



Recursos



Alimentación saludable

Actividad:

“Sabores y aromas de los alimentos”



- Vendas para ojos
- Láminas de alimentos saludables
- Tijeras
- Pegamento
- Cinta



Prácticas de higiene

Actividad:

“Lavado de Alimentos”



- Video sobre el lavado de alimentos.
- Lámina con los pasos del lavado de alimentos.



Actividad física

Actividad:

“Acompaña un Ritmo”



- Una clave (instrumento musical).



La educación es de todos

Mineducación



La educación es de todos

Mineducación

Estudiantes

comiencen su compromiso con los



Guía práctica para estudiantes



GRADOS 4° a 5°



Alimentación saludable



Prácticas de higiene



Actividad física

unicef

unicef



Alimentación saludable



Prácticas de higiene



Actividad física



Relación con Estándares Básicos de Competencias:

- Establezco relaciones entre microorganismos y salud.



Relación con Estándares Básicos de Competencias:

- Uso responsable de los recursos (papel, agua, alimentos, energía).



Relación con Estándares Básicos de Competencias:

- Establezco relaciones entre deporte y salud física y mental.



Desempeño:

- Relaciono la importancia de algunos microorganismos beneficiosos para mi cuerpo y aquellos alimentos que los contienen.



Desempeño:

- Usar el agua de manera responsable para el lavado de alimentos y el lavado frecuente de manos.



Desempeño:

- Exploro posibilidades de movimientos rítmicos y reflexiono sobre mi cuerpo y mi mente.



Indicador de desempeño:

- Desarrollo una pequeña investigación acerca de cuáles alimentos contienen microorganismos necesarios para mi cuerpo.



Indicador de desempeño:

- Escribe un texto narrativo sobre el lavado de alimentos y el uso responsable del agua.



Indicador de desempeño:

- Creo una rutina de movimientos corporales que se ajusten a ritmos musicales.

Algunas propuestas:

“Sabores y aromas de los alimentos”



Estudiantes

Algunas propuestas:

“Lavado de alimentos”



Estudiantes

Algunas propuestas:

“Acompaña un ritmo”



Estudiantes



Explorar autónomo

- Identifica los microorganismos que conozcas.
- Piensa cuáles microorganismos pueden haber en alimentos.
- ¿Es posible que haya una relación de estos microorganismos con los alimentos y salud de las personas?. Indaga sobre microorganismos buenos y malos para la salud.



Explorar autónomo

- Indaga en tu familia ¿cómo se debe utilizar el agua durante el lavado de alimentos? y ¿por qué se deben lavar los alimentos antes de consumirlos?
- Consulta cuáles son las enfermedades, virus o bacterias a las que estamos expuestos si no lavamos correctamente los alimentos.



Explorar autónomo

- Pregunta a tus amigos y amigas qué movimientos hacen cuando escuchan un ritmo y cuál es el ritmo que más les gusta.



Movilizar autónomo

- Identifica ¿qué tan frecuente consumes en la institución educativa y en tu casa, alimentos que tienen microorganismos? ¿En la tienda escolar y en el comedor escolar se encuentran estos alimentos? ¿En tu familia?



Movilizar autónomo

- Cuéntale a tu familia lo que aprendiste en la escuela sobre los tipos de alimentos y su correcto lavado antes de prepararlos y consumirlos.



Movilizar autónomo

- Consolida una rutina de movimientos, acompañados de un ritmo preferido.



Impactar autónomo

- Dialoga con tu familia sobre el consumo cotidiano de alimentos que tienen microorganismos y los beneficios para su salud.



Impactar autónomo

- Elabora un cuento o pequeña historieta que tenga como idea principal, la importancia de lavar los alimentos antes de consumirlos. Narra el texto que escribiste en voz alta con otros compañeros, compañeras o familiares. Puedes usar las redes virtuales.



Impactar autónomo

- Presenta a tu familia la rutina que construiste e invita a que en familia construyan una nueva.

