

nutri chic@s

NUTRI CHICA



BROCOLINO



☰ Tema: voy a conocer y cuidar mi cuerpo



Actividad 1 :

- ▶ Realizar de manera conjunta masa de diferentes colores y texturas para modelar.
- ▶ Link con receta: <https://www.educacioninicial.com/a/plastica/modelado/recetas/>
- ▶ Modelar el cuerpo humano, ayudando a nombrar cada una de las partes exteriores del cuerpo.
- ▶ Para finalizar colocarle un nombre a la producción.





Actividad 2:

- ▶ Bailamos al ritmo de la música con nuestro cuerpo
- ▶ Consigna: en familia deberán bailar al ritmo de la canción y tocar las partes del cuerpo que las mismas mencionan, si cuentan con accesorios coloridos, sería lindos utilizarlos.
- ▶ Link de las canciones:
https://www.youtube.com/watch?v=uTK_7MOFV4s
<https://www.youtube.com/watch?v=cgEnBkmcpuQ>
<https://www.youtube.com/watch?v=71hiB8Z-03k>



recuerden sacar fotos/ videos de las actividades

- ▶ Luego cualquier integrante de la familia puede preguntar: ¿Qué partes del cuerpo menciona la canción?, ¿Qué otras partes del cuerpo conoces?, ¿Puedes nombrarlas y moverlas?
- ▶ Al finalizar con la actividad se pedirá que descansen con una canción suave, estirando los brazos, piernas, y las partes del cuerpo.



Actividad 3:

- ▶ Dialogar sobre lo que el cuerpo necesita para ser fuerte y crecer sano.
- ▶ Lo que nos permite, poder hacer todas las cosas que nos gustan (como por ejemplo bailar, correr, saltar) (Alimentos saludables y no saludables)
- ▶ LinkVideo: <https://www.youtube.com/watch?v=QeXzKg95H8c&t=209s>
Luego en familia cocinaran algo sano: por ejemplo (sopa) (alguna receta saludable que pueda realizar en el hogar.)





Actividad 4:

- ▶ Observar el video: <https://www.youtube.com/watch?v=Qy4Y5TDMqPY>
- ▶ Y luego preguntar: ¿Qué hay que hacer para estar limpios todos los días? ¿Por qué hay que lavarse las manos? ¿Si no se lavan las manos que hacen los gérmenes? ¿Cuándo hay que lavarse las manos? ¿Después de comer que hay que hacer?
- ▶ Preparar la mesa para la merienda con la bolsa/mochila del jardín y tener en cuenta lo observado en el video. (Lavarse las manos, poner la mesa, lavar las cosas una vez que terminamos de merendar. Cepillarse los dientes.)



recuerden sacar fotos/ videos de las actividades



Actividad 5:

- ▶ Teniendo en cuenta el video observado el día anterior, en familia cepillarse los dientes y recordarles que pasa si no se limpian los dientes.



- ▶ Mira con atención tu dentadura frente a un espejo y dibújala dentro de esta boca pinta con color los dientes definitivos que te han salido.
- ▶ Busca información sobre cómo cepillarse bien los dientes y luego escribe los pasos de un buen cepillado.
- ▶ Responde:
¿Cuántas veces al día debemos cepillarnos los dientes? ¿Cada cuánto debemos visitar al odontólogo? Haz un listado de los alimentos que ocasionan caries dentales.
- ▶ Señala con una x Cuáles de estas imágenes te parece que representan un mejor cuidado de la salud. Discutí con tus compañeros los motivos que te llevaron a elegir estas imágenes.



()



()



()



()



()



Tema: medidas de longitud y peso



Actividad 1:

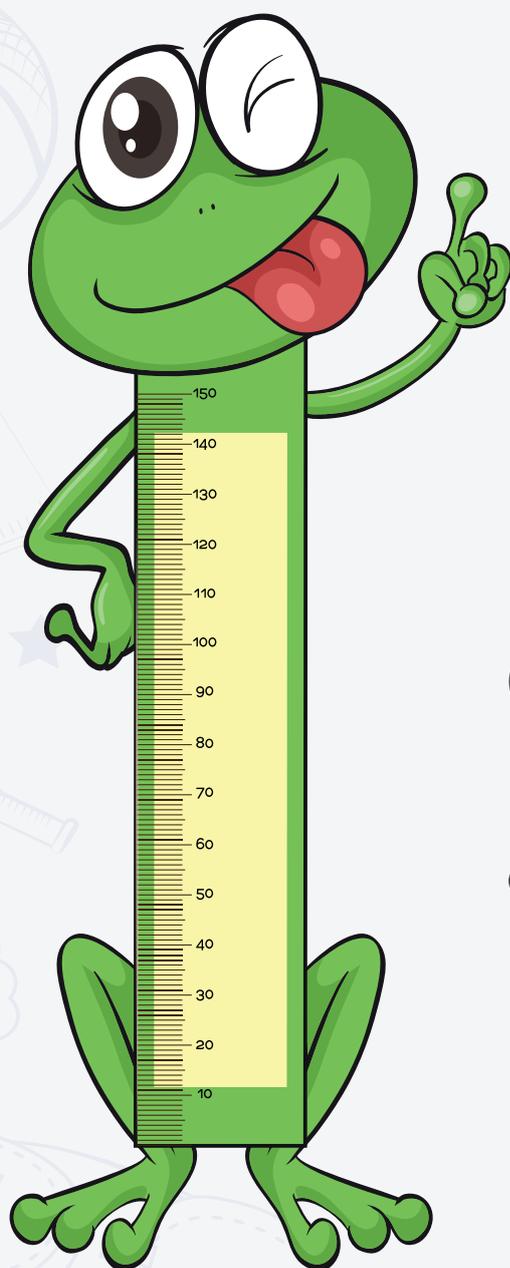
- ▶ Registra con la ayuda de tus papis, tu peso, talla y edad en la siguiente imagen y luego envía los resultados a tu seño.





Actividad 2:

▶ Luego registra el peso, la talla y la edad de todos los integrantes de la familia.



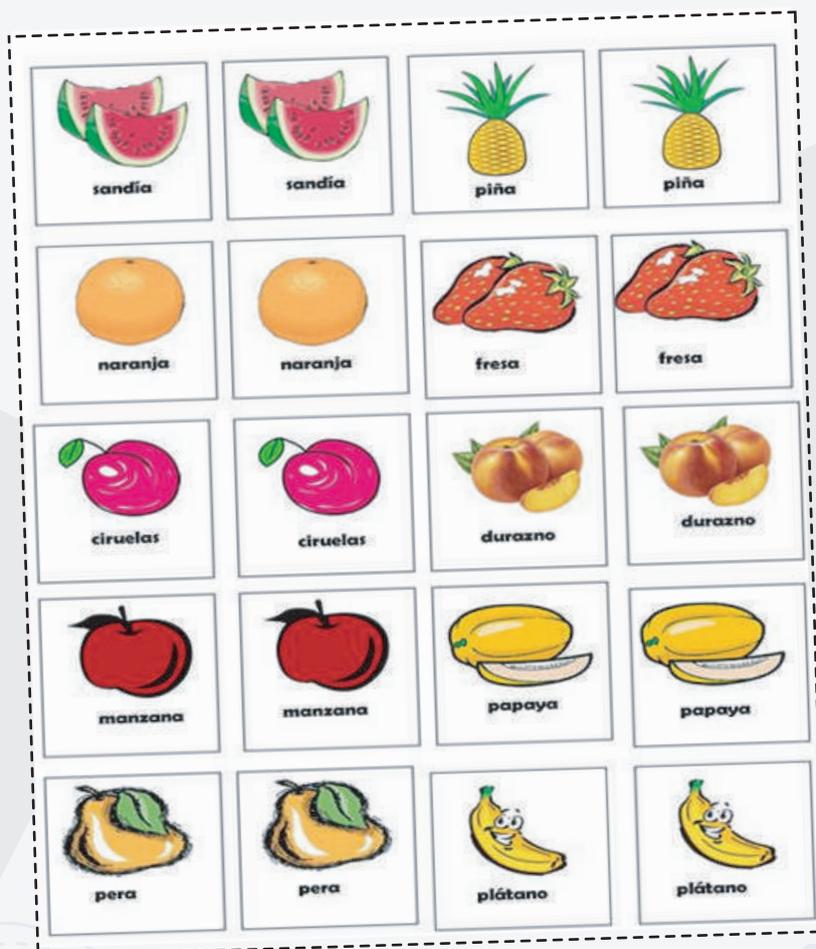


Tema: agilizo la memoria



Actividad 1:

► Buscar la imagen compañera”, recortar las imágenes, luego colocarlas boca abajo, buscar la imagen con su compañera, termina el juego cuando completas todas.





Actividad 2:

- ▶ Vamos a Jugar a “pegar la fruta al árbol”. Estos juegos deberán ser realizados con los ojos vendados.
- ▶ Lo importante es que ellos puedan ubicarse en el espacio, las figuras pueden ser de papel de cuaderno, de hojas a4, cartulina, lo que tengan en casa y deseen utilizar hasta apoyándose en la pared si lo necesitan, priorizando lo que tengan al alcance.





Actividad 3:

- ▶ Los invitamos en familia a buscar los siguientes elementos:
2 llaves, 5 hojas de un árbol, 4 piedritas, 1 foto familiar, 1 juguete preferido.
- ▶ Una vez encontrados cada uno de los elementos del tesoro, deberán sacar foto y ser enviado a la señorita.
- ▶ Disfrutar del tesoro encontrado puede ser (golosina saludable, juguete, globos etc., lo que cuenten en el hogar).



Tema: nutriditos

Actividad 1: 5 al día Receta para una familia feliz.

▶ Es importante consumir 5 porciones de frutas y/o verduras por día. Les proponemos en familia preparar algunos platos divertidos de diferentes colores de frutas.

PARA LEER EN FAMILIA:

RECETA PARA UNA FAMILIA FELIZ

PARA HACER UNA FAMILIA NUNCA TE DEBEN FALTAR LOS SIGUIENTES INGREDIENTES... NO TE PUEDES OLVIDAR:

- CARECIAS, MIMOS Y BESOS EN ABUNDANTE CANTIDAD. BIEN MEZCLADOS CON DULZURA, CARIÑO Y COMPLICIDAD.
- RESPECTO, TOLERANCIA Y MUCHA COMUNICACIÓN. EN ALGUNAS OCASIONES AGREGAR TAMBIÉN PERDÓN.
- TAMIZAR LAS DIFERENCIAS CON ALSO DE COMPRENSIÓN. EVITAR QUE SE HAGAN GRUPOS DE PELEA Y MAL HUMOR.
- LUEGO LLEVAR AL HORNO, SIN DESOVIAR SU COCCIÓN. DESMOLDAR CON PACIENCIA Y ESPOLVOREAR CON UNIÓN.



Cocina **Mariposa colorida** **Mamitas PRENSA LIBRE**

Ingredientes

- 1 naranja
- 5 uvas
- 1/4 de zanahoria

Preparación

1. Corta la naranja en rodajas. Toma dos y pórteles por la mitad, estas serán las alas de la mariposa.
2. En un plato, coloca las cinco uvas en línea vertical.
3. Luego, a los lados, coloca las rodajas de naranja partidas.
4. Parte dos trocitos verticales de zanahoria para simular las antenas y ¡listo!

recuerden sacar fotos/ videos de las actividades



Tema: nuevo mi cuerpo



Actividad 1:

- ▶ Observo el siguiente video, y luego trato de imitar las mímicas y sonidos de los animales.

Registro las actividades con fotos y videos.

<https://youtu.be/hULyvyLjMf4>



recuerden sacar fotos/ videos de las actividades



Actividad 2:

- ▶ Trabajaremos un nuevo contenido, arrojar y lanzar. Les propongo querida familia construir primeramente el elemento, se animan? **Seguro que si!!**

Ustedes pueden elegir cualquier tutorial de los que se le envían o bien si lo saben hacer diferente, valga esa creatividad!!

<https://youtu.be/x1aIMEa-Tkl>

https://youtu.be/TL_aojIjGo

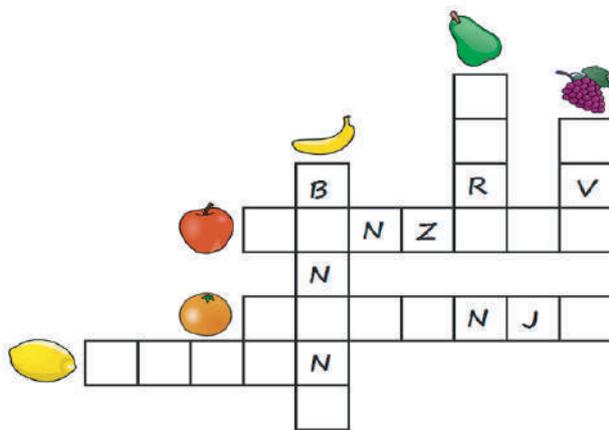


recuerden sacar fotos/ videos de las actividades



Actividad 3:

▶ Encuentra todas las frutas en el crucigrama.



M	N	A	B	C	D	E
P	A	T	A	T	A	S
F	R	N	G	O	H	A
I	A	J	Z	M	K	N
L	N	M	N	A	Ñ	D
O	J	P	Q	T	N	I
R	A	S	P	E	R	A

ENCUENTRA

SANDIA
MANZANA
PERA
TOMATE
PATATAS
NARANJA





Actividad 4:

▶ Colorea los alimentos, clasifica y pega en tu cuaderno.



- ▶ Videos:
Promoviendo hábitos de alimentación saludable:
<https://www.youtube.com/watch?v=QeXzKg95H8c>
Aprendemos de los Dientes:
<https://www.youtube.com/watch?v=Rooj4rxw3vQ>



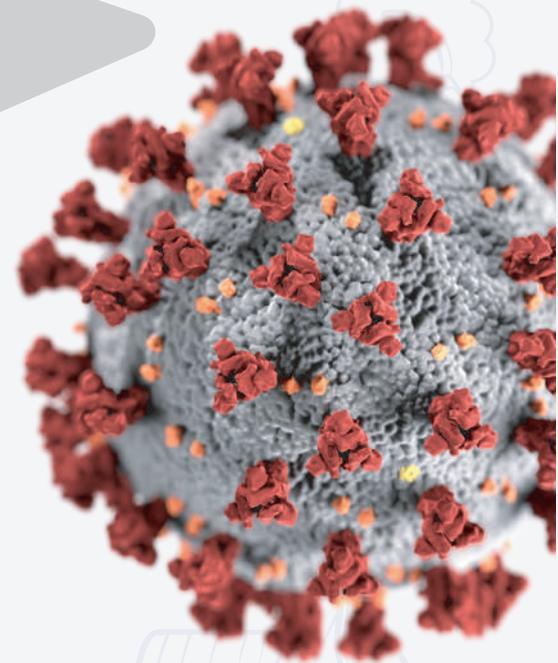


Tema: Prevención de enfermedades Coronavirus y Dengue



Actividades:

- ▶ 1) Observen en familia el siguiente video y luego dibujar, representar con disfraces o con títeres (lo que ustedes puedan realizar) la parte y personaje que más le gustó de la historia.
https://drive.google.com/file/d/1YF96tHgqnCkDBzz3yZjOTY6aWa_BzbgT/view?usp=sharing
- ▶ 2) Recitar verbalmente en formato video o audio una canción o cuentito en donde expliquen las medidas preventivas para evitar la infección por coronavirus.
- ▶ 3) Lean el cuento **“Rosa Contra el Virus”** en formato PDF.
- ▶ 4) Luego observa atentamente la imagen de “lavarse las manos previene enfermedades” y luego comparte un momento en familia lavándose las manos entonando el “cumpleaños feliz” dos veces.



- ▶ 5) Observa la siguiente imagen y recorta las secuencias; ordénalas en tu cuaderno y escribe lo que ves en cada una. Luego ayuda a cada niño a encontrarse con el elemento que necesita para cuidar su higiene.

Historias limpias y aseadas ● Recorta las secuencias, ordénalas en tu cuaderno y escribe lo que ves en cada una.

1

2

CADA UNO CON EL SUYO

● Ayuda a cada niño a encontrarse con el elemento que necesita para cuidar su higiene.

magaraya

- ▶ 6) Mira el siguiente video sobre Prevención del Dengue.
<https://www.youtube.com/watch?v=J3Ycib6Ztlk&t=14s>

Luego en casa realizar las siguientes acciones:

- Colocarse repelente.
- Buscar en el fonde de la vivienda, botellas, tapitas, tachos, etc. Que puedan tengan reservorios de agua y vaciarlos.



recuerden sacar fotos/ videos de las actividades



▶ 7)

a) Ayuda al agente a combatir el dengue a encontrar la ruta para exterminar el foco de mosquito.

b) cuál de los siguientes equipamientos son los utilizados para eliminar el mosquito.



▶ 8) Recortá y colocá en orden la secuencia del Dengue.





Tema: Valores y Derechos del Niño



Actividades:

▶ 1) Miren en familia el siguiente video y luego en familia realizar las siguientes actividades:
<https://youtu.be/--2agpdFzKc>

- a) 4 juegos para trabajar los derechos del niño en familia.
- b) NO SER DISCRIMINADO JUEGO DE ROL

Objetivo: enseñarles qué significa ser discriminados y cómo se sienten las personas que así son tratadas.

El juego: Para este juego no se necesita un número mínimo, pero si es un grupo de 5 integrantes será más divertido

★ Cada uno de los jugadores llevará una pegatina en la espalda que le definirá, esa pegatina le asignará un rol que hará que los demás le trate en consecuencia. Él, no podrá saber esa cualidad que le define, y nadie puede decírselo.

El juego consiste en mostrarnos cómo tratamos a las personas dependiendo de su raza, religión, género, color de piel, nivel adquisitivo... Juguemos con ellos y que entiendan cómo no deben consentir ser tratados y cómo se sienten cuando alguien es discriminado.

Al final del juego debemos “preguntarles” cómo se han sentido y que creen que hay que cambiar.



▶ c) EL INTERÉS DEL NIÑO/A SERÁ SIEMPRE A SU FAVOR ANTE CUALQUIER LEY O POLÍTICA.
EL JUEGO DEL LAZARILLO

Objetivo: Despertar su empatía y confianza.

El juego: Para este juego necesitamos sólo 2 personas o ser pares. Uno tendrá los ojos tapados con un pañuelo o algo que le impida la visibilidad total. Mientras, el otro será su guía.

Buscamos que sean conscientes de la vulnerabilidad y lo importante que es estar con alguien que te ayude.

Los papeles se intercambiarán para que ambos puedan experimentar los dos roles. Al final del juego les preguntaremos cómo se han sentido en cada uno de los papeles.



- ▶ d) Derecho a la vida, a la supervivencia y a un desarrollo adecuado.

CAMBIO DE ROLES

Objetivo: Empatía, tolerancia, comprobar cómo se está desarrollando su conciencia.

El juego: hay que elegir una persona y comportarnos como ella, adoptar su rol. Deben pensar, hablar y actuar como la persona elegida. Lo ideal es que intercambiemos roles entre nosotros para descubrir cómo nos ve la otra persona y ser tolerante con la imitación.



- ▶ e)
OPINAR Y SER RESPETADO EN SUS OPINIONES.
OPINAR Y APRENDER A RESPETAR
Objetivo: aprender a opinar de forma desinhibida a expresarse. Aprender a escuchar y escuchar a los demás.

El juego: No hay un número mínimo para jugar, pero como se trata de opinar un mínimo 4 personas hará el juego más divertido. Aquí lo más difícil y más importante es elegir las preguntas que sentarán la polémica. Por ejemplo:

Si pudieras elegir a alguien ¿quién serías?

Si fueras rico, ¿Cómo gastarías el dinero?

Si fueras tu profesor, ¿Cómo te comportarías en clase?

Buscamos que se expresen cómo ellos ven la vida y que escuchen a los demás respetando sus opiniones. Nos sorprenderá seguramente ver cómo entienden las diferentes situaciones.

Al final lo importante es hablar con ellos, escucharles, compartir tiempo juntos, y hacer que disfruten.



**ESPERAR
NUESTRO
TURNO
PARA
HABLAR**



**PEDIR LAS COSAS
POR FAVOR
Y
DAR LAS
GRACIAS**



recuerden sacar fotos/ videos de las actividades

▶ LAS EMOCIONES:

HoLaFaMiLiA:

Queridas Familias: A partir de ahora comenzamos a trabajar una secuencia denominada “Los colores de las emociones” incluye actividades pensadas para que desarrollen en familia, dando la posibilidad de que el alumno/a exprese sus ideas y realice sus propias producciones a fin de adquirir progresivamente el aprendizaje significativo que brindara cada una de las experiencias de enseñanza vividas.



ACTIVIDAD Nº 1:

Proyección del cuento el monstruo de los colores, para disfrutar en familia.

Link del video:

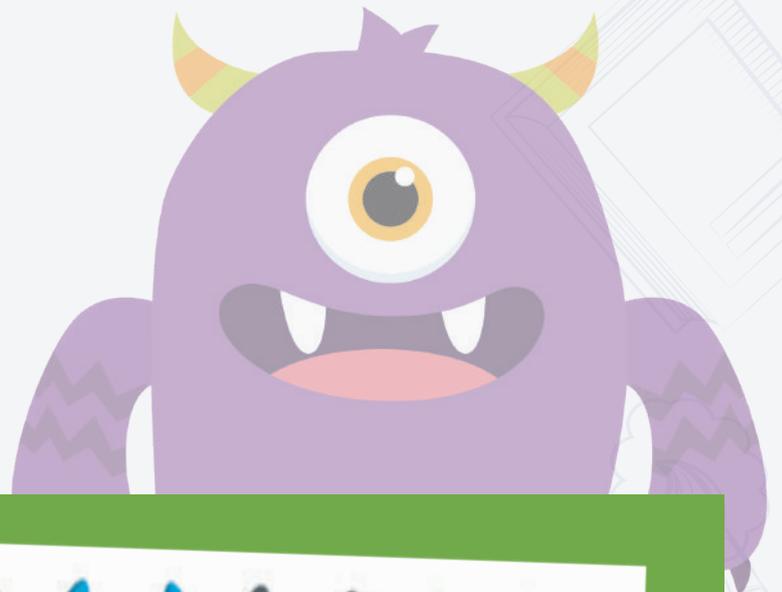
<https://www.youtube.com/watch?v=AhXjf90Hcp8>

Conversación en familia sobre el contenido del cuento, haciendo comparaciones de cada color del monstruo con situaciones cotidianas. Queridas Familias:

Continuamos educando a la distancia, deseando que se encuentren todos bien. A partir de ahora comenzamos a trabajar una secuencia denominada “Los colores de las emociones” incluye actividades pensadas para que desarrollen en familia, dando la posibilidad de que el alumno/a exprese sus ideas y realice sus propias

producciones a fin de adquirir progresivamente el aprendizaje significativo que brindara cada una de las experiencias de enseñanza vividas.

- ▶ ¿Cuándo se sienten felices como el monstruo de color amarillo? ¿Enojados como el rojo?
¿Asustados como el negro?
¿Tristes como el azul? ¿Tranquilos como el verde?
Elegir el monstruo que más le gusta o se identifican para colorear.
Necesitamos que un adulto, dispongan de los diferentes monstruos, es decir, que los dibujen o impriman, para que los chicos los vean y puedan trabajar.



- ▶ Buscar los monstruos realizados en la actividad anterior, recortar y dibujar un emocionometro (libre elección) con la intención de registrar cómo se sienten en el día a día y utilizar el estado de ánimo que experimenta cada uno, generando entre todos algunas herramientas para expresar su emoción y lograr encontrar la armonía.

Mientras realizan la construcción del emocionometro pueden escuchar diferentes canciones o la que se presenta en este [link](https://www.youtube.com/watch?v=WdmoADDCi4o). <https://www.youtube.com/watch?v=WdmoADDCi4o>



¡Gracias por haber jugado y aprendido!



provincia que late



NUTRI CHICA

**nutri
chic@s**

Ilustraciones ganadoras del concurso



BROCOLINO



**GOBIERNO DE
LA RIOJA**