

GUIA PEDAGÓGICA N°6

- ❖ Escuela de Nivel Inicial N° 2- PINKANTA-
- ❖ Docentes Turno Intermedio: Andrea Bolzonella - Daniela de Franceschi
- ❖ Docentes Turno Tarde: Marisol Espejo - Eugenia Saavedra
- ❖ Profesores de Especialidades: Paula Atencio - Cristina Abad- Emiliano Flores
- ❖ Nivel Inicial: Sala de 4 años
- ❖ Turno: Intermedio
- ❖ Área curricular: Ambiente Natural-Ambiente Social-Artes Visuales-Educación Física
- ❖ Título de la propuesta: “**Los alimentos que nos hacen crecer sanos**”

CONTENIDOS:

- El cuerpo humano y la salud: Cuidado de la salud bucal. Alimentación saludable.
- Identificación de cambios y permanencias en los trabajos a través del tiempo y en distintas comunidades.

ACTIVIDADES:

Propuesta Día 1:

- Recordar lo investigado anteriormente acerca de los alimentos que nos proporcionan los animales de la granja. Usar las siguientes preguntas: ¿Qué se obtiene de la gallina?, ¿Qué alimento proporciona la vaca?, ¿Qué otros productos derivados de la vaca recuerdan?, ¿Es importante la leche en la alimentación? Investigar en libros, folletos, internet ¿Por qué es importante la leche?, ¿Qué otros tipos de alimentos son importantes para nuestra salud? Por ejemplo: verduras (Lechuga, zapallo, papa, etc.), frutas (Manzana, pera, banana, etc.), carnes (Vaca, pollo, pescado), cereales. Conversar sobre los cuidados que hay que tener antes de consumir los alimentos como lavarnos las manos adecuadamente, lavar frutas y verduras, lavar utensilios a usar.

- Mirar el video que enviará la docente, de una Nutricionista que les contará cuáles son los alimentos saludables y los hábitos que se deben tener para una buena nutrición.

- **Educación Física - Docente:** Cristina Abad - Emiliano Flores

Título: “Moviendo el cuerpo en casa”

Contenido: Reconocimiento del propio cuerpo y sus posibilidades perceptivas, motrices y lúdicas. Diferentes formas de desplazamiento, y formas de salto. Reconocimiento de los lados del cuerpo y transporte de objetos.

1) Juego “Colores en movimiento”: El alumno deberá caminar por toda la casa y cuando un integrante de la familia nombre un color deberá ir trotando rápidamente a tocar algún elemento de casa del color nombrado. Ejemplo: Blanco tocará una pared de ese color, etc.

2) Necesitarán una bolsita de arena, almohadón pequeño o pelota de trapo. El alumno deberá transportarla por distintas zonas, desde la cocina al baño, desde el baño al patio, del patio al living y así a todos los lugares que dispongan en casa. Se transportará sobre la cabeza; con una mano; con la otra; con un pie y con el otro; con la espalda y con los codos.

3) Sentados en ronda, se preguntará al alumno si le gustaron las actividades, dejando que exprese sus sensaciones.

Propuesta Día 2:

- Recordar lo que contó la nutricionista en el video y observar las imágenes enviadas por la docente. Luego realizar algunas preguntas: ¿Qué alimentos pueden ver allí?, ¿Todos los alimentos son sanos?, ¿Qué es conveniente comer?, ¿Cuáles hacen bien al organismo?, ¿Y cuáles hacen mal? Realizar un registro escrito de las respuestas de los chicos (Puede ser en forma narrativa, en cuadro, etc.).

- Juego de pistas de alimentos: Buscar en casa diferentes frutas y verduras o utilizar las imágenes mandadas anteriormente por la docente. El juego consiste en que el adulto realice descripciones de algún alimento elegido y los chicos mediante las pistas otorgadas irán adivinando de cuál se trata. Por ejemplo: Es de color amarillo, rugoso al tacto, es ácido al robarlo... “es el limón”, etc.

Propuesta Día 3:

- ¿Dónde se compran las frutas y verduras? ¡Sí! En una verdulería. ¿Qué es una verdulería?, ¿Qué cosas hay en ella?, ¿Saben cómo se le llama a la persona que vende esos alimentos?, ¿Alguna vez acompañaron a sus padres a comprar?, ¿El verdulero pasa por casa o hay que ir hasta la verdulería?, ¿Dónde más podemos conseguir esos alimentos?, ¿Cuál es la fruta que más te gusta?, ¿Y qué verdura te gusta más?, etc.

- Los invitamos a realizar una receta con frutas o verduras. En familia preparar lo que deseen, por ejemplo: Brochette de frutas, ensaladas dulces o saladas, jugo, licuado, sopa de verduras, etc. El adulto deberá filmar al niño durante la realización de la receta seleccionada y compartirlo en el grupo o enviárselo a la docente.

- **Artes Plásticas - Docente:** Atencio Paula

Título: “LA COCINA DEL ARTE”

Contenido: Cita, experimentación con materiales y soportes diversos.

1. Citando a los grandes maestros del arte

La belleza de lo que comemos viene del gusto y del olfato; comparte con las artes visuales la vista, el tacto y el oído y al mismo tiempo muchas personas vivencian en un restaurante sensaciones similares a las que pueden experimentar en un museo.

El Artista cocina una obra, con sus ingredientes o materiales, sobre un plato / soporte y marco de su obra.

Propuesta: Buscar una reproducción de una obra de Arte que te llame la atención.

- Seleccionar imágenes simples.
- En una hoja de papel, con plasticola, con arroz seco, fideos, lentejas, yerba, café, etc.

reproducir la imagen.



Propuesta Día 4:

- La docente enviará el “**Cuento de las Frutas y verduras**” grabado por ella. Al finalizar se realizarán preguntas, por ejemplo: ¿Qué problema había? ¿Qué decían las verduras? ¿Qué respondieron las frutas? ¿Qué dijo la piña? ¿Y las demás frutas? ¿Cuánto demoraron en discutir?, ¿Qué dijo la niña al final?

- Ahora proponemos pensar y realizar una lista de frutas o verduras que pueden incorporar en el menú semanal. El adulto la escribe y los chicos la dibujan. Guardar en la caja para llevar al Jardín.

- **Educación Física - Docente:** Cristina Abad - Emiliano Flores

1) Iniciamos la actividad moviendo las articulaciones del tobillo, rodilla, cadera, muñecas y cabeza, luego a modo de juego el alumno deberá ir trotando a tocar a todos los integrantes (Papá, mamá, hermano, etc.). Los mismos deben escapar.

2) Armar una torre: El alumno deberá buscar elementos propios del espacio y ordenarlos de más grande a más pequeño. En un espacio utilizará solo la mano derecha para juntar los elementos, luego en otro espacio utilizará la otra mano (Izquierda), luego un pie y después el otro. Ejemplo: En la habitación, buscará con mano derecha una almohada, un zapato, un muñeco, un bolso, etc. y deberá ordenarlo de menor a mayor.

3) Realizar estiramientos, sentados en el piso con brazos estirados tomar aire por nariz, mantener y soltar por boca bajando los brazos hasta tocar la punta de los pies. (Repetir 2 o 3 veces el ejercicio).

Propuesta Día 5:

- Observar el siguiente video <https://www.youtube.com/watch?v=eeSMY-qKwj0> donde se podrá ver el proceso de cómo la manzana llega a la verdulería, desde que se cosecha. Conversar del largo proceso que implica, ¿Cómo se llama el lugar donde se encuentran?, ¿Quién selecciona las manzanas?, ¿Dónde las guarda?, ¿Cómo las transportan?, ¿Hasta dónde las llevan?, ¿Cuándo las sacan de las cajas, dónde las colocan?, ¿Cómo las trasladan de un lado a otro?, ¿Cómo las limpian?, ¿Qué pasa con las manzanas que no se ven tan ricas?, ¿Y con las que se ven muy ricas?, ¿Cuándo ya están listas donde las guardan? Finalmente, ¿Dónde las llevan los camiones?

- Ahora que conocen el modo de obtención de la manzana, les proponemos investigar cómo llega a la verdulería la fruta o verdura que más les gusta, observando si tienen un proceso similar.

Luego realizar un dibujo de la fruta o verdura que decidieron investigar y si se animan de todo el proceso que investigaron.

Propuesta Día 6:

- Elegir un sector de la casa y armar una verdulería allí, con elementos que tengan en su hogar, utilizar juguetes, bolsas de comprar, monederos, cajas para poner las frutas/verduras (Imágenes de revistas, enrollar medias o papeles y usarlas de “manzanas, naranjas, peras”). Los chicos deberán transformarse en “verduleros”, vendiendo los diferentes alimentos a familiares, realizando conteo para entregar lo que soliciten.

Propuesta Día 7:

- Jugar con adivinanzas de frutas y verduras. Se enviarán en mayor tamaño.





- **Educación Física - Docente:** Emiliano Flores - Cristina Abad

1) Juego Oso dormilón: Un integrante de la familia es el oso dormilón y los demás deben hacer ruido para despertarlo. Cuando éste despierte debe ir a atraparlos. El primer atrapado es el siguiente oso dormilón.

2) Un adulto marca un círculo en el piso (Con cinta papel, sogá, tiza, etc.). El niño se coloca dentro del círculo y realiza lo propuesto por el adulto: Salto con dos pies juntos. Giro. Salto y giro. Soy chiquito, soy gigante. Me acuesto boca abajo, boca arriba. Si me animo salto con un solo pie y luego con el otro. ¿De qué otra forma puedo saltar en el círculo?

3) Tomamos aire por nariz y comenzamos a inflar un globo imaginario hasta que se hace muy grande y se revienta. Lo repetimos varias veces. Mi globo es color verde. ¿Y el tuyo?

Propuesta Día 8:

- Conversar sobre cómo los alimentos sanos nos dan energía y nos permiten crecer con salud. Luego buscar fotos de alimentos en folletos o revistas, recortarlos, reconocer cuáles hacen bien y cuáles hacen mal si lo comemos en exceso.

- Dividir una hoja en la mitad y pegar las imágenes recortadas haciendo una clasificación de los alimentos que hacen bien (☺) y los que no hacen tan bien (☹). Al finalizar guardar el trabajo en la caja.

- **Artes Plásticas - Docente:** Atencio Paula



1. El alimento como obra

La artista Argentina Marta Minujín implementó el alimento en sus obras y durante la década de los setenta realizó una réplica del Obelisco porteño, de 36 metros de alto, recubierto con 10.000 paquetes de pan dulce, que luego distribuyó entre el público

Propuesta:

-Recordando la obra de la artista Argentina, en tu propio plato crea una imagen con tu comida, la lechuga, la zanahoria, el huevo, etc. Utiliza todos los colores de los alimentos que puedas.

-Lávate bien las manos para luego disfrutar de tu hermosa y deliciosa comida artística.

-Si puedes fotografía el plato y envíalo a la seño ¡¡A divertirse y Alimentarse!!



Propuesta Día 9:

- Abordar el tema de la higiene bucal. Conversar sobre: ¿Cómo hay que cepillarse la dentadura?, ¿Por qué y para qué hay que hacerlo?, ¿Cuántas veces por día?, ¿Cada cuánto se cambia el cepillo?, ¿Por qué?, ¿Qué alimentos son perjudiciales para los dientes?, ¿Quién te cuida la dentadura?, ¿Dónde vas si te duelen los dientes?, ¡Sí, al dentista! Él nos enseña a realizar una correcta higiene bucal y así tener los dientes sanos. Con la ayuda de un adulto cepillarse los dientes de la forma correcta, los dientes de arriba: de arriba hacia abajo y los de debajo de abajo hacia arriba. Por todas sus caras.

- **Educación Física - Docente:** Emiliano Flores - Cristina Abad

1) El niño trota por el espacio, al grito de ESTATUA, se queda quieto imitando a un animal. Repetir la actividad 2 o 3 minutos imitando diferentes animales.

2) El niño se coloca dentro de un círculo y comienza a realizar las actividades propuestas por el adulto: Trotecito por afuera del círculo. Para un lado y para el otro. En trotecito alejarse del círculo. En trotecito acercarse al círculo. Salto con dos pies juntos adentro y afuera del círculo. A un lado y al otro. Incentivar al niño para que invente una nueva actividad. ¿Qué más se puede hacer en el círculo?

3) Pobre Gatito: Todos sentados en círculo. Uno es el gato y maúlla porque tiene hambre. Se pasea por delante de los niños que están sentados. Cada integrante le pasará la mano por la cabeza y deberá decir 3 veces sin reírse “pobre gatito”. El que se ría pasa a ser gatito.

Propuesta Día 10:

- Juego “Sopa de verduras”: Ubicar dentro de una caja los materiales utilizados anteriormente para jugar a la verdulería. Lanzar un dado y sacar de la caja tantos elementos como indica el dado. Gana quien arma la “sopa” con mayor cantidad de verduras.

- Descargar la aplicación “Ordenar y Aprender para niños” desde Play Store. Con la ayuda de un adulto, se mostrará en qué consiste el juego. El mismo propone clasificar alimentos según las categorías frutas, verduras y postre

Equipo de conducción: Mirta Putelli – Marcela Zabala