

ESCUELA: JINZ N°4

DOCENTES: Bustos Alejandra, Guevara Marcela, Galleguillo Rosa, Moreno Mariela, Peril Natalia, Sánchez Marianela, Grossi Lourdes, Villarreal Sandra

NIVEL INICIAL: Sala de 5 Años

TURNO: Mañana y Tarde

AREA CURRICULAR: Dimensión sociocultural

TITULO DE LA PROPUESTA: *“Que comemos”*

DESAFIOS: Aprender la importancia de una buena alimentación.

CAPACIDADES:

- Comunicación
- Trabajo con otros.

Dimensión	Ámbito	Núcleo	Contenido
Formación Personal y Social	Autonomía	Cuidado de sí mismo	Actitud de cuidado de sí mismo y de los demás
Ambiente Natural y sociocultural			Adquisición de hábitos y actitudes relacionadas con la higiene y el cuidado de la salud
Comunicativa y Artista	Lengua	Oralidad Producción	Descripción Habla y escucha Habla con adecuación  El cuerpo humano la salud Toma de conciencia de la importancia de la higiene personal y cuidados de la salud  Nutrición: como alimentarse sanamente

Ambiente Natural y Sociocultural	Ambiente Natural	Seres vivos y su ambiente	Alimentación saludable
	Matemática	Número y sistema de numeración	Recitado numérico Lectura de números Uso de escrituras numéricas

### **Fundamentación:**

La buena alimentación es fundamental para el crecimiento y desarrollo integral. Una alimentación saludable se logra consumiendo alimentos de buena calidad en forma variada y equilibrada que satisfagan las necesidades de energía y nutrientes del organismo. Desde pequeños debemos incorporar hábitos alimenticios con el fin de conocer que alimentos son mejores para nuestra salud, su clase, calidad, cantidad y distribución a lo largo del día.

### **Actividades de Rutina:**

- Lavarse la cara, cepillar bien los dientes y peinarse para comenzar un nuevo día.
- Saludar a la familia.
- Ayudar a colocar el mantelito para sentarse a desayunar.
- RECUERDA: Lavar bien las manos luego de cada actividad.

### **ACTIVIDAD 1: Dimensión Comunicativa y Artística. Ámbito música**

*Contenidos:* Núcleo de producción: El canto: canciones que incorporen movimientos corporales. Núcleo de contextualización: Espacio al diálogo para comprender que a veces la música surge de determinadas condiciones que la posibilitaron.

### **ESTÍMULO 1**

1. En compañía de algún integrante de la familia, buscar la canción TODO VA A IR BIEN. Siguiendo este link <https://youtu.be/8r4Vs18vKO4>

2. Rodear con el color favorito el personaje que demuestre la emoción que siente al escuchar la canción.



IRA



MIEDO



TRISTEZA



ALEGRIA



DESAGRADO

3. Buscar: cintas, pañuelos u otro elemento. Invitar a la familia para que acompañe a bailar esta canción con movimientos corporales libres usando los elementos que encontraron en casa.

## ESTÍMULO 2

1) Retomando la canción de la actividad anterior <https://youtu.be/8r4Vs18vKO4>

2) Realizar un dibujo de la canción y pensar una palabra de aliento que quieran compartir con los vecinos. Con ayuda a un mayor para que escriba en el dibujo.

3) Para finalizar, escribir y colorear una (1) palabra de aliento y colocarla en algún lugar visible, en el frente de la casa (árbol, ventana, puerta, reja). Permitiendo que todo aquel que pase, pueda verla, transmitiendo un mensaje de esperanza a los vecinos.

Esta actividad es optativa,

### *Ejemplo*



## ACTIVIDAD 2: Dimensión Personal y Social: Ámbito Educación física

**Contenido: Habilidades motoras básicas de tipo no loco motivas. Equilibrio.**

---

Docentes: Marcela Guevara, Alejandra Bustos, Mariela Moreno, Rosa Galleguillo, Marianela Sánchez, Grossi Lourdes, Villarreal Sandra.- **Ed. Física:** Agustín Mestre; **Ed. Musical:** Fernando Musu; **Ed. Plástica:** Natalia Delgado

Semana 1: Caminar libremente a la orden mantenerse parado en un pie, luego en el otro.

Mantener postura estática imitando animales (paloma, mono, etc.) en el piso, pueden variar la altura (silla, banco, o algún elemento similar) también los apoyos (dos pies, un pie, etc.). Luego correr rápido y frenar, realizar estatuas sin moverse, repetir estas actividades, varias veces.

**Juego:** “congeladita estatua”: el adulto responsable deberá correr a atrapar al niño quien deberá quedar congelado en un pie sin caer, luego invertir los roles. Pueden participar todos los integrantes de la familia.

### **ACTIVIDAD 3: Dimensión Comunicativa y Artística: Educación Plástica**

**Contenidos:** Textura, color, collage. Figura-fondo.

#### ***“A DESYUNAR CON DIVERSION”***

Preparar el desayuno; sobre una tostada de pan colocamos distintas frutas y mermelada para formar un rostro.

Coloca mermelada o queso sobre la tostada. Para los ojos puede usar banana, para las orejas frutilla. O mandarina, para la boca manzana, para el pelo la manzana rallada.



### **ACTIVIDAD 4: Dimensión Natural y Socio-Cultural: Ambiente Natural**

- Dialogar e indagar con los niños acerca de la alimentación.

Cuando se levantan ¿qué desayunan? ¿Qué comen? ¿Cuál es la comida preferida?

¿Por qué es importante alimentarse? ¿Qué pasa si no comemos bien?

¿Qué alimentos son importantes para crecer sanos?

Al realizar algún deporte ¿por qué es importante tener una buena alimentación?

¿De dónde se sacan los alimentos? ¿Cómo pueden clasificarlos?

¿Dónde se conservan los alimentos?

- Dibujar qué comen en el desayuno, almuerzo, merienda y cena.

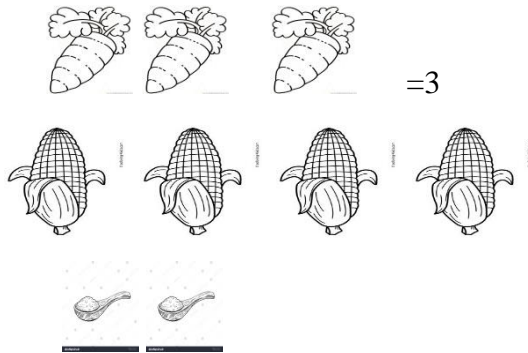
#### **ACTIVIDAD 5: Dimensión Comunicativa y Artística: Ámbito Lenguaje**

- 1- Escuchar las instrucciones para preparar alimentos: gelatina con frutas, fideos con manteca, sopa de verduras, panes etc.
- 2- Elegir una elaboración y dibujar los pasos de la misma.

#### **ACTIVIDAD 6: Dimensión Ambiente Natural y Socio-Cultural: Ámbito Matemática**

- Contar cuantas verduras o ingredientes se utilizaron, dibujo y coloco el número al lado.

Ejemplo:



- Escribir en el cuaderno la receta realizada con mamá.
- Dibujar en el cuaderno los ingredientes.

#### **ACTIVIDAD 7: Dimensión transversal: Juego**

- Juegos de pistas sobre alimentos: Describir un alimento sin nombrarlo para descubrir cuál es. Por ejemplo: "es de color verde, tiene hojas, sirve para comer en ensalada..."

#### **ACTIVIDAD 8: Dimensión Comunicativa y Artística: Ámbito Lenguaje.**

- 1- Mamá lee las siguientes adivinanzas.
- Dibujar las opciones correctas en una hoja y decorar. (Collage)



### **ACTIVIDAD 9: Dimensión Ambiente Natural y Socio-Cultural: Ámbito Matemática**

- 1- Clasificar y contar envases de alimentos (por clase, tipo, marca), etc.
- 2- Agregar el precio a los envases de alimentos. (Con ayuda de mamá)
- 3- Ordenar los precios anteriores del más barato al más caro.

### **ACTIVIDAD 10: Dimensión Personal y Social: Ámbito Educación física**

**Semana 2:** Caminar sobre sogas o líneas con curvas dibujadas en el piso (tiza o palo sobre la tierra). Luego trabajar con bolsitas o algún elemento similar que haya en casa.

Caminar con la bolsita en la cabeza, después en una mano y luego en la otra sin que se caiga. También pueden caminar sobre la soga o líneas con curvas, con las bolsitas en la cabeza, en una mano y luego en la otra sin que se caiga, esquivando obstáculos de sillas, botellas, aros, etc. Repetir la actividad mínimo dos veces en forma de circuito.

**Juego.** “Carrera de mozo”: trasladar con un plato de plástico o algún elemento similar: vasos, botellas o algún elemento de plástico simulando ser mozos. El traslado será con una sola mano, sin que se caiga y de a un elemento por vez, desde un extremo al otro.

### **ACTIVIDAD 11: Dimensión Comunicativa y Artística: Educación Plástica**

“ARTE DE FRUTAS”

Sobre una hoja dibujar de un lado la fruta favorita y del otro lado el vegetal preferido.

Para decorar el dibujo formando un collage usar recortes de papel, de diario, revistas o papeles de color. El fondo se puede pintar con lápices de colores.



*Directora: Silvia Romera*

*Vice directora: Alicia Artaza*

