

CUE: 700111200_JINZ Nº 55 Guía Nº16

Nivel Inicial: Salas de 3 y 4 años

Turno: mañana y tarde

DOCENTES RESPONSABLES: AGÜERO CLAUDIA, ALANIZ SILVIA, CONTRERAS CLAUDIA, CORDOBA CLAUDIA, ROSAS LAURA Y VIEYRA NADIA.

DOCENTES DE ESPECIALIDADES: ARAYA CELIA, MOLES SIGRID, OVIEDO FABIOLA

DOCENTES RESIDENTES: ARBO NATALIA, ZARATE FERNANDA.

Título de la Propuesta: “Alimentación Saludable”

Duración: 02 /11 hasta el 13 /11

CONTENIDOS PRIORIZADOS

DIMENSIÓN FORMACION PERSONAL Y SOCIAL Interacción Social.

DIMENSIÓN NATURAL Y SOCIAL. Ámbito: Natural. -Nutrición: Cómo alimentarse sanamente.

DIMENSIÓN COMUNICATIVA Y ARTÍSTICA. Ámbito: Literatura Infantil. Escucha y disfrute de textos literarios de transmisión oral.

Dibujo. Pintura. Collage.

DIMENSIÓN TRANSVERSAL: Juego de construcción.

-GUÍA PEDAGÓGICA Nº 16

DIA 1

Educación Plástica ACTIVIDAD 1:

Del 2 al 6 de noviembre celebramos ¡¡LA SEMANA DE LAS ARTES!!

¡Sácale fotitos a los trabajos de PLÁSTICA realizados que más te gusten y envíalos a la Señal!



ACTIVIDAD 1: ENCONTRANDO LAS DIFERENCIAS Y PARECIDOS: A continuación veremos dos imágenes de obras de artistas. Una es de **Marta Mamujan**, quien ya conocimos en guías anteriores y la otra de **Giuseppe Arcimboldo**, un pintor italiano, nacido en 1527 ¡Hacen casi 500 años!



Esta obra se llama, *Lobo de mar*, fue una de las principales atracciones del Museo de Arte Contemporáneo de Mar del Plata, Argentina. Realizado en el 2014 en hierro y metal, recubierto por 80.000 envoltorios de alfajores Havanna, una empresa muy importante de la ciudad. El "animal" después de un mes, fue acostado y el público tuvo la oportunidad de retirar los envoltorios de los alfajores Havanna, que podían ser canjeados por uno real en cualquier sucursal de la empresa en el mundo.



Esta obra se llama *Otoño*, fue realizada en 1573, este artista fue conocido sobre todo por sus representaciones del rostro humano a partir de flores, frutas, plantas, animales u objetos, colocados de tal manera que todo el conjunto tenía un parecido con la persona a quien retrataba.

Observa y responde: - ¿Cuál de estas dos obras realizó Arcimboldo? ¿Cuál habrá realizado Marta Minujin? - ¿Son pinturas? - ¿cuál de las obras te parece que puede ser una escultura e instalación?- ¿Están realizadas en los mismos años?- ¿Podemos observar lo mismo en las dos obras? - ¿Qué alimentos observamos? - ¿cuáles te parecen más saludables para comer todos los días?

- ♥ **OBSERVAMOS EL SIGUIENTE VÍDEO:** Nos ubicamos en un rincón cómodo de la casa y observamos el siguiente vídeo <https://www.youtube.com/watch?v=FUBpTGB2zO4> (Alimentación saludable para Nivel Inicial)
- ♥ Luego de ver el video respondemos ¿Qué alimentos consumimos?, ¿Por qué y para qué nos alimentamos?, ¿Qué nos pasa si no comemos bien? ¿Qué alimentos nos gustan más?, ¿Qué alimentos son importantes para crecer sanos?

¡A ADIVINAR! Le pedimos a algún familiar que nos lea las siguientes adivinanzas.

Blanca por dentro,
verde por fuera. Si
quieres te lo digo,
espera.

(LA PERA)

Amarillo por fuera,
blanco por dentro,
tienes que pelarlo
para comerlo.

(FRUTILLA)

Una vieja
arrugadita que de
joven daba vino y
ahora es una frutita.

(LA PASA)

Con tomate y con
lechuga, en el plato
suelo estar; puedo ser
algo picante y a muchos
hago llorar.

(LA CEBOLLA)

Somos verdes y colaradas,
es famosa nuestra tarta
Y también puedes comerlos
sin que estemos cocinados.

(LA MANZANA)

Agrio es su sabor,
bastante dura su piel
y si lo quieres tomar,
tendrás que estrujarlo
bien

DÍA 2

Área Curricular: Música Actividad 1

-Canción: “Fui al mercado”. Me leen y canto la letra de la canción:

FUI AL MERCADO A COMPRAR CAFÉ, Y UNA HORMIGUITA SE SUBIÓ A MI PIÉ

Y YO SACUDÍA, SACUDÍA, SACUDÍA, PERO LA HORMIGUITA ALLÍ SEGUÍA, SACUDÍA, SA SACUDÍA DIA OUUHH!

FUI AL MERCADO A COMPRAR FRUTILLA, Y UNA HORMIGUITA SE SUBIÓ A MI RODILLA

Y YO SACUDÍA, SACUDÍA, SACUDÍA Y LA HORMIGUITA ALLÍ SEGUÍA SACUDÍA, SA SACUDÍA DIA OUUHH!

FUI AL MERCADO A COMPRAR PALMITOS, Y UNA HORMIGUITA SE SUBIÓ A MI HOMBrito

Y YO LO SACUDÍA, SACUDÍA, SACUDÍA, Y LA HORMIGUITA NO SE IBA SACUDÍA, SA SACUDÍA DIA OUUHH!

FUI AL MERCADO A COMPRAR POMELO Y UNA HORMIGUITA SE SUBIÓ A MI PELO

Y YO SACUDÍA, SACUDÍA, SACUDÍA, PERO LA HORMIGUITA AHÍ SEGUÍA SACUDÍA, AHI SACUDÍA AAHHHIII

FUI AL MERCADO A COMPRAR PAPAS FRITAS Y UNA HORMIGUITA SE SUBIÓ EN MI COLITA

Y YO SACUDÍA, SACUDÍA, SACUDÍA PERO LA HORMIGUITA NO SE IBA SACUDÍA, SA SACUDÍA DIA OUUHH!

FUI AL MERCADO A COMPRAR PESCADO Y UNA HORMIGUITA SE SUBIÓ A MI MANO

Y YO SACUDÍA, SACUDÍA, SACUDÍA PERO LA HORMIGUITA ALLÍ SEGUÍA SACUDÍA, SA SACUDÍA DIA OUUHH!

FUI AL MERCADO A COMPRAR DE TODO, Y UNA HORMIGUITA SE SUBIÓ A MI CODO

Y YO SACUDÍA, SACUDÍA, SACUDÍA PERO LA HORMIGUITA ALLÍ SEGUÍA SACUDÍA, SA SACUDÍA DIA OUUHH!

Y CUANDO VOLVÍ DE AQUEL MERCADO, TODAS LAS HORMIGAS ME ACOMPAÑARON

Y YO SACUDÍA, SACUDÍA, SACUDÍA Y LAS HORMIGUITAS SE DIVERTÍAN SACUDÍAN, SA SACUDÍA DÍA SACUDÍA OUUHHH!

-Visita el link: <https://www.youtube.com/watch?v=-YLMgR82cHo>

-Baila al ritmo de la canción proponiendo movimientos creativos para mover las partes del cuerpo por donde sube la hormiguita: pié, rodilla, hombro, pelo, colita, mano, codo, todo el cuerpo.

-OBSERVAMOS CON ATENCIÓN EL SIGUIENTE VIDEO
<https://youtu.be/L09hgZMHVGg> (Mezcla tu sabor, Plim Plim).

Charlamos en familia ¿Para qué hay que alimentarse? ¿Cómo son los frutos que nos ayudan a crecer? ¿Qué hacen los frutos de colores? ¿Qué podemos mezclar como la paleta de un pintor? Podemos acompañar con algún instrumento musical que tengamos en casa (también podemos utilizar cucharas, vasos de plástico, tarritos, palos de madera etc. que nos ayuden a producir sonido).



Compartimos el trabajo realizado en el grupo de Whastapp por medio de una foto.

DIA 3

OBSERVAMOS DETENIDAMENTE EL SEMAFORO DE LA ALIMENTACION y analizamos que cada uno de los alimentos.



- ❖ Observamos detenidamente el semáforo de la alimentación.
- ❖ El primer círculo de arriba me indica los alimentos que ingerimos ocasionalmente.
- ❖ El segundo círculo del medio me indica los alimentos que ingerimos a veces.
- ❖ El tercer círculo de abajo me indica los alimentos que consumimos a menudo.
 - ▣ Dialogamos en familia que alimentos se consumen diariamente y cuáles son.
 - ▣ Los nombramos uno por uno.
 - ▣ Con ayuda de un adulto armamos nuestro semáforo de la alimentación y buscaremos en casa los alimentos y los

colocaremos en el círculo correspondiente que fueron nombrados anteriormente.

DIA 4

- 📍 Observamos con atención el video que nos envía la seño <https://youtu.be/ZmJW9UvtSGY>
- 📍 Conversamos en familia ¿Qué nos aportan los alimentos que comemos día a día? ¿A qué nos ayudan? ¿Cuáles son los alimentos que nos hacen bien?
- 📍 Buscamos en revistas, diarios o libros que tengamos en casa sin usar, alimentos saludables que nos hacen crecer, y comidas que hacen mal a nuestro cuerpo. Pedimos algún familiar una hoja y pegamos. Con su ayuda dibujamos una carita feliz para los alimentos saludables y una carita triste para las comidas que no hacen bien.

Área Curricular: Educación Física

Título: “Pim, pum, pam...a encestar!”.

- Contenido: “Habilidades motoras básicas de tipo manipulativo”

Entrada en calor: Deberán realizar movimientos articulares para entrar en calor cada parte del cuerpo y nombrar en voz alta cada una de ellas. Ej.: piernas, cintura, brazos, tobillos, etc.

ACTIVIDAD 1

Para realizar esta actividad necesitarán una pelota, si no tienen, pueden usar un bollito de papel, almohadón pequeño o cualquier elemento que se le parezca.

Realizar:

- Lanzamiento con 2 manos hacia adelante, de la pelota, bolsitas, almohadón, etc.; desde parados/as, sentados/as, acostados/as, arrodillados/as, cuclillas
- Lanzar, aplaudir y tomar nuevamente la pelota.
- Lanzar hacia arriba y recibo con 2 manos.
- Ídem, y recibo contra el pecho.
- Lanzar tocar el piso y luego tomar el elemento.
- Lo lanzar lejos y luego lo buscamos.
- Lanzar las pelotas, bolsitas, almohadón, hacia atrás por arriba de la cabeza.
- Lanzar la bolsita, pelota, por entre las piernas para atrás.
- Lanzar rodando la pelotita hacia adelante y hacia atrás.

Vuelta a la Calma: nos convertimos en un elástico y estiramos cada parte del cuerpo. Contamos hasta 10 mientras alongamos cada musculo.

¡Recordá lavarte bien las manos cuando termines de jugar!

DIA 5

- ❖ Buscamos un rincón cómodo de la casa y observamos las fotos que la seño mandó a través de Whatsapp donde prepara una comida saludable.
- ❖ En familia elaboramos una receta saludable de manera escrita y lo compartimos en el grupo de Whatsapp.

- ❖ Elegimos una de las recetas que compartieron las familias, la elaboramos en casa y compartimos lo realizado a través de fotos con el grupo del jardín...

DIA 6 PLÁSTICA ACTIVIDAD 2:

RETRATOS O AUTORRETRATOS CON FRUTAS Y VERDURAS. Buscaremos en revistas y catálogos de supermercados imágenes de frutas verduras y alimentos, para recortar. También podemos utilizar alimentos como cascaras de frutas y verduras o alimentos secos como arroz, lentejas, etc.



Sobre una hoja, dibujamos con lápiz, nuestro rostro o el de otra persona: ojitos, boca, nariz, orejas y pelos. Arriba del dibujito pegaremos todos los alimentos que encontramos (imágenes, cascaras, etc.) ¡Manos a la obra!

ACTIVIDAD 3 (5 o 6 de noviembre): SEMANA DE LAS ARTES

Observo el video de la Señora de Plástica y me caracterizo de mi artista o personaje de obras de arte que más me gustó. Luego le mando las fotos a mi seño.

ESCUCHAMOS EL CUENTO A TRAVES DE UN VIDEO QUE NOS ENVIA LA SEÑORA RESIDENTE “LA VERDULERIA DE DON MANOLO”

-Charlamos en familia ¿Cómo se llama el cuento? ¿Quiénes son los personajes? ¿Quién es Don Manolo? ¿Qué Vendía? ¿Para qué? ¿Cómo se sentía Don Manolo? ¿Porqué? ¿Y a las personas que les gustaba comer? ¿Qué les pasaba cuando comían comidas que no les hacía bien a su cuerpo? ¿Qué comenzaron hacer después de visitar al médico? ¿Cómo se sentía Don Manolo? ¿Por qué? ¿Los niños cómo crecían? ¿Ustedes comen frutas y verduras?

- ♥ Buscamos una hoja, la teñimos con un vegetal (que mamá cocine remolacha o acelga, y una vez frío el caldito pintar una hoja), cuando esté seco, podemos realizar un hermoso dibujo sobre la hoja, tratamos con ayuda de mamá escribir nuestro nombre propio.



DIA 7

🌀 JUGAMOS A “TE, CHOCOLATE CAFÉ”. ¿QUÉ ALIMENTO ES?

- 🌀 Con los ojos vendados, tratamos de adivinar qué **FRUTA** nos coloca mamá en la boca. ¿Es dulce? ¿Salada? ¿Qué será?
- 🌀 Comento a mamá cuáles son mis frutas preferidas.
- 🌀 Me dibujo comiendo mi fruta preferida.

Área Curricular: Música

Actividad 2-¡A BAILAR! Invitamos a bailar a los integrantes de la familia: - Formamos parejas de baile, inventamos una coreografía muy sencilla para bailar moviendo las partes que menciona la letra de la canción: “Fui al mercado”.

-Busca un pañuelo, tela, una cinta o porras y baila al ritmo de la canción: “Fui al Mercado”

-Saca fotos o filma parte de la coreo para tener de recuerdo.

DIA 8

- ✚ Para estar saludables, tenemos que realizar ejercicios con nuestro cuerpo.
- ✚ Pedimos que nos lean las rimas y hacemos lo que ellas nos indican.



DICE EL SEÑOR DON PATO QUE DESCANSEN UN RATO... Después de jugar y descansar, las manos tenemos que lavar

DIA 9**♥ JUEGO DE PISTAS**

Mamá, coloca en un recipiente **VERDURAS**. Sacaremos un alimento por vez, y mamá los describe hasta que cada niño adivine. Por ejemplo “es de color rojo, es redondo, siempre lo encontramos en la ensalada”, es el to..... y así continuamos el juego hasta que adivinemos todas las verduras..

- ❖ **ES HORA DE COCINAR** ayudamos mamá a preparar la ensalada.
- ❖ Si es ensalada de lechuga, ayudamos a trozar la lechuga con nuestras manitos.
- ❖ Mamá coloca los condimentos. ¡A DISFRUTAR!

DIA 10

DIALOGAMOS: ¿Qué sucede si no comemos, si comemos muchas golosinas, frituras etc.?

- ❖ Dibujamos lo que comemos en el desayuno, almuerzo, merienda y cena.
- ❖ Confeccionamos junto con nuestra familia un cuadro con las comidas preferidas de consumo diario. Teniendo en cuenta alimentos que son sanos y los que no lo son.
- ❖ Preparamos una merienda y compartimos en familia.

EDUCACIÓN FÍSICA

ACTIVIDAD 2

Deberán adornar una caja o balde para luego utilizarla. Pueden pintarla, decorarla, pegarle papelitos de colores, fideos, arroz o cualquier elemento que tengan en casa. Ejemplo:



Luego necesitarán una pelota, si no tienen, pueden utilizar cualquier elemento que se le parezca, como en la actividad pasada.

- Encestar la pelota largando con una mano, pararse cerca de la caja.
- Encestar con la otra mano.
- Separarse dos pasos hacia atrás y lanzar la pelota con una mano, luego con la otra, tratando de que caiga dentro.
- Separarse dos pasos más hacia atrás y lanzar con las dos manos juntas.
- Colocarse a un costado de la caja y encestar con una mano.
- Colocarse al otro lado y encestar con la otra mano.
- Flexionar piernas y brazos y luego estirar y encestar.

Juego: Colocar la caja contra una pared, luego trotar por todo el espacio. Cuando el adulto diga “congelado” el/la niño/a deberá dejar de moverse y desde el lugar en el que quedó, lanzar la pelota hacia la caja y tratar de encestar. Luego invertir los roles.

Vuelta a la Calma: nos convertimos en un elástico y estiramos cada parte del cuerpo. Contamos hasta 10 mientras elongamos cada musculo.

Cuando terminen de jugar deberán guardar la caja decorada para cuando volvamos al jardín. ¡Pueden compartir una foto con la seño!

¡Recordá lavarte bien las manos cuando termines de jugar!

¡A seguir cuidándonos en familia! 🍷

