

J.I.N.Z. N°37

CUE: 7001033-00

❖ JINZ N° 37 Escuela Pedro de Márquez

○ Docente:

❖ Viviana Pedrozo

○ Turno: Mañana.

❖ JINZ N° 37 Escuela Roque Sáenz Peña

❖ Docentes:

❖ Gema Aguilera

❖ Silvia Yanzón

○ Turno: Mañana

❖ Especialidades:

○ Educación Física: Nadia Martínez

○ Educación Musical: Valeria Palacios, Residente: Lisandro Toro

○ Educación Plástica: Marisa Salinas

SALA: 5 años

TURNO: Mañana

ÁREAS INTEGRADAS

TÍTULO: “SOMOS LO QUE COMEMOS”

**CONTENIDOS:**

- Oralidad: habla y escucha.
- Significado de nuevas palabras.
- Alimentación saludable. Origen de los alimentos.
- Realización de comparaciones en cantidades para descubrir expresiones tales como: pocos-muchos.
- Conteo oral.
- Percepción óculo manual.
- Educación Plástica: -Procedimientos bidimensionales.  
-Organización del espacio bidimensional.
- Educación Física: - Reconocimiento de los lados del cuerpo y lateralidades, con ubicación espacial y temporal.
- Educación Musical: -Identificación de algunos instrumentos musicales.

**ACTIVIDADES:****Actividad 1:**

-Conversarán en familia: ¿Por qué es importante alimentarnos? ¿Qué comidas les gusta más? ¿Qué pasa si no comemos bien? ¿Es necesario consumir siempre los mismos alimentos? ¿Por qué?

-Luego de conversar en familia te invito a observar este video:

<https://www.youtube.com/watch?v=FUBpTGB2zO4>

**¿Que será entonces tener una Alimentación Saludable?**

**Actividad 2:**

- ¿Sabes de dónde provienen los alimentos saludables? ¿Cómo podríamos clasificarlos? Aprenderemos juntos el origen de los alimentos. ¡A prestar mucha atención al siguiente video!:

<https://www.youtube.com/watch?v=fQEoNBfNfnY&t=8s>

-Conversarán en familia sobre lo que vieron en el video.

-Pensarán y elegirán tres alimentos de origen vegetal que más les guste. Con ayuda de mamá los dibujarán y pintarán. Luego mamá les recortará cada uno de ellos para armar rompecabezas: el primer alimento (a elección) lo recortará en 2 partes, el segundo en 3 partes y el tercero en 4 partes. Por último, los pegará en hojas. **¿Te animas?**

**Área Integrada: Educación Plástica**

.Para esta actividad vas a elegir una o dos frutas que compren en casa y la cortarás por la mitad. Pondrás en un plato témpera donde humedecerás esta fruta y la irás marcando en una hoja color blanca. Puedes usar uno o mas colores. Dejarás secar muy bien.

**Actividad 3: Actividad en el Cuaderno**

-Buscarán su cuaderno y cartuchera, recordando tener siempre las manitos limpias.

-Recordarán con ayuda de mamá qué es tener una Alimentación Saludable. Te animas a buscar en revistas muchos alimentos saludables, recortarlos y pegarlos en tu cuaderno. Si quieres puedes colocarles el nombre (con ayuda).

-Al terminar guardas todos tus elementos en la cartuchera y el cuaderno.

### **Área integrada: Educación Física:**

1)Entrada en calor: en el patio dar una vuelta trotando, solo moviendo el brazo derecho. La segunda vuelta mover en forma circular el brazo izquierdo. Por ultimo, saltar hacia adelante con los dos pies juntos, luego saltar con el pie izquierdo hacia adelante y el derecho hacia atrás.

2)Actividad: En algún espacio libre A-Conducir con el pie derecho la pelota, realizando una vuelta entera. B-Marcar un arco pequeño y realizar 5 penales con el pie derecho. C-Conducir la pelota con pie izquierdo y patear 5 veces con el mismo. D- Lanzar la pelota hacia arriba con mano izquierda y recepcionar (agarrar) con la mano y brazo derecho. Repetir 3 veces y comenzar con la otra mano.

3)Juego: “De Obediencia”: Un familiar deberá dictarles las siguientes indicaciones y otras, las cuales el alumno deberá realizar lo más rápido posible sin confundirse, sino pierde: “Sentado, parado, subir pierna derecha, levantar mano izquierda, tocarse el pie derecho con mano izquierda, saltar con pie derecho, etc.”

4)Vuelta a la calma: Parados, tomar aire con brazos arriba piernas separadas y expulsar el aire bajando los brazos y el cuerpo hacia el pie derecho primero, repetir el ejercicio, pero hacia el pie izquierdo.

### **Actividad 4:**

-Una nueva historia para aprender. ¡Atención al cuento “Puros cuentos saludables”!  
<https://www.youtube.com/watch?v=cFUaHGIF0Dk>

-Seguidamente conversarán con mamá ¿Por qué estaba enojado el nene? ¿Qué comida le daba siempre su mamá para llevar a la escuela? ¿A Lalo, qué comida le daban para llevar a la escuela? ¿Qué le pasó a Lalo por comer siempre esa comida? ¿Cómo se recuperó? ¿Ustedes qué piensan que será la comida que deben comer?

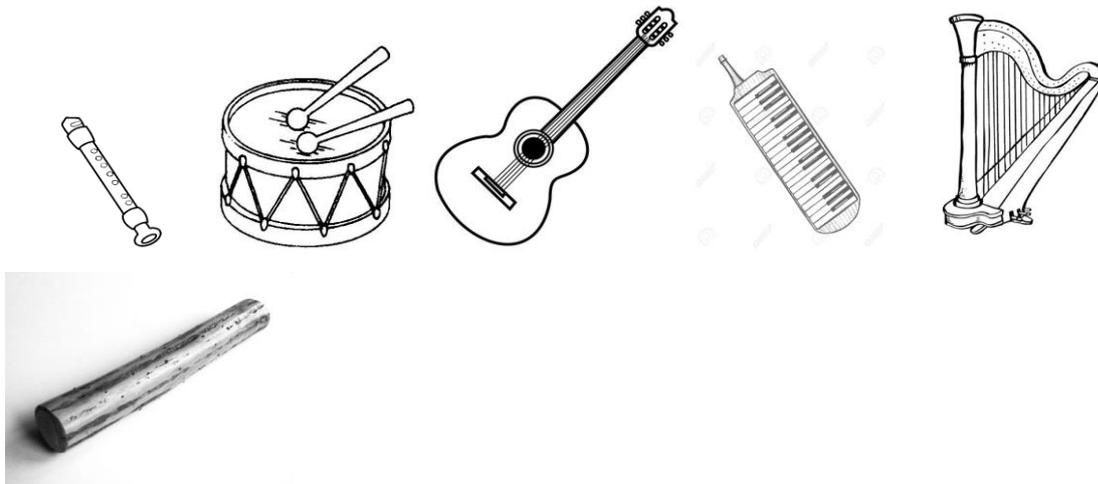
-Para finalizar le proponemos a mamá preparar un rico almuerzo con verduras y de postre comer fruta.

**Área integrada Educación Musical:**

.Escuchamos y observamos los instrumentos presentados por el profesor en el siguiente video:

[https://youtu.be/ VNYn\\_43HoU](https://youtu.be/VNYn_43HoU) Mientras ves el video te propongo identificar los nombres de los instrumentos y cuál es su forma de ejecución.

.Luego, con la ayuda de un adulto, identificamos los instrumentos que aparecieron en el video y dibujamos el que más nos guste.

**Actividad 5:**

-Retomarán el video sobre el origen de los alimentos. ¿Recuerdas de dónde provienen los alimentos de origen Animal? Para tener en cuenta algunos de esos derivados podemos escuchar la **Canción Señora Vaca:** <https://www.youtube.com/watch?v=vWIIoCFdJac>

-Buscarás en revistas algunos alimentos de origen Animal.

-Mamá te ayuda a escribir sus nombres (en hojas) ¿Qué alimento tiene el nombre más largo? ¿Y cuál el más corto? ¿Te animas a contar las letras de esos nombres de alimentos? ¿Cuál tiene más letras? Puedes escribir el número con ayuda de mamá.

**Actividad 6:**

-¡Cuánto aprendimos de los alimentos, las verduras y las frutas! ¡Cuánta energía que nos aportan!

-Hoy la propuesta es hacer algo muy divertido: armaremos un Memo Test de las verduras y frutas. Para ello, elegirán 4 frutas y 4 verduras distintas, en una hoja blanca mamá les marcará cuadrados de 15cm x 15 cm, en cada cuadrado dibujarán las frutas y verduras, 2 veces la misma fruta. Cuando terminamos de dibujar las pintarán y ahora... ¡A divertirse jugando con un integrante de tu familia! **¡Suerte para encontrar las parejas!**

-Al finalizar guarda el memo test para jugar luego y tantas veces como quieras.

### **Actividad 7: Actividad de Cuaderno**

-¡A buscar el cuaderno! Recuerda sus cuidados y uso.

-Este día realizaremos una clasificación. Mamá te pegará dos círculos de diferentes colores en el cuaderno. Deberás pensar y dibujar dentro de los círculos muchos alimentos de origen animal y pocos alimentos de origen vegetal. Si te animas puedes colocar **MUCHOS - POCOS**, con ayuda y como puedas.

### **Actividad 8:**

-Este día prepararán con mamá masa de sal. Luego modelarás los más sanos y ricos alimentos de origen vegetal. Si quieres puedes pintarlos.

-Posteriormente, buscarás dos recipientes y colocarás en uno **muchos** alimentos y en el otro, **pocos** alimentos. **¡A jugar!**

### **Actividad Integrada Educación Plástica:**

.Para esta nueva actividad tomarás los sellos de la clase anterior y recortarás cada fruta, luego en una hoja blanca dibujarás una frutera, plato o bandeja bien grande donde luego pegarás las frutas que realizaste mediante los sellos. Puedes colocar las frutas en diferentes direcciones y superpuestas también.

### **Actividad 9:**

-Como ya sabes el origen de los alimentos, ahora es momento de pensar cuáles son los alimentos más necesarios para crecer fuertes. La seño enviará un video explicativo sobre el Óvalo Nutricional.

-Conversarán con mamá sobre el video. ¿Estuviste atento? ¿Qué alimentos podemos comer más y cuáles en menor cantidad? Te animas a armar tu propio plato saludable. Para prepararlo podrás buscar un platito descartable o dibujarlo al igual que los alimentos. **¡Qué buena idea!**

### **Actividad 10: Actividad de Cuaderno**

-¡Qué importante es cuidar nuestro cuaderno! Antes de comenzar a trabajar recuerda lavarte las manos muy bien con jabón.

-Realizarás en tu cuaderno un panfleto o folleto, en el que recordarás cuáles son los alimentos saludables. Antes de comenzar conversarán en familia: ¿Que será un panfleto? ¿Cómo podemos armarlo? ¿Qué podemos dibujar o escribir? Luego de intercambiar ideas puedes hacer todo lo que se te ocurra para dar a conocer lo importante de tener una alimentación saludable.

### **Área integrada: Educación Musical:**

.Recordamos los instrumentos vistos en el video [https://youtu.be/VNYn\\_43HoU](https://youtu.be/VNYn_43HoU) y respondemos a las siguientes preguntas sobre familias de instrumentos: ¿Qué instrumento tiene cuerdas? ¿Cuál de ellos se sopla? ¿Cuál se agita? ¿Cuáles son de madera?

.Si les gustó aprender sobre los instrumentos, envíenme una foto del que dibujaron en la primera actividad.

### **Actividad 11:**

-Teñirás hojas o telas con dos alimentos de origen vegetal: remolacha y acelga. Mamá será de gran ayuda en esta actividad: cocinará la remolacha y la acelga (en recipientes diferentes) y dejará enfriar el agua. Una vez bien fría el agua, buscarás hojas o pedacitos de tela (blanca) y los introducirás en el agua para ver qué pasa. ¿Cómo quedaron?

### **Actividad 12:**

-¡Es la hora de cenar! ¿Qué podemos preparar? ¿Qué tal si antes juegan en familia “A tomar la sopa”? Para este juego van a necesitar: una olla con fideos secos y un dado. Por turnos, tiran el dado y retiran de la cacerola, tantos fideos como indica el dado. Gana el que acumuló más fideos. El de hoy será un juego de práctica.

### **Actividad 13: Actividad de Cuaderno**

-Busca tu cuaderno y no te olvides de la cartuchera y tener tus manitos limpias.  
-Este día volveremos a jugar “A tomar la sopa” pero esta vez estaremos más preparados para sacar el puntaje. Sólo jugarás con un integrante de la familia.  
-Escribirás solito tu nombre y con ayuda, el nombre del otro participante. Comenzarán a tirar el dado por turno y registrarás la cantidad de fideos que saca cada uno por turno.

**¡Vamos!**

**Área integrada Educación Física:**

1)Entrada en calor: En la plaza o espacio verde más cercano a casa, realizar junto a algún integrante de la familia una vuelta lo más grande posible, para poder realizar trote adelante y atrás, galope lateral, saltar con el pie derecho, luego el izquierdo mientras los nombran y caminar en cuadrupedia.

2)Actividad: En tripedia, con la pierna derecha arriba avanzar realizando vertical, volver con la pierna izquierda arriba. Buscar un banco en la plaza, o en una silla, y colocar manos en el piso, pies en el banco (o silla), un miembro de la familia les dictara lo que deben mover: 1-Levantar mano derecha. 2-Levantar pie izquierdo. 3-Levantar brazo izquierdo y pierna derecha al mismo tiempo.

3)Juego: 1-Realizar vertical en la pared o árbol y despejar pierna derecha de la pared (Tripedia) y contar hasta 10. Bajar y realizar lo mismo con la izquierda. 2-Deberán sacarse una foto, con algún miembro de la familia haciendo una pose de un ejercicio realizado en la clase, levantando una mano a elección (derecha o izquierda). Escribir debajo de la foto que mandarán vía WhatsApp a la seño correspondiente, lo siguiente: “REALIZAR ACTIVIDAD FISICA ES MUY IMPORTANTE PARA NUESTRA SALUD”, junto al nombre del alumno.

4)Vuelta a la calma: Sentados con piernas separadas, tomar aire con los brazos arriba y expulsar el aire llevando brazos al pie derecho y contar hasta 10, tomar aire nuevamente con brazos arriba, e inhalar llevando brazos al pie izquierdo.

**Directora: Natacha Capriotti**