

E.E.E. José de Cupertino-Habilidades I A-Áreas Integradas

Escuela: E.E.E. José de Cupertino

Docente: Guzmán Oddone, María Fernanda

Grado: Habilidades I “A”

Nivel: Primario Especial

Turno: Tarde

Área curricular: Áreas Integradas

Título de la propuesta: “Comemos bien”

Antes de comenzar con las actividades; es mi intención recordarles a las familias la importancia de la higiene de manos durante este aislamiento social, preventivo y obligatorio.

*Moja las manos con agua limpia.

*Enjabónate las manos completamente y frota cada parte de la mano.

*Enjuaga las manos con agua limpia.

*Seca las manos con una toalla seca y limpia.

¡NOS CUIDEMOS ENTRE TODOS!

DÍA 1: Área: Ciencias Naturales

Observa la siguiente imagen que te muestran:



-Comenta: ¿Qué está haciendo el nene? ¿Qué va a comer? ¿Te gustan esos alimentos? ¿Tú desayunas? ¿Con quién? ¿Qué te gusta desayunar?

¡El desayuno es el alimento más importante del día, por eso debes desayunar muy bien!

-Te propongo que ayudes a realizar un desayuno familiar. Prepara la mesa colocando las tazas, cucharas, mantel, y todo lo que vayan a consumir para el desayuno. Si no puedes solito, con ayuda, recuerda siempre las normas de higiene antes de preparar y comer cualquier alimento. Una vez terminado el desayuno recuerda levantar las tazas y ayudar en el orden y limpieza.

DÍA 2: Área: Formación Ética y Ciudadana

-Conversa en familia ¿Qué importancia tiene una buena alimentación para nuestra salud? ¿Qué comidas preparan en casa? ¿Cuáles son sus preferidas?

-Observa imágenes de alimentos en revistas, propagandas de la tele o los que tengas en casa y diferencia los saludables de los que no lo son.

-Mira con atención la imagen que te muestran y comenta ¿Qué ves?

Señala y nombra uno a uno los alimentos que aparecen ¿Cuáles te gustan más? ¿Qué hacen los chicos que aparecen?



-Te cuento que ese dibujo se llama pirámide nutricional y los alimentos dispuestos en la cima son los que debes consumir en menor cantidad y con moderación y los que están cerca de la base son los que se deben consumir con mayor frecuencia y en cantidades mayores.

Hacer ejercicio es muy importante y debes tomar mucha agua.

-Observen en familia el video PIRÁMIDE NUTRICIONAL -

<https://www.youtube.com/watch?v=4MEfZRGHefw>

Área: Artes visuales

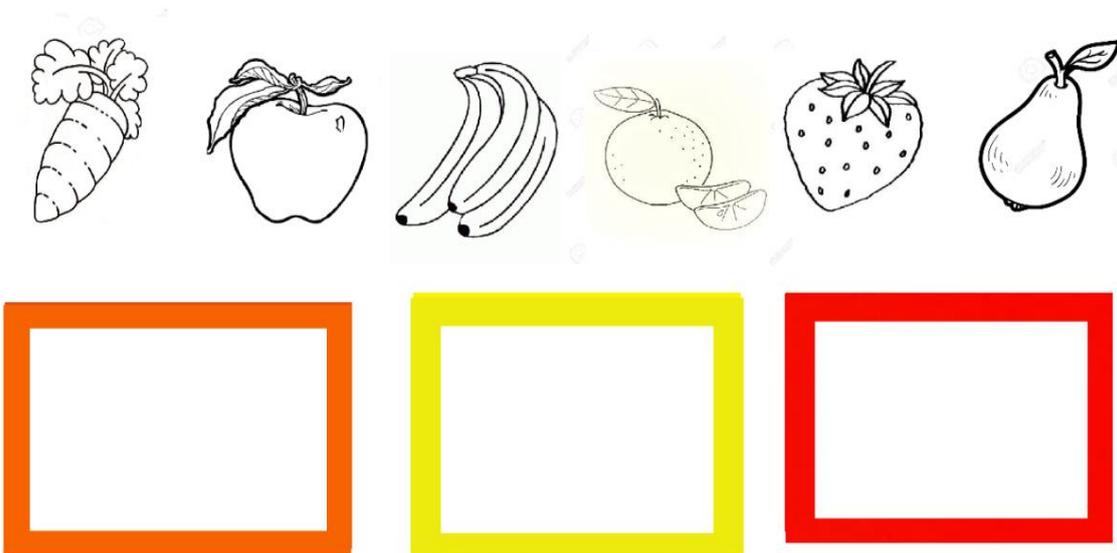
La textura: Elaborada por medio de distintos procedimientos: color local

1-Los alimentos: las frutas.

-Uno de los alimentos importantes para nuestro crecimiento son las frutas y ahora en esta época encontramos mucha variedad de frutas y muchos colores.

E.E.E. José de Cupertino-Habilidades I A-Áreas Integradas

Observa la imagen y nombra que frutas ves. ¿Las probaste? Mira de que colores son; dibuja y pinta cada una de ellas dentro del cuadro según el color de la fruta: amarilla, naranja, roja. ¡Suerte!



2-En familia dibujamos y pintamos

-¡Ahora dibujaremos con nuestra familia! Cada uno va a elegir la fruta que más le guste y en una hoja de dibujo hará su fruta, luego cada miembro de la familia la pintará como más le guste, pueden utilizar temperas, lápices de colores, papel glasé o lo que tengan en casa. Recuerden el color de cada fruta que hayan elegido.

DÍA 3: Área: Lengua

-Escucha con mucha atención el poema cantado “Se mató un tomate”
https://www.youtube.com/watch?v=t1_iJ9E_Y_U&index=1&list=PLSn29tAwWHW5TRyJ0QquGN6Ehs4Y2q6f6

-¿De qué trata? ¿Qué le pasó al tomate? ¿Qué verduras aparecen?

-Te propongo que elijas las verduras que quieras y preparen en casa una rica ensalada.

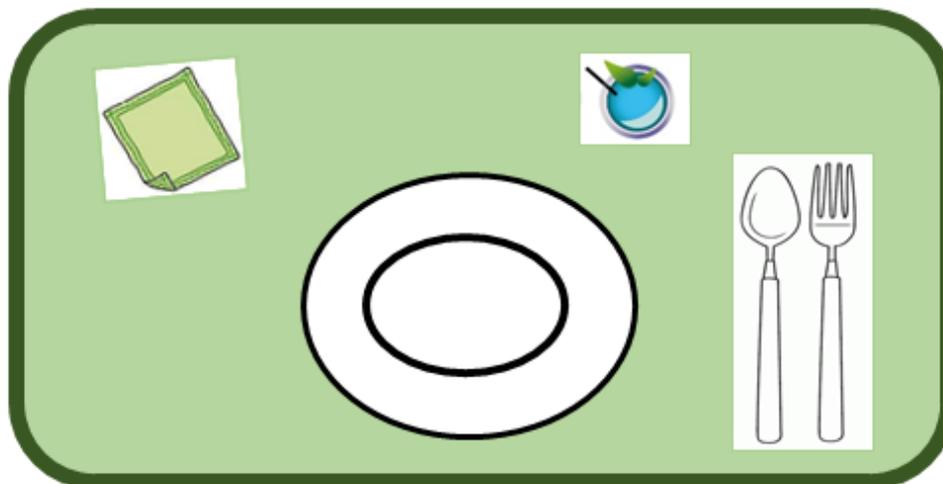
Área: Actividades de la vida diaria: Los buenos modales a la hora de comer.

-Este año han visto mucha información e hicieron muchas actividades que tienen que ver con la alimentación saludable.

Les cuento, que además de comer sano, desarrollar modales adecuados a la hora de comer, también es súper importante.

A continuación, les voy a dejar una serie de recomendaciones que deben comenzar a implementar a la hora de sentarse a la mesa a comer (Desayuno, almuerzo, merienda y cena).

*Forma adecuada de ubicar los utensilios a utilizar sobre la mesa:



-**Vaso:** Agarrarlo, llevarlo a la boca, beber y dejarlo sobre la mesa.

-**Cuchara:** Agarrarla con los dedos índice, pulgar y mayor. Levantarla sin agachar la cabeza, llevarla a la boca, bajarla hacia el plato y volver a llenar.

-**Tenedor:** Agarrarlo con los dedos índice, pulgar y mayor. Pinchar el alimento, llevarlo a la boca, bajarlo hacia el plato y volver a pinchar.

-**Servilleta:** Mantenerla cerca del plato. Durante la comida, agarrarla y realizar movimientos laterales (De lado a lado de la boca) sobre los labios. Volver a dejarla sobre la mesa.

DÍA 4: Área: Matemática

¡A tomar la sopa!

-Necesitas un dado (Si no tienes uno pídele a un adulto que te realice uno con una caja) Fideos y una cacerola.

Por turnos, tiran el dado y retiran de la cacerola, tantos fideos como indica el dado. Gana el que acumuló más fideos.

Variante: Retiran de la cacerola, antes de comenzar, 10 o 20 fideos. Tiran el dado y sacan de su plato tantos fideos como indica el mismo.

Una vez terminado el juego te propongo pintar los fideos con cualquier pintura que tengas y enhebrarlos con alguna piola para armar collares.

Área: Psicomotricidad: Compartimos en familia

*Clasificación de alimentos. Vamos a necesitar legumbres (Porotos, lentejas, etc.) Y diferentes tipos de fideos y una bandeja con separador o diferentes bandejitas para introducirlos (En el caso de tener una pinza para hielo la podemos utilizar sino lo realizamos con la mano). Los colocamos todos juntos sobre una superficie y los vamos separando y colocando cada grupo en una bandeja.



*Juegos con fideos. Necesitamos fideos tipo macarrones, palitos de brocheta (En caso de no tener podemos utilizar fideos tipo espagueti o tallarín) Y plastilina (En caso de no tener podemos hacer masa de sal).

Colocamos el palito de brocheta en posición vertical haciendo una pequeña base con la plastilina y ayudamos a que los chicos inserten los macarrones sobre el palito.



DÍA 5: Ciencias Sociales

-Observa con detenimiento y atención las siguientes imágenes que te muestran.

-Conversa con algún adulto ¿Quiénes crees que trabajan para que nos alimentemos? ¿Dónde lo hacen? ¿Quiénes son el verdulero, panadero, carnicero, almacenero, cocinero? ¿Conocen alguno? ¿Saben sus nombres?



E.E.E. José de Cupertino-Habilidades I A-Áreas Integradas

-Señala quien es el panadero, quien el carnicero y quien el verdulero. ¿Cómo te diste cuenta?

-Describe todos los productos que ves en las imágenes.

-En una hoja, pide a un mayor, que la divida en tres: en la primera parte dibuja o busca, recorta y pega imágenes de los alimentos que más te gusten de la verdulería, en la parte del centro lo que más te gustan de la panadería, en la parte final lo que más te gusta que te cocinen con lo que venden en la carnicería.

DÍA 6: Área: Formación Ética y Ciudadana

-Observa con atención el video el doctor muelitas

https://www.youtube.com/watch?v=Y_gFH6xdln8

- Comenta en familia: ¿Qué te pareció el video? ¿De qué trata? ¿Cuántas veces al día debes cepillarte los dientes? ¿Debes compartir el cepillo? ¿Cada cuánto tiempo debes cambiar tu cepillo de dientes? ¿Es correcto que comas muchas golosinas? ¿Quién aparece si comes alimentos no saludables?

-Te propongo que en un afiche, hoja, cartulina o lo que encuentres en casa, lo dividan a la mitad y de un lado dibujen una carita feliz y del otro una carita triste y peguen donde corresponda alimentos que encuentren en revistas o envases. Una vez terminado colócalo en un lugar visible para recordarlo.

-Busca un espejo en casa, agarra el cepillo de dientes y copia lo que ves en las imágenes.



DÍA 7: Área: Lengua

-Presta mucha atención a las adivinanzas que te leen. Juega en familia para ver quien adivina más. ¡Mucha suerte y a pensar! <https://youtu.be/55NuDsY-upI>

-Posteriormente, en una hoja, realiza un lindo dibujo, con creatividad y esmero, sobre las frutas y verduras que adivinaste, también puedes sellar libremente con alguna pintura; realizar los

E.E.E. José de Cupertino-Habilidades I A-Áreas Integradas

sellos con los elementos naturales que dispongas (Rodajas de limón, pomelo, naranja, papa, zanahoria, etc.) Es muy divertido. Deja secar muy bien.

Área: Teatro

Contenido: Elementos del código teatral. Espacio escénico.

El espacio escénico es cualquier espacio físico donde los actores realizan una representación teatral, es el lugar donde se desarrolla el conflicto. El actor transforma un determinado lugar en: una plaza, un desierto, el patio de una escuela, un colectivo....

*Hoy vamos a practicar una canción muy viejita...nos ayudan los más grandes de casa. Con la base de la canción hola Don Pepito, pero hemos cambiado la letra.

Hola Don Ajito

Yo soy un tipo con muchos dientes.

Yo soy un tipo muy atufauuuu

Espanto a los vampiros y todo el mundo me da de lauuu

No sabe nadie que curo mucho, no sabe nadie que siento bien

Si te resfrías o estas malito ¡No tengas miedo te ayudaré!

¡Hola Don Ajito, hola Don José!

¿Vendrás para mi casa? A tu casa yo iré

¿Y me pondrás muy fuerte? Yo muy fuerte te pondré

¡Adiós Don Ajito, adiós Don José!

*El ruidoso: Necesitamos una almohada por miembro de la familia.

Un adulto será el ruidoso y se ubicará en un extremo del espacio y el resto de la familia en el extremo opuesto.

El ruidoso tiene que ir a despertar a los demás que se encuentran dormidos sobre su almohada diciendo: ¡Arriba, son las ocho! La familia se levanta y corren al ruidoso, quién llegue primero al ruidoso ocupará su lugar.

DÍA 8: Área: Formación Ética y Ciudadana

¡Comemos en familia!

-Sabías que la alimentación es un momento de disfrutar en familia un montón de actividades en común.

Puedes ayudar acompañando a comprar, a cocinar, ayudar en la cocina, recoger la mesa, preparar el desayuno, etc. Todas estas actividades sirven para estrechar los vínculos familiares, charlar, adquirir conocimiento en torno a la alimentación y trabajar hábitos.

-Te propongo que entre todos realicen una receta familiar.

E.E.E. José de Cupertino-Habilidades I A-Áreas Integradas

-Escriban en una hoja la receta, dibujando los ingredientes.

-¡Comparte con todos la producción!

DÍA 9: Área: Lengua

Preparamos puré de verduras

*Materiales: papas, batatas, zanahorias, zapallos, platos y tenedores.

-Pide a un adulto que te pele las verduras, explóralas; describe y comenta sus características, como su color, su dureza. Observa atentamente como son las verduras antes y después de la cocción, explora si puedes pisar las verduras crudas.

-Antes de cocinarlas deja un trozo crudo de cada verdura para comparar los cambios luego de la cocción.

-Una vez que estén cocinadas, deja enfriar y explora que sucedió: ¿Cómo es el color de las verduras ahora? ¿Cómo es su dureza ahora? ¿Podemos pisarlas?

-Ya con las verduras cocidas, písalas con un tenedor para obtener puré. Agrega los condimentos necesarios, como sal y aceite y sirve en platos para degustar.

DÍA 10: Área: Matemática

-Acompaña a un adulto a hacer las compras al negocio cerca de casa, observa todo lo que vende.

-Reconoce productos y marcas, busca iguales, compara los que tienen pocas letras, los que tienen muchas.

-Formula hipótesis sobre cuál será más pesado o más liviano.

- Te propongo que armes un supermercado para jugar en familia: recolecta envases vacíos, agrega precio a los envases de alimentos, puedes construir una caja registradora con una caja, fabrica billetes, asume roles de comprador y vendedor.

¡A divertirse!

DIRECTORA: HILDA BETINA GIMÉNEZ