



GUÍA PEDAGÓGICA N°12

DOCENTE: Prof. Silvana Castro.

SECCIÓN: Habilidades “A”

ÁREA CURRICULAR: Cuidado Personal

CONTENIDOS: Adquisición de habilidades básicas para la alimentación.

TÍTULO: “BUENA ALIMENTACIÓN”

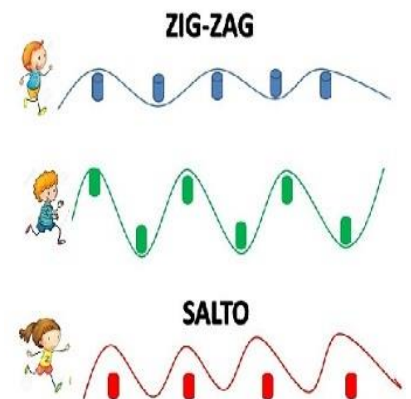
ACTIVIDADES:

DÍA 1:

- 1) Observar el video de Doki “El Desayuno”
<https://www.youtube.com/watch?v=Z4pWzPpmy7g>
- 2) En caso de no poder ver el video, conversar en familia:
 - ¿Está bien levantarse y salir a jugar sin desayunar?
 - ¿Por qué es importante el desayuno?
 - ¿Está bien si desayunamos un chocolate?
 - ¿Qué alimentos son buenos para un buen desayuno?

ÁREA CURRICULAR: EDUCACIÓN FÍSICA.

- «Carreritas» Colocar sobre el suelo objetos (botellas, tubos de cartón, cajas, etc.) con separación para realizar Zigzag entre los mismos, variando las distancias. Luego realizar saltos entre cada objeto variando distancias y alturas, tal como lo muestra la imagen. ¡A jugar en familia!



DÍA 2:

- 1) Observar la siguiente imagen con los alimentos clasificados, según la cantidad de consumo diario que son indispensables para una buena alimentación.



- 2) Realizar una rueda alimentaria con los alimentos que consumen a diario. Para el armado de la misma, pueden recortar imágenes en diarios y revistas, también pueden dibujar o pegar etiquetas de los alimentos que tengan en casa.

ÁREA CURRICULAR: CERÁMICA

- ¡Llegó la Primavera! Realizar flores, mariposas, abejas, formas y figuras en papel (puede ser en revistas, hojas de colores, etc.) para decorar las plantas y árboles que tengan en casa, pueden usar elementos naturales como tronquitos para el cuerpo de los bichitos que quieran hacer. ¡A crear y a decorar!



DÍA 3:

- 1) Observar las siguientes imágenes:



COMIDA SALUDABLE



COMIDA CHATARRA



2) Conversar en familia:

- ¿Por qué se le dice comida chatarra?
- ¿Qué es una buena alimentación?

ÁREA CURRICULAR: TEATRO Y EXPRESIÓN CORPORAL

- Realizar con ayuda un adulto:

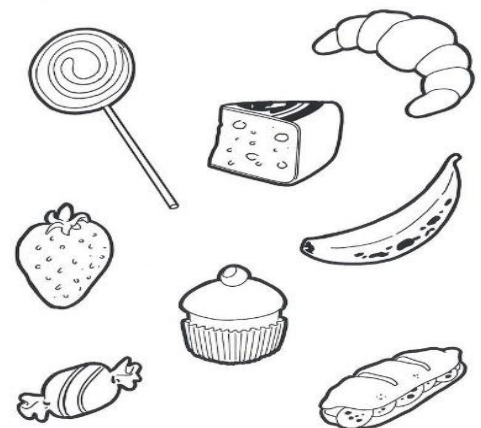
Colocar en el piso papeles de diario, construir un área de 1.50 x 1.50 metros aproximadamente (se pueden utilizar cartones, sábanas en desuso). Sobre esa superficie, el alumno debe pintar, pegar y jugar, utilizando elementos de diferentes texturas que tengan en casa: pompones, lanas, tapitas, pinturas, arena, cintas, revista, algodón, goma espuma, y plasticola. Plasmar en la superficie una obra de arte texturada. Dejar secar.

ÁREA CURRICULAR: EDUCACIÓN MUSICAL

- Escuchar y bailar la canción "Twist del Monoliso" con en el siguiente enlace <https://youtu.be/1waV5ijKRVM>
- Luego comentar en familia: ¿Es una canción alegre o triste? ¿De quiénes habla la canción? Del Monoliso y de la Naranja.

DÍA 4:

- 1) Colorear los alimentos más sanos (en caso de no poder imprimir, se puede dibujar)





ÁREA CURRICULAR: EDUCACIÓN TECNOLÓGICA

- "PORTARETRATO" (parte 1)

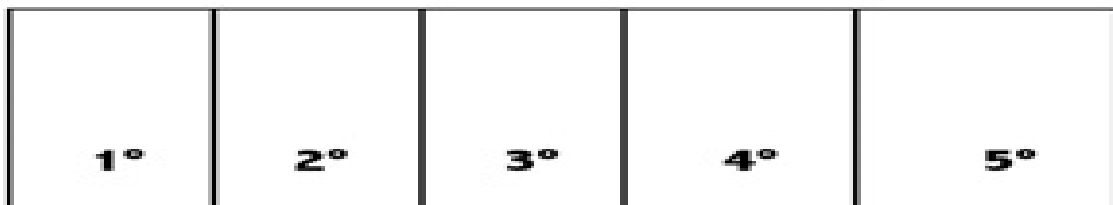
- Materiales: Cartón, diarios, servilletas de papel, plasticola, témperas o acrílicos, tijera, pincel.
- A trabajar: Cortar el papel de diario, mojar un poco y hacer bolitas pequeñas y medianas, luego dejar secar.
Cortar un rectángulo de cartón del tamaño deseado y calar en el centro dejando 5cm de borde, colocar plasticola y pegar las bolitas de papel una al lado de la otra. Al terminar pincelar todo con plasticola diluida con agua. Dejar secar.

DÍA 5:

- 1) Para tomar conciencia de la importancia de una buena alimentación, elaborar en familia una **ENSALADA**, utilizando los alimentos saludables que tengan en casa. ¡A preparar!

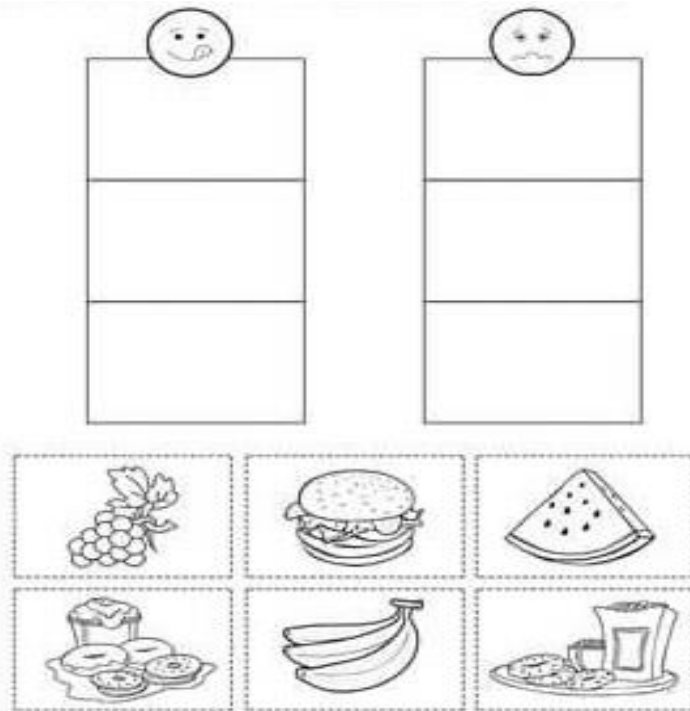
ÁREA CURRICULAR: EDUCACIÓN AGROPECUARIA

- Observar cómo crece una planta que tengas en casa.
Con ayuda de un adulto, ordenar las viñetas. Recortar y pegar en la parte superior de la ficha. Dibujar en la última viñeta cómo habrá crecido la planta y pintarla.



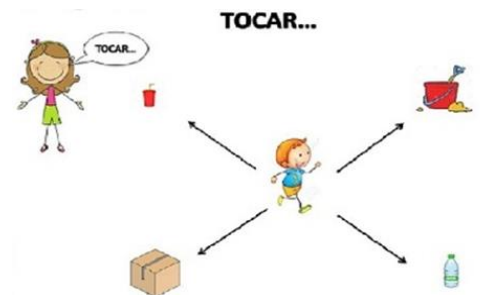
DÍA 6:

- 1) Recortar los alimentos y colocarlos en el cuadro correcto. Los alimentos saludables en la carita feliz y los que no los son en la triste. En caso de no poder imprimir se puede buscar recortes en diarios o revistas, o dibujar.



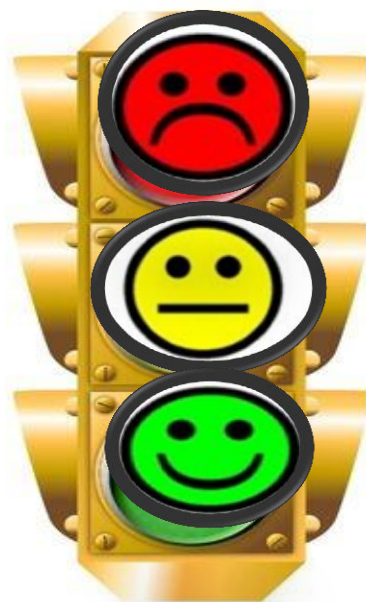
ÁREA CURRICULAR: EDUCACIÓN FÍSICA

- «Toca - toca» Colocar cuatros diferentes objetos sobre el suelo formando un cuadrado, tal como lo muestra la imagen. El niño debe estar en el centro, al escuchar la palabra **TOCAR...** y **nombrar un objeto**, salir corriendo o caminando a tocar el objeto nombrado y volver al centro. Realizarlo con los 4 objetos.



DÍA 7:

- 1) Observar el semáforo de la buena alimentación que crearon en familia.



OCASIONAL <ul style="list-style-type: none">- Embutidos- Dulces- Grasas- Bebidas refrescantes
SEMANAL <ul style="list-style-type: none">- Carnes y pescados- Huevos- Frutos secos- Legumbres
DIARIO <ul style="list-style-type: none">- Cereales- Frutas y verduras- Leche, yogur y queso- Agua y actividad física- Aceite de oliva

- 2) Conversar:



- ¿Qué alimentos se pueden consumir cuando el semáforo está en verde?
- ¿Por qué de deben consumir con poca frecuencia los alimentos que aparecen en el color rojo?

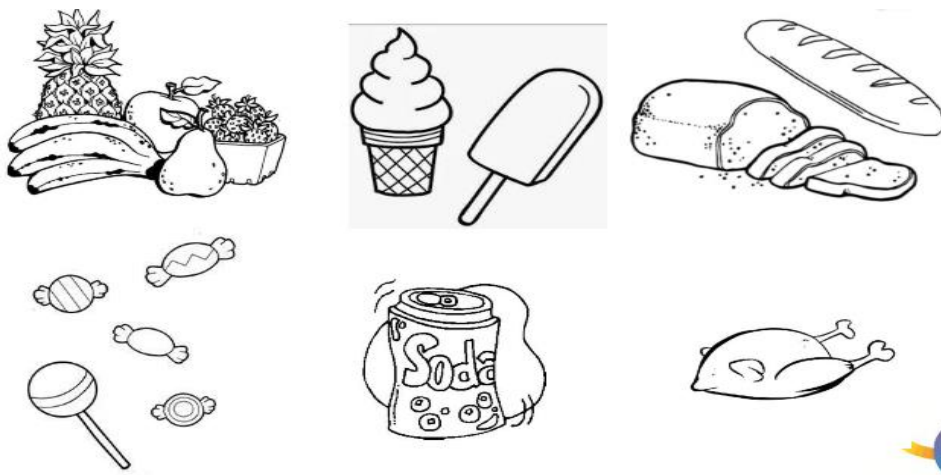
ÁREA CURRICULAR: CERÁMICA

- Luego de decorar las plantas y arboles que tengas en casa, ahora puedes decorar la puerta de calle de casa para celebrar la llegada de la primavera.
- Realizar flores: pueden utilizar papel (revista, diario, color, etc) para realizar coloridas flores, también pueden usar un plato plástico en dehuso y pintarlo como una flor.



DÍA 8:

- 1) Dibujar o recortar y pegar los alimentos. Luego colorear con **rojo** los alimentos no saludable y con **verde** saludable



ÁREA CURRICULAR: TEATRO Y EXPRESIÓN CORPORAL

- Sobre la obra de arte construida anteriormente, explorar los elementos y texturas arriba ella. Colocar música suave y relajante.
- Reconocer las diferentes texturas. Acompañar con respiración profunda, manipular e identificar la parte que más les gusta.

ÁREA CURRICULAR: EDUCACIÓN MUSICAL

DOCENTE: Prof. Silvana Castro

PROF. DE ESPECIALIDADES: Mayra Villalobos- Brenda Castro- Carla Martinazzo- Alicia Echevarría- Silvana Pulvirenti- Yanina Yusif

CELADORA: Prof. Mabel Navarro



- Escuchar la canción “Twist del Monoliso” para recordarla. Acompañar con sonidos de nuestro propio cuerpo: palmas, chasquido de dedos, palmas sobre piernas, pies sobre el piso.

Escuchar la canción que más les guste y buscar algún miembro de la familia para bailar en pareja.

DÍA 9 :

- 1) Realizar con ayuda, la siguiente receta para disfrutar en familia (en caso de no tener algún ingrediente, se puede reemplazar por otra fruta que tengan en casa)



ÁREA CURRICULAR: EDUCACIÓN TECNOLÓGICA

- “PORTARETRATO” (parte 2)
- Preparar plasticola con agua, colocar unas gotas de color y mezclar.
- Pincelar con esta mezcla sobre los bollitos de papel y colocar trozos de servilletas repetir esto en todo el portarretrato, hacer 3 capas y los sobrantes de papel pegar atrás del portarretrato.
- Colocar una foto y colgar.

DÍA 10:

- 1) Jugar en familia a las adivinanzas de frutas y verduras



ÁREA: EDUCACIÓN AGROPECUARIA

- Observar en casa una planta y sus partes. Tomar una planta pequeña o la que tengas en casa, sacarla de su maceta o del suelo y un adulto ayuda a anotar en una hoja qué observan en ella.

Directora: Prof. Fernanda Ramos

Vicedirectora: Prof. Laura Vilaplana – Prof. Carolina Espinosa

DOCENTE: Prof. Silvana Castro

PROF. DE ESPECIALIDADES: Mayra Villalobos- Brenda Castro- Carla Martinazzo- Alicia Echevarría- Silvana Pulvirenti- Yanina Yusif

CELADORA: Prof. Mabel Navarro