|  |  |
| --- | --- |
| NOMBRE DE LA SITUACION“CUIDO MI ALIMENTACION” | PropósitoLograr que los alumnos conozcan el plato del buen comer como parte de su buena alimentación |
| TIEMPODel 3 al 30 de noviembre | ORGANIZACIÓNIndividual, grupal y en equipos |
| CAMPO DE FORMACION: Exploración y comprensión del mundo natural y socialLenguaje y comunicación | AREA DE DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL: |
| ORGANIZADOR CURRICULAR * 1 oralidad-2descripción
* 1 mundo natural-2cuidado de la salud
 | ORGANIZADOR CURRICULAR  |
| APRENDIZAJES ESPERADOS |
|  • Reconoce la importancia de una alimentación correcta y los beneficios que aporta al cuidado de la salud• Practica hábitos de higiene personal para mantenerse saludable |  |
| SITUACION DIDACTICA |
| INICIO: se inicia la actividad preguntada a los niños ¿quién desayuno?, ¿para que nos alimentamos?, ¿Qué pasa si no comemos?, ¿alguna vez se han enfermado? |
| DESARROLLO:* Guiarlos en una conversación sobre lo que mas les gusta comer y quien se los prepara ¿cómo imaginan que su mama prepara la comida?
* Mostrar una receta para preparar gelatina y explicar de que parte se conforma la receta
* Versión 1 libro de la educadora pág. 57 parte 1
* Mostrar el plato del buen comer y permitir que los niños lo observen por un momento para luego cuestionar ¿qué alimentos hay?, ¿los han comido alguna vez? ,¿ donde los consiguen?. Formar equipos de los grupos del plato del buen comer.
* Analizar los grupos del plato del buen comer frutas y verduras, leguminosas y productos de origen animal y cereales
* De forma individual elegir algún alimento del palto del buen comer y darle forma con plastilina o con otro material.
* De forma grupal dar forma al plato del buen comer con alimentos reales y traídos de casa
* Mostrar utensilios de cocina para que describan como son, como funcionan, como se usan y que se puede hacer con ellos.
* Jugar con juguetes en forma de utensilios para representar acciones (jugar a la comidita)
* Dar lectura al cuento ¿Cómo llego eso a tu lonchera? Y rescatar ideas principales
* Exponer características y nutrientes que nos proporcionan algunas frutas como por ejemplo naranjas, guayabas zanahorias por parte de algunos compañeros y degustar las frutas que los niños expongan.
* Prepara entre todo un coctel de frutas. Siguiendo los pasos de la receta
* Exponer características y nutrientes que nos proporcionan algunas verduras por parte de algunos compañeros
* Decorar la imagen de algunas verduras
* Exponer características y nutrientes que nos proporcionan algunos alimentos de origen animal
* Relacionar imágenes de alimentos con la fuente de donde los obtenemos ejemplo leche-vaca
* Mostrar a los niños alimentos chatarra ¿les gusta este tipo de alimentos?,¿Por qué?. Explicar que esta comida no es buena consumirla porque no aporta nada de beneficios a nuestro cuerpo al contrario nos hace estar gordos y a veces enfermos.
* Recordar que los únicos alimentos que hacen bien a nuestro cuerpo son los que hay en el plato del buen comer. Pedirles que busquen imágenes de comida chatarra en los libros para pegarlas en una lámina y recordar que no debemos consumirlas.
* Ver imágenes de chef y guiarlos en una conversación para que identifiquen ¿Qué hacen?,¿Dónde y cómo lo hacen?,¿para qué lo hacen?
 |
| CIERRE:Con apoyo de una madre de familia preparar algún alimento sencillo en donde se usen los grupos de alimentos del plato del buen comerTomar las medidas de higiene necesarias. |
| RECURSOS Recetas, Frutas, verduras, leguminosas, alimentos de origen animal, utensilios de cocina, plastilina, papel, Resistol, juguetes.  |

ELABORO

L.E.P. SILVIA VANESA SANCHEZ CONTRERAS

EVALUACION

APRENDIZAJE ESPERADO: Reconoce la importancia de una alimentación correcta y los beneficios que aporta al cuidado de la salud

Practica hábitos de higiene personal para mantenerse saludable

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | LOGRADO | EN DESARROLLO | REQUIERE POYO |
| Identifica los alimentos que debe consumir para estar sano y no enfermarse |  |  |  |
| Aplica las medidas de higiene como el lavado de manos antes de consumir alimentos |  |  |  |
| Identifica los grupos de alimentos del plato del buen comer  |  |  |  |
| Evita consumir comida chatarra en sus alimentos diarios |  |  |  |
| Reconoce que es necesaria preparar de forma adecuada los alimentos para poder consumirlos |  |  |  |