. Busca en revistas violines y otros cordofonos (o sea instrumentos de cuerda) y compáralos.

Actividad: N°4 Jueves 25/06

Buscar y observar en la alacena casa y también en revistas, luego recortar y pegar en una hoja alimentos para armar un supermercado.

Actividad N°5 Viernes 26/06

Jugar con adivinanzas de frutas y verduras. Memorizar la que más le guste.

Fui a la feria

compré una bella

llegué a la casa

y me puse a llorar con ella. (Cebolla)

Blanca por dentro y roja por fuera, ¿qué es? (La manzana)

Blanco es,

la gallina lo pone,

con aceite se fríe

y con pan se come. (El huevo)

Oro no es,

plata no es,

abre la cortina

y veras lo que es. (El plátano que es banana).

Actividad N°6 Lunes 29/06.

Plástica

Dibujar con lápiz libremente y luego con ayuda de mamá realizar colorante natural para

## **Escuela Marcelino Guardiola \_Sala de 4 años \_ Áreas integradas**

pintar (rallar una remolacha, exprimir el limón, preparar café o mate cocido). Realizar una bella expresión plástica.

### Actividad N°7 Martes 30/06

Comentar en familia los hábitos alimenticios como por ejemplo, asearnos y sentarnos para disfrutar de la comida, conocer la importancia del consumo de las frutas para nuestra alimentación, normas correctas para comer en la mesa (así como el manejo adecuado de los cubiertos).

Luego elaborar consejos a tener en cuenta antes de comer, comprar alimentos, lavar las frutas, verduras (dictado con dibujos del niño/a al adulto). Sacar foto para ser enviado a la señorita.

### Educación Física

Van a utilizar la misma escalerita de la actividad anterior.

El alumno se va a colocar en un extremo de la escalera y en la mano va a tener una pelota de trapo o de papel. Para comenzar van a tirar la pelotita al tercer cuadrado de la escalera y debe ir saltando con dos pies juntos buscar la pelota y regresar a la posición inicial, así sucesivamente hasta completar toda la escalera. Primero con un pie y luego con el otro.

“Como cierre todos los integrantes de la familia pueden jugar a la rayuela.”

### Actividad N°8 Miércoles 01/07

Conocer la rueda alimentaria para identificar los alimentos clasificados en cada sector. Se asociará el tamaño de cada grupo de alimentos a la cantidad de consumo diario. Luego recortar alimentos de revistas para hacer su propia rueda.



✚ Música:

Escucha nuevamente la canción Un grilito en mi bolsillo.

Canta y cambia grilito por otro que te guste.

Pensamos rimas graciosas para otros insectos. Tal vez enlazando las rimas quede formada una poesía divertida.

Ejemplo: Conocí a un piojo que usaba anteojos  
y a un escarabajo que perdió el trabajo  
y una pobre abeja que estaba muy vieja  
y a su gran amiga que era la hormiga.

Diviértete, canta el grilito y recita la poesía divertida que creaste con otros Bichos.

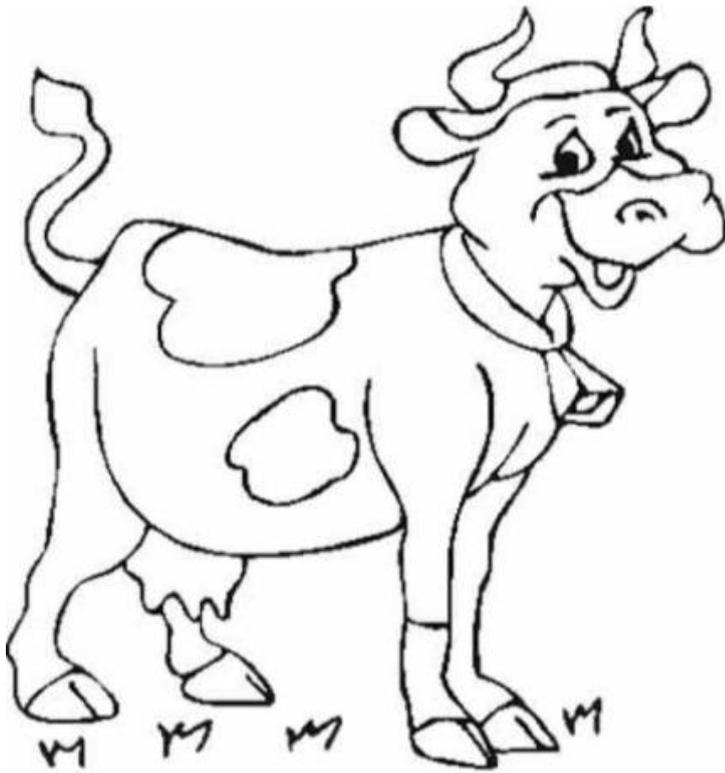
Actividad N°9 Jueves 02/07

Mamá podrá conseguir folletos de supermercados ¿Qué se observa en ellos? ¿Hay imágenes? ¿Hay algo escrito, qué dirá? ¿Hay alimentos sanos y los que no lo son? Luego clasificar, recortar de dicho folleto y pegar en una hoja los alimentos según si se comen crudos o cocidos, dulces o salados, los que se conservan en la heladera y los que se conservan en la alacena.

Actividad N°10 Viernes 03/07

Escuchar la canción Señora vaca <https://www.youtube.com/watch?v=jjXafQKFY28>

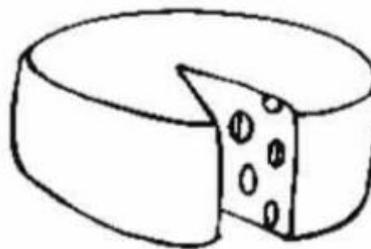
Conocer los alimentos que da la Señora vaca que son de origen animal. Jugar recortando, asociando y pegando.



Alimentos  
derivados  
de la  
**Vaca**



mantequilla



queso



carne



---

Equipo de conducción: Directora Prof. Mariela Orihuela.

Vice directora Prof. Liliana Morandi