

**GUIA PEDAGOGICA N°: 8**

**Escuela:** ENI N° 54

**CUE\_7000956-00**

**Docentes:** Marcelo Angulo - Belén Macia - Cintia Menéndez.

**Docentes de especialidades:** Débora Borghetti - Edgar Baigorria - Celina Garroffè.

**Sala:** 3 años.

**Turno:** Interturno.

**Título de la propuesta:** “En busca de una Alimentación Saludable”

**DIMENSIÓN FORMACION PERSONAL Y SOCIAL:**

- **Ámbito Autonomía:** Adquisición progresiva de hábitos y actitudes relacionadas con la seguridad, la higiene y el cuidado de su salud.

-**Educación Física:** El cuerpo en el espacio y tiempo.

**DIMENSION COMUNICATIVA Y ARTISTICA:**

-**Ámbito Lenguaje:** Exploración de textos.

-**Ámbito Expresión Corporal:** El cuerpo como medio de comunicación.

- **Ámbito Artes Visuales-Plástica:** Líneas: Explorar con texturas, a partir de sensaciones..

Exploración gráfica (línea recta y curva). Uso del color (Dactilopintura).

**Ámbito Música:** El canto - La voz hablada: articulación, modulación y expresividad.

**DIMENSION DEL AMBIENTE NATURAL, SOCIO-CULTURAL**

- **Ámbito Ambiente Natural:** - Respeto y cuidado por los seres vivos. Plantas. Reciclado.

- **Ámbito Matemática:** Espacio

**PROPUESTAS DE ACTIVIDADES**

**DIA N° 1:** ❖ **Dimensión Formación Personal y social - Ámbito Autonomía:**

En familia observen y analicen en propagandas de revistas o canales de televisión los alimentos que son sanos y los que no lo son. También miramos atentamente las siguientes imágenes:



Luego un adulto de la familia realizará preguntas a los niños sobre lo observado. Por ejemplo: ¿Qué alimento les gusta más? ¿Cuáles alimentos son saludables y cuáles no?

**AMBITO: Educación Física**

- Caminar en puntas de pie dentro de los cuadrillos de mosaicos o cerámicos del piso de casa, luego hacer lo mismo con los talones.
- Inflar un globo o pelota de papel y golpearlo con una mano y luego la otra sin que caiga.
- Golpear al globo o pelota de papel bien alto por arriba de una silla y el adulto lo golpea del otro lado para que vuelva a ser golpeado y tratar de que no caiga el elemento al suelo.
- Juego El congelado: correr por todo el patio sin ser tocado por el adulto o hermano y una vez tocado queda congelado como estatua.

**DIA N° 2: ❖Dimensión Formación Personal y social - Ámbito Autonomía:**

Buscar en casa diferentes envases (de cartón) de alimentos, por ejemplo, caja de leche, arroz, te, gelatina, flan, caldos, etc. Armar rompecabezas de dos o tres piezas recortando los envases de alimentos que ya no usen en casa.

**AMBITO: Música**

- 1) Observa el video <https://www.youtube.com/watch?v=KIsp9QW2rLE>. ¿Cuáles son los alimentos que Celestino NO quiere comer? ¿Son alimentos sanos? ¿Te gustan?
- 2) Intenta memorizar la canción (siempre se repite): “El cerdo Celestino nada quiere comer, sólo comida fina asada por un chef”. ¡Acompaña bailando como Luli Pampín!
- 3) Luego un adulto, al cantar la canción, reemplazará la parte que dice “El cerdo Celestino...” por “El niño/La niña (decir el nombre de su hijo/a) nada quiere comer, sólo comida fina asada por un chef”, y te mostrará en el momento correspondiente alimentos saludables que tenga en casa (Se repite la canción tantas veces como alimentos tengan).
- 4) Juega con la ayuda de mamá o papá alternando roles: mamá canta mostrando alimentos y tú respondes bailando como el Cerdo Celestino. Luego al revés.

**DIA N° 3:❖Dimensión Formación Personal y social - Ámbito Autonomía:**

**¡Vamos a preparar jugo natural y saludable!**

- Necesitaremos los siguientes ingredientes: naranjas o pomelos o limones (cualquiera de estas frutas que tengas en casa), azúcar y agua, cantidad necesaria

-Preparación:

- 1- Lávate las manos con agua y con jabón. También lava las frutas.
- 2- Pide ayuda a algún familiar mayor para que te corte las frutas por la mitad.

## CUE\_7000956-00\_ENI N° 54\_\_SALA DE 3 AÑOS\_GUÍA N° 8

- 3- En familia exprime la fruta elegida para obtener el jugo.
- 4- Retira las semillas del jugo y colócalo en una jarra o recipiente que tengas.
- 5- Agrega agua y azúcar en cantidades necesarias.
- 6- Guarda las cascaras y semillas de las frutas que exprimiste en una bolsa.
- 7- **¡Disfruta de una merienda en familia con el jugo que preparaste!**

### **AMBITO: Artes visuales: Plástica.**

Exploración a través de los sentidos, “El tacto” a través de diferentes texturas ¿Qué sentido utilizamos? “las manos” y ¿cómo nos damos cuenta?, de la siguiente manera:

Para esta actividad, necesitaremos:  Juguetes que tengas en casa  Masa de sal (media taza de harina, cuatro cucharadas de sal y un poco menos de la mitad de agua, lo mezclamos hasta que, se forme una masa)

Hacer muchas bolitas y con un juguete, marcar sobre la masa. En cada bolita, repetir dicha técnica, con distintos juguetes. Ahora, con tus deditos, pasa por la marca, que dejó el muñeco. Eso que percibes, se llama: Textura. Recuerda, guarda las bolitas que marcaste, en la heladera, para la próxima actividad.

### **DIA N°4 ❖Dimensión del ambiente natural, socio-cultural - Ámbito Ambiente Natural:**

Pide ayuda a tu familia para juntar todos los desechos orgánicos que encontremos en casa, algunos de estos desechos pueden ser: cáscaras de verduras, de frutas (las que utilizamos para el jugo), de huevos, café, papel, entre otros. Guárdalos en una bolsa para que no despidan olor, hasta el momento en que los utilicemos. *“Es importante que los pequeños participen en todo momento en la realización de la actividad”*

### **AMBITO: Educación Física**

- Galoppear como caballito por el patio, cuando algún integrante de la familia diga alto, nos quedamos quietos como una estatua y después seguimos galopeando.
- Realizar un caminito de 10 ladrillos o de cartón del mismo tamaño colocados bien cerca uno de otro y caminar sobre ellos sin caerse repitiendo 3 veces el caminito ida y vuelta
- Trotar haciendo zigzag entre los ladrillos.

Juego tradicional: El Lobo

### **DIA N°5 ❖Dimensión del ambiente natural, socio-cultural - Ámbito Ambiente Natural:**

**¿Te animas a ser jardinero?:** - Sal de casa con algún miembro de tu familia a explorar el jardín y posibles lugares donde puedan sembrar (si no tienes mucho espacio, puedes recolectar botellas de plástico y decorarlas, para utilizar como macetas)

- Investiga en familia, qué frutas y verduras se siembran en invierno. Pídele a mamá que las anote para no olvidar ninguna.

- Recolecta con algún miembro de tu familia semillas de zapallo, naranja, mandarinas, habas, arvejas, entre otras. Déjalas secar sobre una hoja y conversa en familia sobre sus formas y tamaños.

**¡Ahora vas a preparar el compost para tu futura huerta orgánica en casa!**

- ¿Sabes lo que es una compostera? *Es un ecosistema en el que los insectos y los microorganismos (bacterias, hongos, lombrices, etc.) se encargan de transformar desechos orgánicos como las semillas, cascara y demás, en tierra fértil para que las plantas crezcan más fuertes.*

-Realiza los siguientes pasos con ayuda de mamá:

1- Entierra todos los desechos orgánicos que recolectaste en la bolsa en un pozo en el patio de tu casa, en algún lugar donde no de mucho el sol. (Si no tienes espacio en el jardín de tu casa, puedes enterrarlos en un balde, o en una maceta grande).

2- Mezcla mientras entierras los desechos con hojas secas, pasto o flores.

**IMPORTANTE:** En la Compostera **NO se ponen** huesos, carnes, quesos, leche, lácteos en general, comida condimentada, excremento de animales domésticos (como perros, gatos, etc.). No se puede agregar nada que no sea de origen vegetal como plásticos, metales, etc.

3- **Para Mantener la Compostera** revuelve cada tanto con una palita, fíjate que no esté ni muy seco ni muy húmedo.

**DIA N° 6:** ❖ **Dimensión comunicativa y artística - Ámbito Lenguaje:**

- Juega a las adivinanzas en familia:



Propone en familia inventar adivinanzas sobre frutas o verduras. Posteriormente pídele a mamá que las anote y dibújelas como puedas.

### **AMBITO: Educación Física**

Caminar imitando los siguientes animalitos: como perrito, como conejito con las dos manos y los pies juntos, como cangrejo sentaditos me desplazo hacia atrás con manos y piernas sin tocar el piso con la cola.

## CUE\_7000956-00\_ENI N° 54\_\_SALA DE 3 AÑOS\_GUÍA N° 8

- Saltar ida y vuelta hacia la pared con un solo pie, después con el otro pie.
- Saltar ida y vuelta con los pies juntos.

Juego tradicional: Gallito ciego

### **DIA N° 7:** ❖ **Dimensión comunicativa y artística**

#### **AMBITO: Artes visuales: Plástica.**

¿Recuerdan lo que hicimos, con masa, en la propuesta anterior? La forma que quedó en cada una de ellas, se llama: TEXTURA. Ahora, vamos a estampar la marca.

- Hoja lisa
- Polluelo y una cucharadita de harina (mezclar)
- Bolitas marcadas de masa (clase anterior)
- Un recipiente chiquito
- Un trapito

Poner en un recipiente, polluelo y unas gotitas de agua. Tomar una bolita y sopar en el color. Retirar de mismo y sellar la hoja, repetir varias veces la técnica. Por último, dejar secar. Recuerda: Puedes pintar con crayones ¡Te mando un abrazo a la distancia!

#### **AMBITO: Música**

- 1) Aprende la rima con movimiento para preparar la sopa que propone el siguiente video [https://www.youtube.com/watch?v=RIK9bs-bFCE&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?v=RIK9bs-bFCE&feature=emb_logo)
- 2) Intenta recitar la rima con movimiento sin el video, pero con ayuda de mamá o papá.
- 3) ¡A bailar todos el baile de la fruta! <https://www.youtube.com/watch?v=FPZhCp5pOFE>

### **DIA N° 8:** ❖ **Dimensión comunicativa y artística - Ámbito Expresión Corporal:**

- Escucha y baila la siguiente canción: “**El baile de las frutas – Pica Pica**” <https://www.youtube.com/watch?v=FPZhCp5pOFE> (el video también se enviará adjunto vía Whathapp al grupo de padres). Conversa en familia sobre la canción del baile de las frutas: -¿Qué frutas aparecen nombradas en la canción? ¿Cuáles te gustan a ti? ¿De qué colores son? ¿Por qué te parece que es importante comer frutas? *(Se recomienda contarles a los pequeños sobre la importancia de comer frutas y verduras ya que ellas tienen vitaminas y nutrientes que necesita nuestro cuerpo para estar fuerte y sano)*

### **DIA N°9** ❖ **Dimensión del ambiente natural, socio-cultural – ámbito matemática.**

¡Salta, salta lindo Conejito! Con la ayuda de la familia vamos a trazar un camino para que este pequeño conejo salga a pasear y recolectar ricas y saludables zanahorias.

**Necesitaremos:** ●  Tiza. ●  Hojas para dibujar (cualquier tipo de papel que tengan en casa). ●  Lápices,

crayones, fibras, etc. •  Tijera de punta redonda.

**Pasos a seguir:**

1. Buscamos un espacio despejado de la casa y trazar con tiza o carbón dos caminos: uno con líneas rectas y otro con líneas curvas.
2. Dibujamos zanahorias en un papel, las pintamos y recortamos.
3. A continuación los niños se ubicaran al comienzo del camino que indique mamá, el camino con líneas rectas o el de líneas curvas y saltando como conejito recorreremos el camino y recolectamos las zanahorias.
4. Pueden volver al punto de partida caminando o saltando sobre las líneas.
5. ¡Mamá o Papá conejo pueden acompañar a los pequeños en el recorrido!

**AMBITO: Educación Física**

- Dibujar un círculo o con un aro y luego saltar adentro y afuera.
- Saltar sobre el aro abriendo las piernas por fuera y cerrando las piernas dentro del aro.
- Dibujar 3 círculos seguidos en hilera, en el piso o utilizar aros y realizar saltos con los pies juntos dentro de los círculos.

Juego poner la cola al Gato: dibujar en un afiche, cartón o cartulina un gato sin cola y ponerlo en la pared para colocar la cola del gato.

**DIA N° 10** ❖ **Dimensión comunicativa y artística - Ámbito Artes Visuales-Plástica:**

**“Este conejito busca su zanahoria”**

- **Para ello necesitamos:** •  Hoja o cualquier tipo de papel blanco (¡El que consiga mamá!). • Cremas de mano o cuerpo. •  Colorantes: colorante para arroz, pimentón.

**Procedimiento:**

- En un recipiente colocar un poco de crema y con un pincel pintamos una de las palmas de las manitos del pequeño, luego la estampamos en la hoja.
- Con un poco de crema, mezclar con colorante amarillo (p/arroz) y pimentón hasta lograr un tono naranja, pintar uno de los piecitos del niño y estampar en la misma hoja.
- Dejar secar la pintura y luego con la ayuda de algún familiar, el niño transformará la huella de su mano en la carita del conejo y la huella del piecito se convertirá en la zanahoria. También pueden escribir un pequeño mensaje acerca de la importancia de la buena alimentación.
- Recuerden que debemos guardar los trabajos para cuando regresamos a clases. **Gracias!**

**Directora: Patricia Paez**