

# ESCUELA NORMAL DE EDUCACIÓN PREESCOLAR DEL ESTADO DE COAHUILA



Licenciatura en educación preescolar

**Materia:** Aprendizaje en el Servicio

**Profra.:** Elizabeth Guadalupe Ramos Suarez

**Competencias:**

- Detecta los procesos de aprendizaje de sus alumnos para favorecer su desarrollo cognitivo y socioemocional.
- Aplica el plan y programa de estudio para alcanzar los propósitos educativos y contribuir al pleno desenvolvimiento de las capacidades de sus alumnos.
- Diseña planeaciones aplicando sus conocimientos curriculares, psicopedagógicos, disciplinares, didácticos y tecnológicos para propiciar espacios de aprendizaje incluyentes que respondan a las necesidades de todos los alumnos en el marco del plan y programas de estudio.
- Integra recursos de la investigación educativa para enriquecer su práctica profesional, expresando su interés por el conocimiento, la ciencia y la mejora de la educación.
- Actúa de manera ética ante la diversidad de situaciones que se presentan en la práctica profesional.
- Colabora con la comunidad escolar, padres de familia, autoridades y docentes, en la toma de decisiones y en el desarrollo de alternativas de solución problemáticas socioeducativas

## PLANEACIÓN PRIMER SEMANA

**Alumna:** Yazmin Tellez Fuentes. **N. L.:** 19

**Grado:** 4 **sección:** "A"

# ESCUELA NORMAL DE EDUCACIÓN PREESCOLAR DEL ESTADO DE COAHUILA



Nombre del estudiante normalista: Yazmin Tellez Fuentes

Grado: 4°      Sección: "A"      Número de Lista: 19

Institución de Práctica: Jardín de Niños Alma Garza

Clave: 05EJN0043Z      Zona Escolar: 105      Grado en el que realiza su práctica: 3° "A"

Nombre del Profesor(a) Titular: Nancy Elizabet Granados Gaona

Total de alumnos: 27      Niños: 11      Niñas: 16

Periodo de Práctica: 13 de septiembre al 17 de septiembre de 2021



**Jardín de Niños "Alma Garza" T.M.** Clave. 05EJN0043Z

**PLANEACIÓN**

Maestra: Nancy Elizabet Granados Gaona – ALUMNA PRACTICANTE: YaZmin TelleZ Fuentes

**GRUPO:**

**3° "A"**

**NOMBRE SITUACIÓN DIDÁCTICA:** Alimentación Saludable **FECHA:** Del 15 de nov. al 19 de nov. de 2021

### Propósito de la Jornada de Práctica:

Profundizar en la relación que guardan los enfoques teórico-metodológicos y didácticos de los campos de formación académica y educación socioemocional, con la enseñanza, el aprendizaje y los contextos socioculturales y lingüísticos donde se desarrolla la práctica, a través de la aplicación de secuencias didácticas, para poder posteriormente hacer un análisis de dicha jornada.

### Propósito de la Situación Didáctica:

Lograr que los alumnos interioricen y se concienticen sobre la importancia del cuidado de la salud, así como de una alimentación sana, con actividades diversas e interesantes para el logro de los aprendizajes.

# ALIMENTACIÓN SALUDABLE



APRENDIENDO A COMER SALUDABLEMENTE

<p><b>Campo de Formación Académica</b> Exploración y Comprensión del Mundo Natural y Social.</p>	Organizador Curricular 1	<p>Aprendizaje esperado</p> <p>Reconoce la importancia de una alimentación correcta y los beneficios que aporta con el cuidado de la salud.</p>
	Mundo Natural	
	Organizador Curricular 2	
	Cuidado de la Salud	

**Articulación de los Campos**

Lenguaje y Comunicación	Pensamiento Matemático	Exploración y Comprensión del Mundo Natural y Social	Artes	Educación Socioemocional	Educación Física
<ul style="list-style-type: none"> <li>Explica al grupo ideas propias sobre algún tema o suceso, apoyándose en materiales consultados</li> <li>Dice rimas, canciones, trabalenguas, adivinanzas y otros juegos del lenguaje.</li> <li>Interpreta instructivos, cartas y señalamientos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cuenta colecciones no mayores a 20 elementos</li> <li>Comunica de manera oral y escrita los números del 1 al 10 en diversas situaciones y de diferentes maneras, incluida la convencional</li> <li>Reproduce modelos con formas, figuras y cuerpos geométricos</li> <li>Mide objetos o distancias mediante el uso de unidades no convencionales</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Experimenta con materiales para poner a prueba ideas y supuestos</li> <li>Reconoce y valora costumbres y tradiciones que se manifiestan en los grupos sociales a los que pertenece</li> </ul>	.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Convive, juega y trabaja con distintos compañeros</li> <li>Propone acuerdos para la convivencia, el juego o el trabajo, explica su utilidad y actúa con apego a ellos</li> </ul>	.

<p><b>Actividades permanentes:</b> activación física, clase de educación física, clase de cantos, saludo, pase de lista, calendario.</p>	<p><b>Actividades para empezar bien el día:</b> Adivinanzas, trabalenguas, gimnasia cerebral</p>
--	--

# SECUENCIA DE ACTIVIDADES

## Actividad

## Consigna

## Organización/Espacios

## Recursos



Observar el video



Los alumnos observarán una historia en video de una niña que se llama Blanca y no quería comer, pero su mamá le fue diciendo que comiera como los animalitos y al final se comió todo.



Grupal - Salón de clases



Proyector, computador, bocina, video  
[https://www.youtube.com/watch?v=-Dc71CUodGk&t=216s&ab\\_channel=VeroleoCuentacuentos](https://www.youtube.com/watch?v=-Dc71CUodGk&t=216s&ab_channel=VeroleoCuentacuentos)



Lluvia de ideas



Después de verlo se les cuestiona a partir de un juego a los niños lo siguiente: ¿ustedes conocen los alimentos? ¿Qué es lo que mayormente comen? ¿Qué opinan del video que acabamos de ver? ¿ustedes se acaban sus alimentos?



Grupal - Salón de clases



Tombola con los nombres de los niños.



Semáforo de alimentos



Comentar a los niños que en el patio de juegos se encuentran escondidos alimentos y que deberán de ir, de manera ordenada, a encontrarlos. Una vez que los encuentren pasarán al salón y van a mostrar lo que encontraron y se les comenta que deberán de pegarlo en el semáforo de alimentos.



Grupal - Patio de juegos, salón de clases



Figuras de alimentos que puedan comerse con moderación y muy poco, semáforo grande de foami, cinta adhesiva.



**Rojo:** Se come muy poco.



**Amarillo:** Se come con moderación



**Verde:** Se come diario.

# SECUENCIA DE ACTIVIDADES

## Actividad



Rompecabezas



Coloreando con acuarelas



Plato del Buen Comer

## Consigna



Se les lleva rompecabezas de distintos alimentos con tiras del 1 al 10 y deberán de ir armándolos de acuerdo con la secuencia numérica.



A cada alumno se le da una acuarela y colorea con el pincel el plato del buen comer.



Cuestionar a los niños: ¿Cuál es su comida favorita? ¿Qué es lo más rico que prepara mamá o abuelita? Indagar sus conocimientos previos y lo visto anterior en el video, ¿creen que sea posible comer solo dulces? ¿Qué debemos consumir para que una comida sea saludable? ¿Qué pasaría si no tomamos agua? Y tratar que ellos también empiecen a cuestionarse, ¿Les gustan las frutas? ¿ustedes comen frutos secos o algunas semillas? Quizás digan que no, entonces se darán ejemplos como lentejas, cacahuate, nueces, entre otros, y si alguno de los alumnos tiene conocimiento dejar que dé el ejemplo primero.

## Organización/Espacios



Individual- Salón de clases



Individual - Salón de clases



Grupal - Salón de clases

## Recursos



Rompecabezas para cada alumno.



Acuarelas, pinceles, agua, servilletas, hoja del buen comer.



Dado grande, nombre de alumnos, preguntas escritas.

# SECUENCIA DE ACTIVIDADES

## Actividad

## Consigna

## Organización/Espacios

## Recursos



Explicación



Se les explicará que una buena alimentación o buena nutrición debe estar equilibrada y combinada con ejercicio para tener una vida saludable, la mala nutrición puede provocar que nos enfermemos. Se les mostrará el plato del buen comer, se hará en grande lo cual servirá para explicar los cinco escalones en donde se podrá visualizar



Grupal- Salón de clases



Plato del buen comer grande con sus partes.



Buscando el plato del buen comer



Se les dará a los alumnos una bandeja con arena y en ella estarán escondidas imágenes del plato del buen comer, tendrán que buscarlas para después armar de manera individual su plato del buen comer.



Individual - Salón de clases



Charola, arena, pincel, imágenes del plato del buen comer, hoja para armar su plato del buen comer.



Armando palabras



Se les entrega una hoja con diferentes palabras de comidas y las irán armando en la arena, luego las harán con el alfabeto móvil.



Individual - Salón de clases



Charola, arena, pincel, palabras relacionadas con el plato del buen comer, alfabeto móvil.



# SECUENCIA DE ACTIVIDADES

## Actividad



Memorama



Receta de masilla



Observando el video

## Consigna



En el patio se acomodan en círculo los alumnos y en el centro se encuentran las piezas del memorama volteadas, después se les dice que tendrán que conseguir las piezas iguales. Cuando volteen la hoja deberán decir qué alimento es.



Con apoyo del libro "Mi álbum" los alumnos realizarán la receta de masilla y lo irán escribiendo ahí. Con el objetivo de que los alumnos observen y realicen los cambios y transformaciones que tienen los alimentos al ser mezclados se hará una masa en el salón siguiendo las instrucciones, antes de empezar a elaborarla ellos dirán sus hipótesis sobre qué creen que sucederá al momento de mezclar los ingredientes.



Se visualizará un video del plato del bien comer, comentar acerca de lo visto en el video.

## Organización/Espacios



Grupal- Patio de la escuela



Individual - Salón de clases



Individual - Salón de clases

## Recursos



Memorama de alimentos



recipiente grande, 1 vaso de harina, 1/2 vaso de sal, 4 cucharadas de aceite, 1/2 vaso de agua. Se revuelve con las manos y después se harán 4 bolas, luego se hará un agujero en el centro de las bolitas y se pondrán 3 gotas del colorante (cualquier color). Por último se mezclan muy bien y ya están listas para darles uso.



Proyector, computador, bocina, video  
[https://www.youtube.com/watch?v=oVY5MT-gHcc&ab\\_channel=MARIOCARRE%C3%93N](https://www.youtube.com/watch?v=oVY5MT-gHcc&ab_channel=MARIOCARRE%C3%93N)

# SECUENCIA DE ACTIVIDADES

## Actividad

## Consigna

## Organización/Espacios

## Recursos



Una carrera deliciosa



Se divide al grupo en dos filas (cada niño frente a otro) y se les dará una toalla un niño debe agarrarla de un extremo y otro niño del otro, en frente de ellos tendrán unas frutas las cuales deberán de llevar al extremo de la mesa para depositarla en la caja que estará ahí. Al finalizar comentan qué se les dificultó y se dará conteo de cuántas frutas lograron transportar sin que se les cayera de la toalla.



Grupal- Patio de la escuela



Figuras de alimentos, toallas para transportar, cajas.



Armando mi plato del buen comer



Se les entrega a los niños un tortillero el cual en la tapa deberán de armar cada quién su plato del buen comer, después cuando lo abran se encontrarán con diversas imágenes y con el dado gigante se les dirá qué alimento deberán de meter dentro de él.



Individual - Salón de clases



Tortillero de unicel, imágenes del plato del buen comer, imágenes individuales del plato del buen comer.



Haciendo iniciales



Realizaran con unas tarjetas impresas donde vienen las iniciales de algunos alimentos como F de fresa, A, de agua, M de manzana, L de leche, S de sandía, E de espagueti, D de dulce y P de pera. En donde irán moldeándolas con plastilina.



Individual - Salón de clases



Plastilina, tarjetas impresas con iniciales de alimentos.

# SECUENCIA DE ACTIVIDADES

## Actividad

## Consigna

## Organización/Espacios

## Recursos



Monstruitos come todo



Actividad de comelones se deberá pegar la imagen de Frankie y la Sra. Frankie en una caja y abrir orificio en las bocas, o se puede poner frente a un tupper y los alimentos caerán dentro. Irán pasando todos los alumnos, uno por uno, para darles de comer; después se hará un conteo de todo lo que comieron ambos monstruos y se hará uso del juego interactivo de "Se come o no se come"



Grupal- Salón de clases



Proyector, computador, bocina, Frankie y Sra. Frankie cajas.



Comidas de *Halloween*



Se realizará un experimento, cuestionar si saben que es un experimento, esperar sus respuestas, y comentar que cuando uno hace un experimento hace suposiciones de lo que va a suceder.  
BICARBONATO, COLORANTE Y VINAGRE en todas las recetas:



Grupal/Individual - Patio/Salón de clases



Bicarbonato, colorante, vinagre, frutas para el plato saludable.



3 cucharadas de polvo mágico (bicarbonato)



4 gotas de jugo de fresa (colorante rojo)



1 chorro de baba de caracol (vinagre)

Después se elaborará un platillo de comida saludable. (Pedir materiales con anterioridad)


# SECUENCIA DE ACTIVIDADES - CLASE VIRTUAL


## Actividad


 Zanamomia


 Refuerzo de aprendizajes


## Consigna

 Los niños deberán pasar por todos los orificios estambre de un lado a otro para formar la rica zanamomia.


 Cuestionamientos acerca de lo visto, volver a pegar el plato del buen comer grande en un lugar visible y pedir la participación de algún niño si nos puede explicar un poquito acerca de lo que recuerde. Después van a armar su propio lonche nutritivo contemplando lo visto durante la semana.

 El alumno observará en el proyector diferentes alimentos y diferentes sabores, deberán decir si un pastel de chocolate es dulce, salado o ácido, si atinan a la respuesta correcta pasan a la siguiente, si se equivocan solo sonará error y deben volver a intentarlo, cuando sea correcto avanzarán.

 Con unas tarjetas se jugará a cuantas semillas tiene la calabaza, deberán colocar una fichita o pinza en la respuesta correcta, **primero** deberán colocar bolitas de plastilina en las semillitas para ayudar al conteo

 Repasar los compromisos y conversar con ellos acerca de este plan y anotar observaciones y comentarios.


## Organización/Espacios

 Individual - Salón de clases

 Individual/Grupal - Salón de clases

## Recursos

 Figura de zanahora, estambre.







 Plato del buen comer, lonche nutritivo, recortes para poder armarlo, juego virtual ¿qué sabor tiene?, tarjetas de semillas, pinzas o fichas, plastilina.


# SECUENCIA DE ACTIVIDADES - CLASE VIRTUAL

## Actividad


## Consigna


## Recursos


-  Plato del Buen Comer
-  Observando el video
-  Memorama
-  Receta de masilla
-  Comidas de *Halloween*
-  Refuerzo de aprendizajes

 Cuestionar a los niños: ¿Cuál es su comida favorita? ¿Qué es lo más rico que prepara mamá o abuelita? Indagar sus conocimientos previos y lo visto anterior en el video, ¿creen que sea posible comer solo dulces? ¿Qué debemos consumir para que una comida sea saludable? ¿Qué pasaría si no tomamos agua? Y tratar que ellos también empiecen a cuestionarse, ¿Les gustan las frutas? ¿ustedes comen frutos secos o algunas semillas? Quizás digan que no, entonces se darán ejemplos como lentejas, cacahuete, nueces, entre otros, y si alguno de los alumnos tiene conocimiento dejar que dé el ejemplo primero.

 Se visualizará un video del plato del bien comer comentar acerca de lo visto en el video.


 A partir de un juego virtual, se hará un memorama de los alimentos, las alumnas al ir volteando una carta dirán qué es.







 Con apoyo del libro "Mi álbum" los alumnos realizarán la receta de masilla y lo irán escribiendo ahí. Con el objetivo de que los alumnos observen y realicen los cambios y transformaciones que tienen los alimentos al ser mezclados se hará una masa en el salón siguiendo las instrucciones, antes de empezar a elaborarla ellos dirán sus hipótesis sobre qué creen que sucederá al momento de mezclar los ingredientes

 Se realizará un experimento, cuestionar si saben que es un experimento, esperar sus respuestas, y comentar que cuando uno hace un experimento hace suposiciones de lo que va a suceder. BICARBONATO, COLORANTE Y VINAGRE en todas las recetas:

- 3 cucharadas de polvo mágico (bicarbonato)
- 4 gotas de jugo de fresa (colorante rojo)
- 1 chorro de baba de caracol (vinagre)

Después se elaborará un platillo de comida saludable. (Pedir materiales con anterioridad)

 El alumno observará en el proyector diferentes alimentos y diferentes sabores, deberán decir si un pastel de chocolate es dulce, salado o ácido, si atinan a la respuesta correcta pasan a la siguiente, si se equivocan solo sonará error y deben volver a intentarlo, cuando sea correcto avanzarán. Repasar los compromisos y conversar con ellos acerca de este plan y anotar observaciones y comentarios.

-  Video del plato del bien comer
-  Juego virtual (Memorama)
-  Materiales para la masilla
-  Bicarbonato, colorante y vinagre
-  Frutas para elaborar el platillo saludable.
-  Juego virtual (¿Qué sabor tiene?)

Adecuaciones Curriculares:

Observaciones:

En la primer semana se llevará a cabo un rally sobre la revolución mexicana. (Se tomó la decisión durante el CTE).

ón  
va

Firma del estudiante normalista

Firma del profesor titular

\_\_\_\_\_  
Firma del docente de la normal

Trayecto formativo de Práctica profesional

PLAN ALIMENTACIÓN SALUDABLE

N°	Criterios de evaluación	Reconoce variedad de Alimentos	Reconoce la importancia de una alimentación correcta y los beneficios a la salud	Explica por medio de participaciones de investigaciones previas	Convive, juega y trabaja con distintos compañeros	Logra contar colecciones del 1 al 10	Comunica los números de manera oral
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							

Escribir en cada alumno las iniciales de los dominios de acuerdo con lo evaluado y la razón:

DOMINIO SOBRESALIENTE (DS)

DOMINIO BÁSICO (DB)

DOMINIO INSATISFACTORIO (DI)