

## PROPUESTA PEDAGÓGICA N° 16

**Escuela:** Padre Federico Maggio

**Docente:** Marisa Reta

**Profesor de Especialidades:** Educación Física: Juan Paulo Ribes

**Nivel:** Inicial Sala de 4 años

**Turno:** Mañana

**Título de la Propuesta:** “LOS ALIMENTOS”

**Áreas Curriculares:** Matemática, Lengua, Educación Física, Educación Artística, Ambiente Natural y Social.

**Capacidades:**

- Trabajo con otros
- Comunicación

**Contenidos:**

**Formación personal y social.**

- Desarrollo de actividades y hábitos de respeto, ayuda y colaboración.

**Lengua:**

- Prácticas del lenguaje de hablar y escuchar.
- Manifestar sensaciones y sentimientos.
- Cuentos, poesías, adivinanzas.
- Dibujo collage y modelado

**Matemática:**

- Conteo y seriación.
- Correspondencia.

**Ambiente Natural y Social**

- El cuerpo humano y la salud
- Los seres vivos.
- Los alimentos.

**Educación Física**

- Experimentación de habilidades básicas locomotoras: Desplazamientos.

## ACTIVIDAD N°1:

**Dimensión personal y social**

Autonomía, independencia y convivencia.

Es importante que la familia acompañe a los niños en todas las actividades que se puedan desarrollar en la casa, guiando y orientando con mucha paciencia y amor en este nuevo desafío de aprender en familia.

**Actividades de Rutina:** Recordar higienizarse las manos y la cara al levantarse. Desayunar, limpiar y ordenar.

Ayudar a mamá con la higiene del hogar.



## FUNDAMENTACIÓN

Es necesario enseñar a los niños a reconocer cuáles son los alimentos buenos para su salud, de modo que adquieran progresivamente nuevos hábitos nutricionales.

### **Dimensión ambiente natural, socio cultural.**

#### **NATURALES**

#### **ACTIVIDAD N° 2:**

- Conversar con los miembros de la familia sobre los alimentos.
- ¿Qué comen?
- ¿Cuál es la comida preferida?
- ¿De dónde se sacan los alimentos?
- ¿Dónde se conservan los alimentos?
- ¿Qué nos pasa si no comemos bien?
- ¿Qué alimentos son importantes para crecer sanos?
- Realiza un dibujo de tus comidas favoritas dulces y saladas. Ejemplo: Dulce: Helado, Salada: Milanesa

#### **ACTIVIDAD N° 3**

**Para tener en cuenta:** Los alimentos según su origen se dividen en **vegetales, animales y minerales.**

Los alimentos de origen vegetal son todos aquellos que crecen directamente de la tierra.

Los alimentos de origen animal, proceden como su nombre lo indica de los animales.

Los alimentos de origen mineral son los que también se sacan de la tierra, como el agua y la sal.

Para una buena y variada alimentación, se deben consumir vegetales como papas, lechugas, frutas, etc; alimentos de origen animal como: carne, pescado, pollos, derivados de los animales como huevos, manteca, queso entre otros y alimentos de origen mineral como la sal y agua.

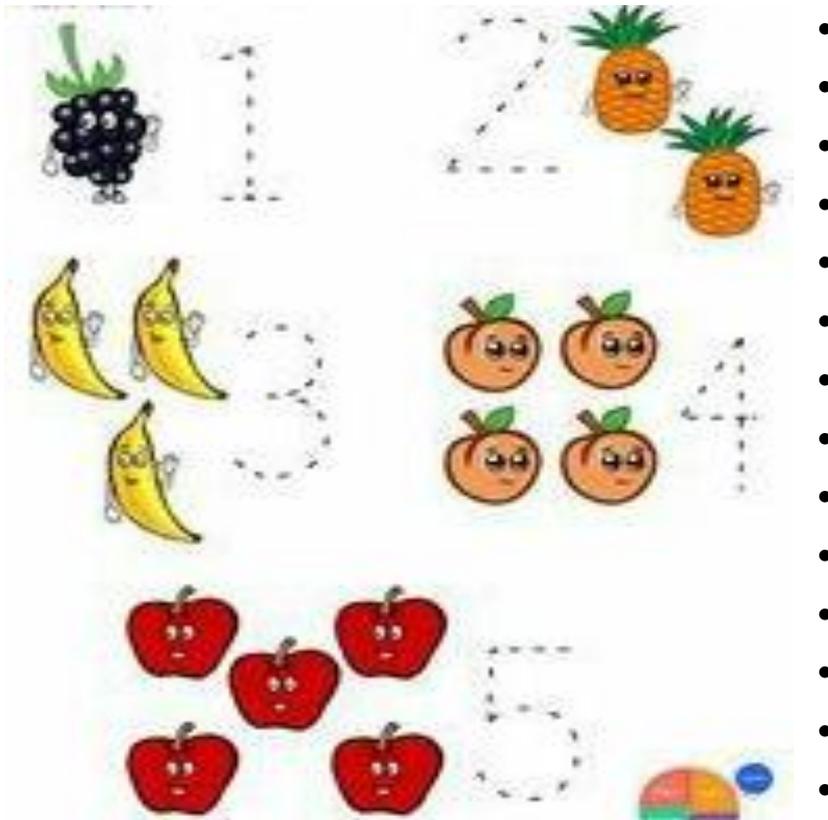
- Clasificar alimentos utilizando figuras de recortes de diarios y revistas
- Pegar el alimento donde corresponde.

VEGETALES	ANIMALES	MINERALES

## MATEMÁTICA

### ACTIVIDAD N° 4:

- Nombrar y contar las frutas y escribir el número que corresponde



### ACTIVIDAD N° 5:

- Nombrar los alimentos que ves, contarlos y unir con el número correspondiente.

The image shows a matching exercise. On the left, there are four groups of food items: 3 milk cartons, 1 yogurt container, 4 small yogurt cups, and 4 slices of cheese. In the center, there is a vertical stack of four colored boxes with numbers: 1 (pink), 5 (blue), 4 (yellow), and 3 (orange). On the right, there are three circles containing food items: 2 orange slices, 1 watermelon slice, and 3 green apples. To the right of these circles are three larger circles containing the numbers 1, 3, and 2 respectively. The website 'edufichas.com' is visible at the bottom of the fruit circles.

## ACTIVIDAD N° 6:

### EDUCACIÓN FÍSICA

- **ENTRADA EN CALOR: Cámara lenta - rápida**

Se necesitará la ayuda de un adulto y de cualquier dispositivo que reproduzca música ej: celular, radio, televisión, parlante, etc.

Con música de volumen muy suave hay que desplazarse lento, como si fuera cámara lenta. De golpe cambia bruscamente el volumen de la música y muy rápido se mueven todas las partes del cuerpo. Vuelve a cambiar el volumen y sigue en cámara lenta.

- **Parte Principal. ¡Carrera de animales! (Para 4 y 5 años)**

Para estas actividades se necesita la supervisión de un adulto que va a acompañar.

Se necesita marcar a unos 6 o 7 metros la distancia que va a recorrer el niño en cada carrera, puede ser con cualquier objeto.

- En esta posición se debe recorrer ida y vuelta moviéndose como si fuera un perro



- En la misma posición, desplazarse como un gato, haciendo también el sonido ¡MIAU!
- También debe desplazarse como tortuga ¡Muy despacio!
- En esta otra posición desplazarse como cangrejo.
- Y por último con esta posición hay que desplazarse como una serpiente.



- **3- CIERRE:**



¡Qué Risa! Por parejas, sentados uno enfrente de otro, intentan hacerse reír. Pierde el primero que se ríe. Si no se puede hacer con un hermano, busco un adulto

## ACTIVIDAD N° 7:

### Dimensión comunicativa y artística

#### LENGUA

- Escuchar y disfrutar de un cuento

Había una vez en el pueblo de Villa Sana. Los reyes de las frutas, verduras y cereales estaban conversando, cada uno de ellos decía que era el más importante para la alimentación de los niños. Así en medio de la pelea, Don poroto, rey de los cereales dijo: saben cada uno de nosotros, afirma ser el mejor y es tiempo de demostrarlo. Yo propongo hacer una apuesta. -Un robusto plátano, que escuchó lo que el poroto decía, decidió hablar en nombre del reino de las frutas. - Me parece una idea interesante, así todos podemos participar y ver ¿cuál de nosotros es el mejor? Pero poroto ¿que apuesta quieres hacer?, pues veraz dijo el rey de los cereales: cada uno pensará en algo para demostrar sus vitaminas, nutrientes y como ayuda a la alimentación de los niños. Así cuando los padres y sus pequeños, vean cual es el mejor, el ganador será el rey absoluto y podrá gobernar a todas las verduras, frutas y cereales. La reina de las verduras, una zanahoria, levantó la mano y dijo me parece una buena idea, sin embargo, pido ser la primera. Yo ordenaré a todas las verduras que se vayan del pueblo. Así los niños no podrán comer en las ensaladas y nos extrañarán muchísimo, llorarán y pedirán que volvamos. -Verduras ¡atención! en marcha.



Y así todas las verduras emprendieron la partida, ahí estaba la lechuga, perejil marchando hasta alejarse del pueblo; muy pronto las verduras habían desaparecido totalmente. Y Al cabo de unos días, los padres que no sabían lo de la apuesta, empezaron a buscarlas por todas partes. El poroto estaba muy molesto. Todos los padres, estaban preocupados por la desaparición de las verduras. Si ellas se enteraban de eso, serían las ganadoras. Entonces convocó a los cereales y dijo: -escuchen bien lo que tengo que decirles, las verduras han desaparecido y su ausencia está causando problemas para preparar las comidas de los niños, si no hacemos algo, ellas ganarán. La arveja que quería ganar en todo dijo: y que haremos para ganar nosotras, avisen a todos los cereales que se escondan rápidamente. Las lentejas, garbanzos, todas deberán permanecer ocultas en el bosque veremos que harán cuando no puedan hacer comidas con nosotros. Los niños no podrán alimentarse bien y triunfaremos.

Ahora ya no había cereales, ni verduras. Los padres estaban muy preocupados, pues sus niños, no estaban comiendo todo lo necesario, para estar sanos y fuertes. Comenzaron a alimentarse con golosinas lo que produjo que se enfermaran, y ya no tenían ganas de jugar.

Las frutas como la naranja, plátano y muchas más se dieron cuenta de lo que pasaba y se quedaron pues no querían que los niños siguieran tristes y decidieron reunirse con el comando de la buena salud, para buscar una solución. Una

manzana dijo: no podemos permitir que esto continúe debemos buscar a los cereales y verduras y hacer que regresen a villa sana, esta tonta apuesta solo está causando enfermedades en



los niños ya que solo comen golosinas y ellos necesitan estar muy sanos para jugar.

Entonces un grupo de alimentos estuvieron de acuerdo con lo que dijo la manzana y quisieron ayudar. Junto a las frutas, salieron a buscar a sus amigas al bosque.

Caminaron mucho hasta que los encontraron en el bosque. Éstas seguían discutiendo de quien era la mejor y las frutas trataron de hacerles entender y dijeron: no les da vergüenza se fueron de villa sana y ahora los niños están sin energía, no saben que ellos nos necesitan a todos. Somos un equipo y los padres saben que si combinan bien los alimentos van ayudarlos a crecer y a estar siempre sanos.

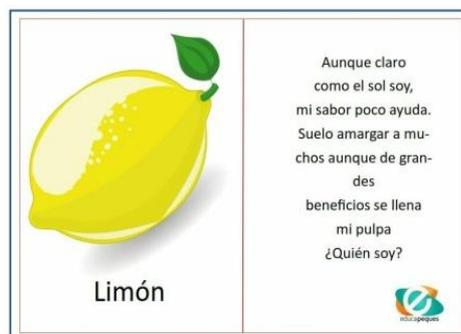
Al escuchar las verduras y cereales se arrepintieron de su comportamiento, entonces decidieron volver y al llegar los niños corrieron a su encuentro, mientras que los padres aplaudían por el retorno de los cereales y las verduras.

Y las golosinas se quedaron solas y debieron abandonar el pueblo.

- Nombrar los alimentos que aparecen en el cuento.
- Dibujar los que son buenos para crecer sanitos.

### ACTIVIDAD N° 8:

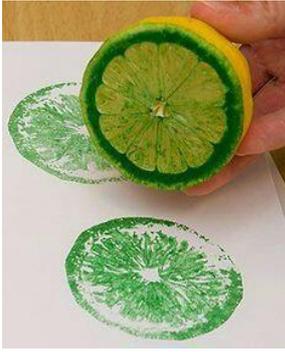
Disfrutar de adivinanzas en familia.



### ACTIVIDAD N° 9:

#### EDUCACIÓN ARTÍSTICA

- Utilizando masa o arcilla (barro) modelar frutas y verduras
- Realizar un lindo dibujo utilizando sellos de verduras y frutas.



### ACTIVIDAD N°10: EDUCACIÓN FÍSICA

- **ENTRADA EN CALOR: Cámara lenta - rápida**

Se necesitará la ayuda de un adulto y de cualquier dispositivo que reproduzca música ej: celular, radio, televisión, parlante, etc.

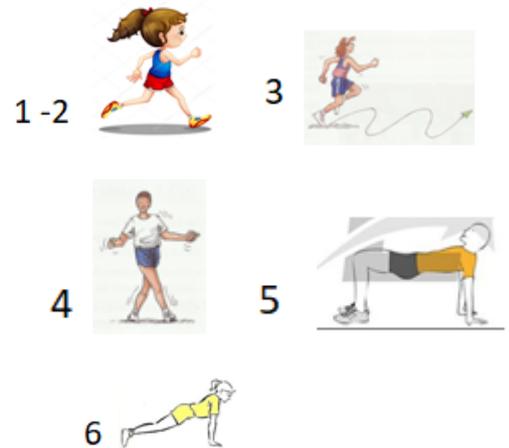
Con música de volumen muy suave hay que desplazarse lento, como si fuera cámara lenta. De golpe cambia bruscamente el volumen de la música y muy rápido se mueven todas las partes del cuerpo. Vuelve a cambiar el volumen y sigue en cámara lenta.

- **Parte Principal. ¡A moverse! (Para 4 y 5 años)**

Para estas actividades se necesita la supervisión de un adulto que va a acompañar.

Se necesita marcar a unos 6 o 7 metros la distancia que va a recorrer el niño en cada desplazamiento, recordar que se debe hacer ida y vuelta.

- 1° Primera actividad es trotar hacia adelante.
- 2° Luego ir y volver, pero ¡De espaldas!
- 3° Correr hacia adelante, pero en zig-zag
- 4° Desplazamiento lateral cruzando las piernas (ir y volver siempre mirando al mismo lugar)
- 5° En cuadrupedia invertida (ver bien imagen.)
- 6° Sin doblar los codos ni las rodillas



**¡No olvidar recortar las figuras y pegarlas en el cuaderno!**

- **3- CIERRE:**

¡Qué Risa! Por parejas, sentados uno enfrente de otro, intentan hacerse reír. Pierde el primero que se ríe. Si no se puede hacer con un hermano, busco un adulto

Directora a cargo: Verónica Avila

Docente: Marisa Reta