

GUÍA PEDAGÓGICA N° 14

**ESCUELA:** Pedro Álvarez, Pedro de Valdivia y Carlos Vergara

**DOCENTE RESPONSABLES:** Nora Alive, Viviana Pérez, Griselda Olivares y Silvia Almonacid

**PROFESORES DE AREAS ESPECIALES:** Patricia Ortega .Brian Becerra y Nicolás Bisignano

**SALA:** 5 años

**TURNO:** Mañana y tarde.

**AREAS INTEGRADAS**

**TITULO:** Alimentación Saludable \_Cuaderno inicial

**CAPACIDADES**

- Comunicación
- Aprender con otros .trabajo en familia

**CONTENIDOS SELECCIONADOS:**

- El reconocimiento del propio nombre y otras palabras significativas.
- Recitado de la sucesión ordenada de números
- El cuerpo humano y la salud.
- Signos del lenguaje plástico visual color-texturas
- El cuerpo como productor de sonidos. Ritmo de contextos métrico.
- El cuerpo global y segmentario.

## **PROPUESTAS DE ACTIVIDADES**

### **Actividad n°1**

Con la ayuda de mama que nos facilitara algunos fideos huecos, enhebraremos los

Mismos con un sorbete ,esta actividad nos ayudara a agilizar nuestras manitos para realizar luego los trabajos en el cuaderno .como así también reafirmar la autonomía que es tan importante.

Observamos la imagen a continuación



### **Actividad n°2**

- El niño observara el video <https://youtu.be/QeXzKg95H8c> enviado por la docente, luego dialogara con un adulto mayor sobre ¿Qué es un alimento?¿porque los alimentos realizan tres trabajos en nuestro cuerpo?¿cuáles son ?¿qué pasa si nos alimentamos mal?¿cuáles son los alimentos que debemos consumir en el día y cuáles no?¿ qué es un buen desayuno?¿porque es importante el agua en nuestro cuerpo



### Actividad n°3

Con la ayuda de un adulto mayor el alumno confeccionara el plato saludable de alimentos con materiales que tiene en casa, como lo muestra la imagen, recortando de **diferentes revistas lo que** corresponde de acuerdo a la clasificación: frutas-grasas, cereales-lácteos, verduras y carnes. Luego se confeccionarán pequeños carteles en imprenta mayúscula escritos por el alumno para identificar la clasificación. Después reconocerá qué le hace bien, qué debe comer y qué le hace mal si lo come en exceso. La clasificación puede modelar con masa de sal o dibujarlos y luego pintarlos.

Material: Tubo de papel higiénico o servilleta (podrás utilizar algún trozo de cartón

- Blando, cartulina de no disponer lo anterior). Palo de escoba, secador (que el niño pueda alcanzar). Piedras de tamaño pequeño

## **AREA ARTES VISUALES**

### **Actividad n°:4**

- En esta guía te invito a que tiñas telas de algodón, lino, seda o lanas blancas, usando verduras de la siguiente manera. Con ayuda de un mayor, arrugar la tela elegida( 15 cm x 15 cm aproximadamente. queda como un chorizo) y atarla con un piolín. Sumergirla en un recipiente con tinte y después de dos horas, sacarlas con un tenedor y dejarla secar. Por

ultimo abrirla y listo. Guarda tu telita teñida en una bolsita para que después la veamos.

Como fabricar colores: con ayuda de un mayor, hacer hervir las verduras en una cacerola con agua y una cucharadita de sal, según el color elegido. Ejemplo: para el rosado con pétalos de rosa, marrón con café, rojo con remolachas, entre otros.



ATADO



TEÑIDO



RESULTADO

### **Actividad n°5**

En esta actividad, deberás pintar con los distintos colores que lograste con las verduras. Sobre tu hoja blanca dibuja variedades de flores (grandes) que veas en tu jardín o en otros. Usa un cotonete o un palito con un algodón atado en la punta (como si fuera un pincel), para que tu trazo sea más preciso. ¡¡Muchos cariños y que salga hermoso!!

La clasificación puede modelar con masa de sal o dibujarlos y luego pintarlos.

Material: Tubo de papel higiénico o servilleta (podrás utilizar algún trozo de cartón

Blando, cartulina de no disponer lo anterior). Palo de escoba, secador (que el niño pueda alcanzar). Piedras de tamaño pequeño.

## **AREA EDUCACION FISICA**

### **Actividad n°6**

Esta actividad es para realizarla en familia pueden participar cuantas personas hayan en casa, todos necesitarán un tubo de papel. El niño y quienes lo acompañen, frotarán con los ojos cerrados el tubo por las diferentes partes de su cuerpo (cabeza, brazos, manos, tronco, piernas, pies, rodillas codos y muñecas). Luego el niño repetirá, pero sobre el cuerpo de la mamá. Identificando cada una de las partes antes mencionadas (un adulto guiará). Posteriormente deben observar a través del elemento el cuerpo de mamá, papá y quienes acompañen en la actividad, ¿Quién se anima a nombrar las partes del cuerpo que observan?, color de cabello, como es su nariz, color de piel, como son las manos y color de ojos. Luego mamá lo hará con ustedes. Nombramos las partes del cuerpo que vemos arriba y luego abajo.

Juego para embocar: podrás utilizar los tubos de servilletas. Con cinta adherirlos a diferentes alturas, adecuadas para el niño. Buscarás piedras de tamaño pequeño, para que el niño pueda arrojar por los diferentes tubos. Pueden variar las distancias para hacerlo (delimitar el espacio ej. Con dos o tres zapatos formar una línea, que no deberán superar).

### **Actividad n°7**

Trabajo con el tubo de servilleta: preguntamos a los chicos, ¿Qué utilidad se le dio al tubo la vez anterior? Hablar a través del elemento en primer lugar lo hace el niño, luego acompañan. Puedo decir el nombre de mamá, papá, hermano/os, mascota, todas las opciones que tengan. Griten fuerte su nombre dentro de la habitación y en el fondo de casa. Que expresen como se escucha en ambos lugares. Variar entre gritos de alegría, gritos de tristeza, gritos de enojado. Y elegir cuál de todos se escucha más fuerte. Hacemos un recorrido con los tubos (ubicarlos separados en fila). Pasar por arriba, sin tocar los tubos. Hacer zig.- zag por entre los tubos. Saltar sin tocarlos. Saltar el elemento, utilizando un pie y posterior el otro. Saltar con los dos pies juntos. Saltar un tubo con un pie y el siguiente con dos. Cambiar la forma (círculo) y repetir lo anterior. Una vez aprendido el recorrido, probar hacerlo más rápido y luego de forma lenta. Preguntar a al niño/a ¿Qué le pasa a su cuerpo cuándo lo hace rápido y cuándo lo hace lento?

## **LLEGO EL MOMENTO DE TRABAJAR, APRENDER Y DIVERTIRNOS EN EL CUADERNO INICIAL**

El cuaderno en el Nivel Inicial puede ser la puerta que permite a los niños iniciarse en el universo de guardar memoria de lo valioso y significativo que es en los primeros años de su edad escolar.

El uso del cuaderno le permite al niño familiarizarse con este portador de texto, reconoce el modo de abrirlo, colocarle una etiqueta para diferenciarlo del resto comprender la organización espacial de la hoja, el ordenamiento de izquierda a derecha y de arriba hacia abajo que requiere la escritura a su vez, su lectura promueve diversas experiencias que en la medida que el niño lo utilice manipule

deforma continua, ira aprendiendo los procedimientos que lo acercan al uso apropiado que la escuela primaria requieren relación con los cuidados de orden y prolijidad.

## **ACTIVIDADES DEL CUADERNO INICIAL**

### **PRIMERA SEMANA**

#### 1-ESTE SOY YO.

En esta página n°1 nos dibujar utilizando el lápiz negro tu cuerpo, repasamos la canción Voy a dibujar mi cuerpo, comenzando por la cabeza bajamos está el cuello, los dos brazos, las manos, luego el tronco las dos piernas y por último los pies .No se olviden de la carita las orejas, el cabello y si nos equivocamos podemos borrar con la goma y cuando esté listo pintamos bien bonito con lápices de colores .Podemos agregar pasto, sol, flores, podes escribe tu nombre

#### 2\_DIBUJO MI SEÑO Y YO.

En la página n°2 de la misma manera que dibujaste tu cuerpo, dibuja el cuerpo de la seño por supuesto con dimensiones más grandes .agregar detalles y escribe tu nombre

### **SEGUNDA SEMANA**

#### 3\_BUSCO RECORTO Y PEGO LAS LETRAS QUE FORMAN MI NOMBRE.

Busca con ayuda de un adulto revistas, diarios ,folletos, las letras de mi nombre en imprenta mayúscula ,las recorto , y pego formando tu nombre .

#### 4-DIBUJO Y LUEGO ESCRIBO LAS CUATRO COMIDAS NECESARIAS PARA UN CUERPO SALUDABLE **DESAYUNO ALMUERZO MERIENDA Y CENA**

Con la ayuda de un adulto divido la hoja en cuatro cuadros iguales, luego escribo en IMPRENTA MAYÚSCULA como puedas y dibujo las cuatro comidas preferidas para un cuerpo saludable:

### **Actividad n°8**

**Leer el cuento “ALIMENTOS” a los niños**, (enviado por Whatsapp) escuchar con atención, luego re narrar el mismo a la familia. ¿De qué nos habla el cuento?, ¿que dejo de comer Ana?, ¿Por qué se enfermó Ana? ¿Cómo se llamaba la ciudad donde encontraron la cura? ¿Qué le enseñó Sofía?, ¿en que convirtió su jardín Ana?, ¿Qué aprendió Ana? Escribir el título del cuento y la palabra FRUTAS Y VERDURAS.

### Alimentos

Había una vez, una niña llamada Ana, ella era hija de unos reyes en el país de las maravillas, pero Ana a medida que crecía era más rebelde con sus padres, un día decidió dejar de comer frutas y verduras, sus padres le insistían que las comiera pero ella nunca les hizo caso, hasta que se enfermó gravemente, no encontraban cura para esta enfermedad.

Un campesino le comentó a los reyes que en un país cercano llamado Villa Salud tenían la solución para esta enfermedad, pero tenían que dejarla viviendo allí una semana, los reyes no vieron otra solución que enviarla a Villa Salud, cuando Ana llegó se dio cuenta que los árboles tenían frutas, que los jardines estaban llenos de hortalizas y verduras, el alcalde la hospedó en su casa donde conoció a Sofía una hija del alcalde, Sofía le enseñó durante la semana varios trucos que solo las frutas y verduras podían lograr, estas dejan la piel limpia y bonita, nunca nos enfermamos porque nos dan anticuerpos, nos dan energía para jugar mucho tiempo, Ana creía que todo esto era mentira, pero empezó a comerlas para saber si era verdad, vio de un momento a otro como su piel era suave y como jugaba sin cansarse durante mucho tiempo, -Ohh Sofía tienes la razón las frutas y verduras son unos de los alimentos más importantes, mira ahora soy más linda y puedo jugar con mucho más ánimo- dijo Ana, pasada ya la semana regresó al país de las maravillas, y contó a sus padres lo maravilloso que era comer sanamente, tanto así que decidió convertir su jardín en una huerta de vegetales, y sembrar árboles de frutas en su escuela para que todos aprendieran lo bueno que es comerlas.



### Actividad n°9

**Jugar con palabras cortas y largas realizando palmadas:** Mostrar y leer a los chicos en imprenta mayúscula palabras de frutas y verduras, luego hacer palmadas ejemplo: MANZANA (MAN-ZA-NA). AJO (A-JO) agregar más imágenes. Y así sucesivamente, luego observar cuáles son cortas y cuáles más largas.



### AREA MUSICA

#### Actividad 10

- Observar con atención el video enviado por el docente a través de Whatsapp, y seguir las indicaciones del mismo.
- Marcar el pulso con los pies, primero una pierna, luego la otra pierna, y a continuación solo con las manos (palmas).
- Ver e imitar la rítmica corporal propuesta, empezando con un pie, luego el otro, y al final un aplauso. Realizar el ejercicio de rítmica corporal junto con el tema musical y...! A divertirse!

### **Actividad 11**

- Mirar con atención el video “El baile de la ensalada” enviado por el docente a través de Whatsapp.
- Marcar el pulso con los pies, primero uno, luego el otro, también con sus manos o con palmas en los muslos.
- Imitar los movimientos corporales que propone la canción “El baile de la ensalada”.

### **Actividad n°12**

#### **¿Salimos a comer?**

Luego de ver el video de Pocoyo que la docente enviara vía Whatsapp en hojas blancas pinto, dibujo y escribo el menú que pidió Pato siguiendo la serie ordenada de números hasta al 10.

Por ejemplo



### **Actividad n°13**

#### **Juego "A tomar la Sopa"**

##### **Material:**

- ✓ Una cacerola de mamá.
- ✓ Un dado.
- ✓ 2 o más participantes.
- ✓ Fideos cantidad necesaria.

Por turnos, tiran el dado y retiran de la cacerola, tantos fideos como indica el dado. Gana el que acumuló más fideos. Variante: Retiran de la cacerola, antes de comenzar, 10 o 20 fideos. Tiran el dado y sacan de su plato tantos fideos como indica el mismo

Directora: Prof.: Érica Fernández