

OBJETIVO

Mostrar curiosidad y asombro al explorar el entorno cercano, plantear preguntas, registrar información, elaborar representaciones sencillas y ampliar su conocimiento del mundo



CAMPO DE FORMACIÓN Exploración y Comprensión del Mundo Natural y Social

Este campo ofrece un acercamiento a los fenómenos y procesos naturales y sociales con el fin de desarrollar un pensamiento crítico.



Cuidado de la salud

Actividad 1

**CONOCIMIENTO
DEL MEDIO**

Mundo Natural

Actividad 1

MATERIALES:

- Cartulina
- Marcadores
- Revistas para recortar

Desarrollo

1. Elaborar una pirámide donde se incluyan actividades físicas, hábitos y alimentos saludables.
2. Represente con mímica una actividad física, un hábito y un alimento.
3. El resto de los participantes deberán adivinar lo que fue representado y si lo realiza, gana un punto que se marca en la pirámide según corresponda al grupo al que pertenezca la actividad, hábito o alimento.

Concluir con un análisis acerca de los hábitos saludables, actividad física y la alimentación. Además permite usar el cuerpo como medio de comunicación, desarrollando la expresión corporal y la creatividad.

UNIDAD DE LA SALUD

MÍMICA DE ACTIVIDADES FÍSICAS.



Cuidado de la salud

Actividad 2



CONOCIMIENTO DEL MEDIO

Mundo Natural

Actividad 2

MATERIALES:

- Pluma
- Ficha de dominó
- Hojas blancas
- Tijeras,
- Colores
- Pirámide de la alimentación

Desarrollo

1. Entregar una hoja blanca y dividirla en 24 fichas y recórtelas.
2. Dibujar e iluminar alimentos en cada ficha.
3. La ficha debe tener por un lado el nombre de algún alimento y en el otro algo que sea característico del mismo, por ejemplo el color que ocupa en la pirámide de la alimentación.
4. Volteé las fichas y pídale que intente unir las correctamente.

UIDADO DE LA SALUD



DOMINÓ SALUDABLE



Actividad 2

Con esta actividad los niños aprenderán acerca de los alimentos y sus características, además la razón por la que son favorables para la salud.

También comprenderán de qué se trata la relación de conceptos, cómo usar materiales para su aprendizaje y respetar turnos que le ayudarán a conocer las normas sociales.

UIDADO DE LA SALUD



DOMINÓ SALUDABLE

**Cuidado de la
salud**

Actividad 3

**CONOCIMIENTO
DEL MEDIO**

Mundo Natural

Semáforo de la buena alimentación

Permite a la niña o al niño conocer cuáles son los alimentos más sanos para consumir durante el día, puesto que cada color hace referencia a que tan bueno es el alimento, de acuerdo a sus calorías, grasas, etc.

El semáforo de la buena alimentación es similar a un semáforo que regula el tráfico, puesto que posee los mismos colores (rojo, amarillo y verde). Además para cada color posee un significado similar, ya que el rojo no representa algo positivo y se debe detener, el amarillo es regular y con el que es necesario ser precavido y el verde es muy bueno y tiene vía libre, Entonces el semáforo indica a través de cada color cuales alimentos debe consumir el niño abundantemente y cuáles son los que debe controlar y reducir su consumo.

Semáforo de la buena alimentación

Relaciona la definición de los alimentos de acuerdo al color que le corresponde

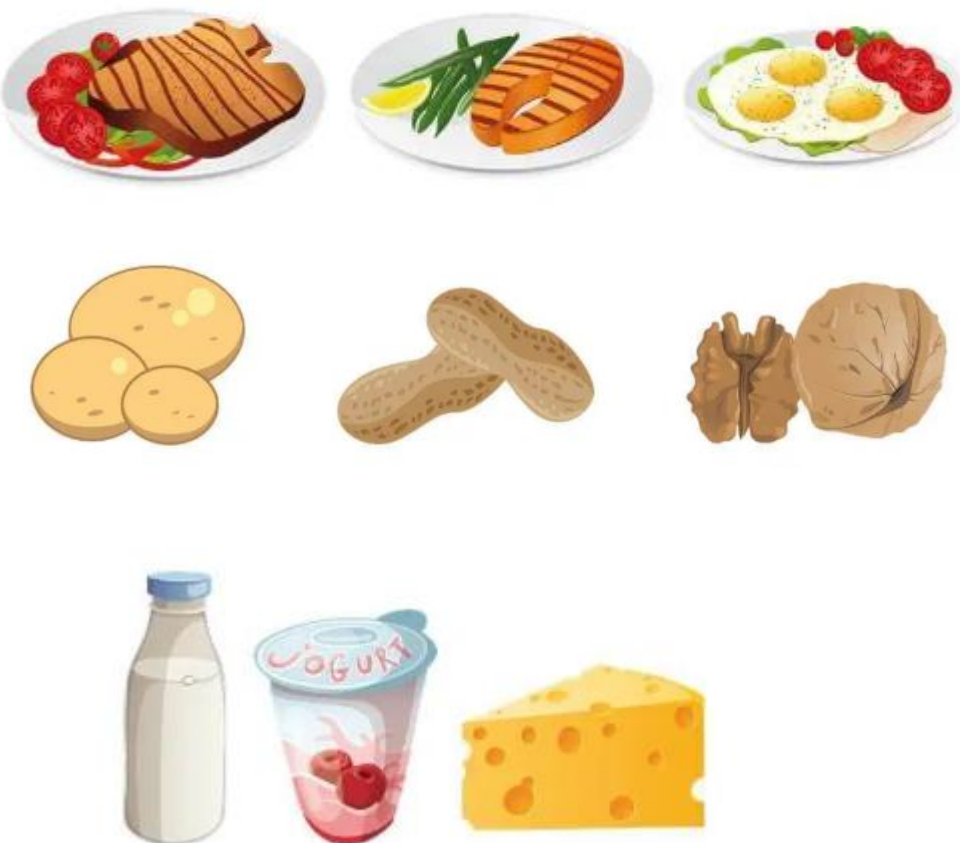
- Pertenecen los alimentos que en realidad, no son malos para la salud, sino que aportan beneficios, el problema es que su consumo en exceso es contraproducente.
- Pertenecen los alimentos que mayores nutrientes aportan y contienen poco azúcar y grasa.
- Aquí pertenecen los alimentos que no tienen ningún tipo de beneficio para el cuerpo, por lo cual tienen un alto contenido graso y calorífico.



LUZ ROJA	
LUZ AMARILLA	
LUZ VERDE	

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

Relaciona las columnas según corresponda el grupo 1 de alimentos al que pertenecen



**Legumbres, tubérculos
y frutos secos**

Lácteos

Frutas

Leche y derivados

Cereales

**Carnes, pescados y
huevos**

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

Relaciona las columnas según corresponda el grupo de alimentos al que pertenecen



Cereales

Carnes y pescados

Frutas

Verduras y hortalizas

**Frutos secos y
tubérculos**

Lácteos



ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

Relaciona las columnas según corresponda el grupo 2 de alimentos al que pertenecen



Cereales y derivados

Frutas

Verduras y hortalizas

Lácteos

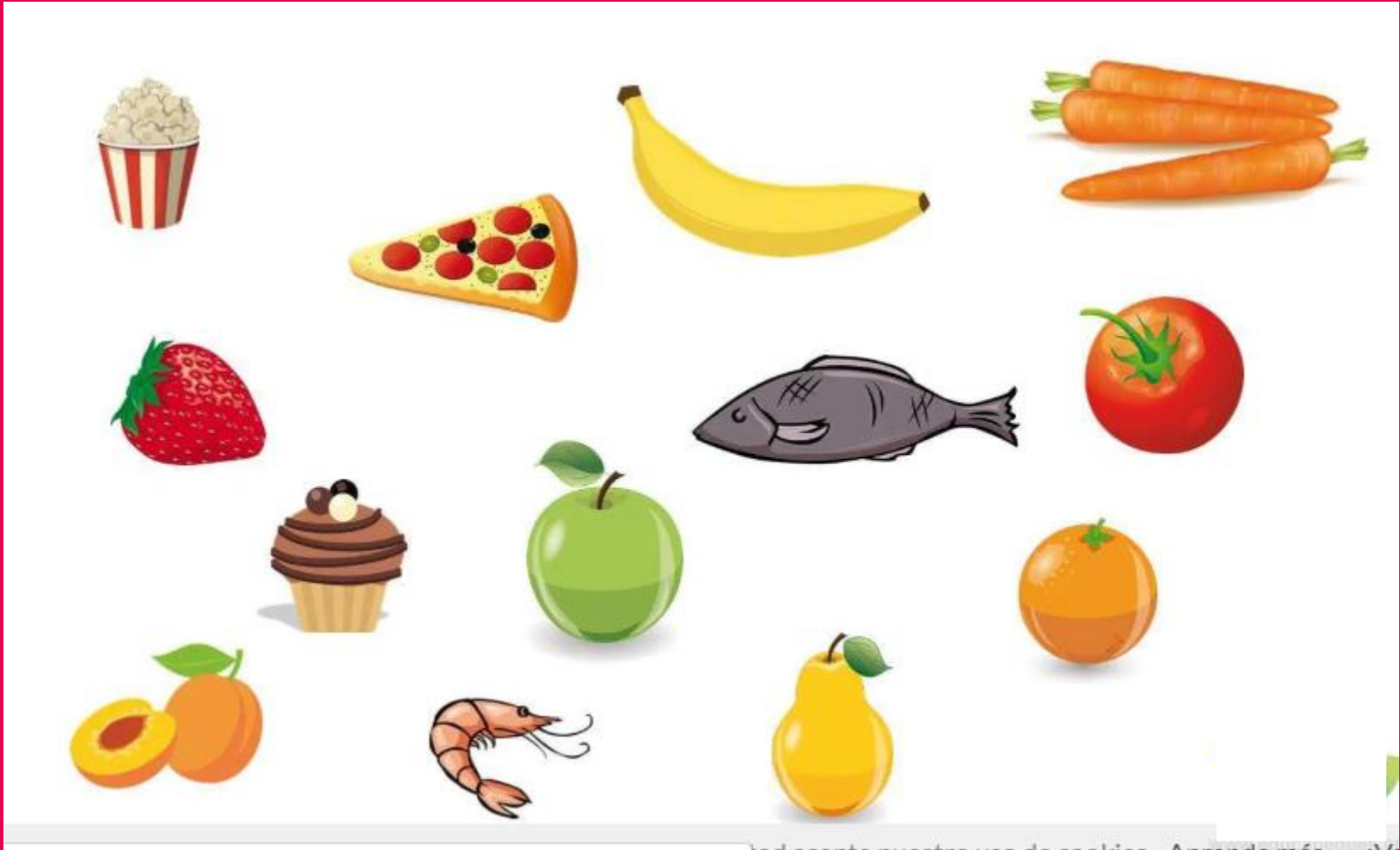
Encierra en un círculo los alimentos que deben ser cocinados para poder consumirse



Encierra en un círculo los alimentos que obtenemos de la vaca



Encierra en un círculo los alimentos con los que podemos hacer una ensalada de frutas



Escribe el nombre de 5 alimentos saludables



Four sets of horizontal dashed lines for writing the names of healthy foods.



Dibuja tu comida favorita



Encierra en un círculo los alimentos que debemos consumir a diario.

