

# GUIA

- INTRODUCCIÓN

El tema de la alimentación está dentro del programa EDUCACIÓN PARA LA SALUD. Donde se pretende fomentar hábitos saludables que permitan alcanzar el bienestar social.

Dado que la etapa de Educación Infantil se trabaja desde un enfoque globalizado, el tema se suele tratar en la unidad de las plantas y en la de los animales. No obstante cada profesor puede ubicarlo e incorporarlo donde mejor se adapte a su programación.

El material va dirigido para tercero de Educación Infantil.( 5 años).

- LA ALIMENTACIÓN

La alimentación desempeña un papel fundamental en el crecimiento y el desarrollo del niño, influyendo de manera decisiva en su salud y en su rendimiento intelectual.

Es importante enseñar a los críos a comer de forma saludable para tener salud y prevenir enfermedades.

Para tener una alimentación saludable hay que comer de todo y en las proporciones adecuadas. Nuestra dieta debe contener de todos los grupos de alimentos, con el fin de proporcionar el aporte necesario de nutrientes.

- OBJETIVOS

Objetivo general

1. Adquirir hábitos básicos de alimentación.

## **Objetivos específicos**

### **Bloque Conocimiento de si mismo y autonomía personal.**

1. Adquirir hábitos correctos de alimentación.
2. Comprender la importancia de la alimentación para la salud.
3. Desarrollar hábitos adecuados enfocados a tener una dieta equilibrada.

### **Bloque Conocimiento del entorno/ Medio físico y social.**

1. Discriminación de algunos alimentos de origen vegetal y conocer sus características.
2. Identificar la procedencia de algunos alimentos de origen animal.

# **1. ORIENTACIONES PARA EL PROFESOR**

## **Indicaciones metodológicas:**

- Presentación del cuento interactivo con la colaboración de los alumnos, por medio de la pizarra digital.
- Realización de las actividades propuestas por el cuento después de la finalización del mismo.

Las actividades se hallan divididas en tres grupos, siguiendo el orden de aparición del cuento.

1. Discriminación entre frutas y verduras.
  - En el cuento aparecen separadas y representadas por guifis animados que al tocar en ellos dicen su nombre.
  - Relación de las actividades;

## FRUTAS Y VERDURAS

- 1 Arrastrar el alimento dentro de la espiral correcta, absorberá alimento si es correcto, lo devolverá si no lo es.

- 2 Tocar las frutas y si es correcto dirá bien y si no lo es dirá no.
- 3 Tocar las verduras.
- 4 Mémoi para emparejar verduras.
- 5 Al tocar en Start sale en la pantalla el nombre de una de las frutas que aparecen en la pizarra y ellos han de tocar donde está.

## ALIMENTOS – MENÚ

- 1 Elegir un primer plato, segundo y postre. Colocarlos dentro de las figuras de colores corresponden.
- 2 En esta actividad se trata de relacionar el alimento con su transformación. Al terminar se si tocan en los rectángulos rojos comprobarán si han acertado. Esta actividad tiene un círculo con un interrogante. Esto es un desplegable con información para el profesor.
- 3 En esta han de clasificar los alimentos que son primer plato, los segundos y los postres. Una vez realizado el ejercicio aprietan a Check para ver si está bien hecho. Si no es correcto aparecerá con una señal roja y deben cambiarlo de sitio. Esta última explicación aparece en el desplegable del interrogante.
- 4 Un mémoi para relacionar los platos.
- 5 Clasificación de los alimentos apropiados para desayunar y los que no. Al terminar apretando en Check pueden comprobar si lo han hecho bien.
- 6 Actividad para discriminar los alimentos saludables y los no saludables. Una vez terminada su elección si tocan en los alimentos escucharán aplausos si han acertado y ruido de agua si no lo han hecho bien.
- 7 Actividad con alimentos que no son beneficiosos para la salud. El niño ha de decir si el alimento es sano o no lo es, y al tocar el globo, este extallará y podrá comprobar si ha acertado o no.

## ALIMENTOS DE ORIGEN ANIMAL Y VEGETAL

- 1 Dos espirales para clasificar los alimentos vegetales y animales.
- 2 Colocar las etiquetas de los nombres de los alimentos vegetales. Una vez finalizada se puede comprobar los aciertos apretando en Check.
- 3 Mismo ejercicio que el anterior pero con alimentos de origen animal.
- 4 Relacionar con el lápiz de la pizarra cada animal con los productos que se pueden sacar de él. Una vez realizado al tocar sobre el rectángulo rojo aparece la solución.
- 5 Esta actividad al apretar en la palabra START aparecen unas bolas con una letra cada una. El niño ha de ordenar las bolas para formar el nombre de un alimento. Si no saben que alimento es, tocarán en la palabra CLUE. Esta actividad también tiene un desplegable informativo.

## **2. ORIENTACIONES PARA EL ALUMNO**

El alumno con la ayuda del profesor interactuará con el material. Tocaré en el texto y las imágenes para escuchar los sonidos. Y realizar las actividades propuestas en cada ejercicio.

Como es un tema transversal y aunque el material está destinado fundamentalmente para los alumnos de 5 años, también se puede utilizar con alumnos de 4 y 3 años. Pues todos los textos tienen sonido y tocando sobre los mismos, el alumno podrá escuchar que se ha de hacer en cada ejercicio, o escuchar el cuento ya los personajes del mismo.

La propuesta es junto al profesor, seguir el cuento tocando los elementos interactivos que van apareciendo y después realizar las actividades. Actividad realizada par trabajar con la pizarra digital.

