



**¿Cómo es  
tener una  
vida  
saludable?**

Nombre del Proyecto:

## ¿Qué alimentos puedo comer para tener una vida saludable?

Planeación (fecha): Del 3 al 7 de Junio del 2024

Nombre del proyecto		<b>¿Qué es el plato del buen comer?, ¿Por qué alimentos se conforma?</b>					
Fase- grado		Fase dos/ tercer año sección A					
Propósito		Tener conocimiento del como se conforma el plato del buen comer para así, identificar los 3 campos en los que se encuentran los alimentos y poder hacer un balance entre el consumo de ellos para una dieta y vida saludable.					
Justificación		Orienta al solución de problemas que hacen proceso de aprendizaje sobre una experiencia para la vida más allá del aula, así mismo al convocar las distintas perspectivas interrelacionadas en la concientización de aquellas maneras en las que la comunidad pueda tener una vida saludable.					
Campos formativos que sustentan el aprendizaje							
		Contenidos de los campos			Procesos de desarrollo del aprendizaje		
De lo humano a lo comunitario		Consumo de alimentos y bebidas que benefician la salud, de acuerdo con los contextos socioculturales.			Distingue alimentos y bebidas que son saludables y los que ponen en riesgo la salud, y reconoce que existen opciones alimentarias sanas que contribuyen a una mejora calidad de vida para todas las personas.		
EJES ARTICULADORES							
Inclusión Trabaja en equipo	*	Pensamiento crítico	Interculturalidad crítica	Igualdad de genero	Vida saludable	Apropiación de las culturas a través de la lectura y la escritura	* Artes y experiencias *

METODOLOGIA DE APRENDIZAJE	Aprendizaje Basado en Problemas		
Proyecto final de evaluación	-Realiza una exposición en los diferentes salones del jardín de niños sobre el plato del buen comer, la jarra del buen beber, actividades que ayudan a una vida saludable y algunos chefs darán explicación de comida saludable.		
Momentos	Sesión	Desarrollo de actividades	Recursos
Fase 1 Presentamos	Lunes 3 de junio	<p>¿Cómo es tener una vida saludable?</p> <p>-Responde cuestionamientos como ¿Qué es tener salud?, ¿Qué es tener una vida saludable?, ¿Por qué debemos de tener una buena alimentación, ¿Qué podemos hacer para tener salud? Y observa las diferentes imágenes de actividades que hacemos e identifica cuales de estas nos ayudan a tener una vida saludable.</p> <p>LOS ALIMENTOS</p> <p>-Observa y escucha como se conforma el plato del buen comer, después clasifica y cuenta los alimentos según los diferentes grupos de alimentos al que corresponda.</p>	<p>Imágenes de actividades</p> <p>Plato del buen comer</p> <p>Imágenes de alimentos</p> <p>Cartel con semáforo</p> <p>Lápiz</p> <p>Pegamento</p> <p>Colores</p>
Fase 2 recolectemos		<p>EL SEMAFORO DE LOS ALIMENTOS</p> <p>-Observa los alimentos que están en el pizarrón y clasifica esos alimentos en el semáforo, en el foco verde los alimentos con nutrientes y que podemos comer siempre, en foco amarillo aquellos que podemos comer solo algunas veces y en foco rojo los que comeremos pocas veces.</p>	
Fase 3 formulemos el problema	Martes 4 de junio	<p>LAS FRUTAS</p> <p>-Responde ¿Qué es la alimentación?, ¿Qué entiendes por alimentarse saludablemente?, ¿conoces las frutas, comer frutas está bien o mal?, ¿por qué? Escucha la importancia de comer frutas y observa las imágenes de los diferentes frutas , después busca en los portadores de texto el nombre que recibe cada una, describe las características de cada una.</p> <p>LAS BANDERILLAS DE FRUTAS</p> <p>-Comenta que son las banderillas, así mismo de que frutas podemos hacer y como se realiza una, observa la receta para hacer una banderilla. Donde la cantidad de frutas que encajara en el palillo varia de la cantidad que la maestra diga.</p>	<p>Imágenes de frutas</p> <p>Portadores de textos con los nombres de las frutas</p> <p>Dado</p> <p>Cartel</p> <p>Receta</p> <p>Fruta</p> <p>Palillos</p> <p>Plato</p> <p>Mantel</p> <p>Gorro de chef</p> <p>Mandil</p>

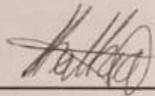
Fase 4 Organicemos la experiencia	Miércoles 5 de junio		<p>Cartel</p> <p>Pegamento</p> <p>Imágenes de frutas y verduras</p> <p>Lotería</p> <p>Taparroschas</p> <p>Tarjetas</p> <p>Adivinanzas</p>
	Jueves 6 de junio	<p><b>LA ACTIVIDAD FÍSICA</b></p> <p>-Observa las imágenes de las acciones que están haciendo los niños y comenta lo que crees que están haciendo, después responde cuestionamientos como ¿Qué es la activación física?, ¿Hacer ejercicio es correcto?, ¿Has hecho alguna vez ejercicio? posteriormente escucha el cuento del niño que descubrió que al hacer ejercicio lo hizo sentir mejor, al terminar responde ¿por qué crees que se sintió mejor al hacer ejercicio?</p> <p><b>BAILA AL RITMO DE LA MÚSICA</b></p> <p>-Baila al ritmo de la música y moviliza las partes del cuerpo que indica la imagen de las acciones que están haciendo esos niños, al término comenta cómo te sentiste</p> <p>Y pega en cada cartel aquellas acciones que podemos realizar para tener vida saludable</p> <p><b>¿POR QUÉ ES IMPORTANTE TOMAR AGUA?</b></p> <p>-Observa la jarra del buen beber y escucha la breve explicación del cómo se conforma. Después recorta por la orilla cada una de las botellas como de agua, leche, coca, café, etc.... y pégalas en el semáforo de cuales deberán de ser siempre y los que muy pocas veces.</p>	<p>Imágenes de acciones</p> <p>Canción</p> <p>Cuento</p> <p>Jarra del buen beber</p> <p>Pegamento</p> <p>Semáforo</p> <p>Colores</p> <p>Tijeras</p>
Fase 5 Metacognición	Viernes 7 de junio	<p><b>SOMOS CHEFS</b></p> <p>-Realiza la receta de una comida nutritiva, sigue los pasos de la receta y realiza la ensalada de papa con zanahoria,</p> <p><b>CONCIENTIZAR A LA COMUNIDAD</b></p> <p>-Realiza una exposición en los diferentes salones del jardín de niños sobre el plato del buen comer, la jarra del buen beber, actividades que ayudan a una vida saludable y algunos chefs darán explicación de comida saludable.</p>	<p>Gorro de chef</p> <p>Mandil</p> <p>Plato</p> <p>Cuchara</p> <p>Cuchillo de plástico</p> <p>Plato</p> <p>Mayonesa</p> <p>Galletas saladas</p> <p>Carteles</p> <p>Marcadores</p>
Fase 6 Resultados y Análisis			

Ajustes Razonables

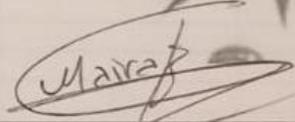
En caso del día Martes no tener educación física realizar: CUANTAS FRUTAS HAY  
-Lanza el dado de los números y de acuerdo con el número que caiga dibuja en el cartel la cantidad de frutas y escribe la cantidad.

Actividades  
predeterminadas

Pase de lista  
Honores a la bandera  
Educación física  
Música



Firma de Estudiante Normalista  
Kathia Anahí Castañuela Salas



Firma de Docente titular  
Maira Gabriela Méndez Barrera

Firma de Docente de trayectoria

# Evaluación

Rubrica de evaluación

Contenido		Distingue alimentos y bebidas que son saludables y los que ponen en riesgo la salud, y reconoce que existen opciones alimentarias sanas que contribuyen a una mejora calidad de vida para todas las personas			
		Niveles de desarrollo			
		Sobresaliente	Esperado	En desarrollo	Requiere apoyo
	Alumnos	Distingue e identifica aquellos alimentos y bebidas que son saludables y aquellos que no y cuales puede comer pocas veces, y reconoce aquellas actividades que contribuyen a una buena salud y concientiza a la comunidad con explicación.	Distingue e identifica aquellos alimentos y bebidas que son saludables y aquellos que no, y reconoce aquellas actividades que contribuyen a una buena salud.	Distingue aquellos alimentos y bebidas que son saludables y menciona algunas actividades que contribuyen a una buena salud.	Conoce algunos alimentos y bebidas que son saludables y menciona algunas actividades que contribuyen a una buena salud.
1	Aria				
2	Yelitza				
3	Danna				
4	Regina				
5	Nicolee				
6	Valeria				
7	Samara				
8	Alejandra				
9	Kimberly				
10	Grettel				
11	Allison				
12	María victoria				
13	José Javier				
14	José Ángel				
15	Eydan				
16	Ethan				
17	Omar				
18	Iker Adrián				
19	Iker Abel				
20	Emilio				
21	Rodrigo				
22	Gael				
23	Gabriel				
24	Jesús				
25	Santiago				
26	Annet				
Nivel del grupo					

# hAPPY Father's Day

Nombre de situación:

## COMO ME HACE SENTIR ESTO...

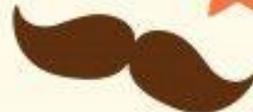
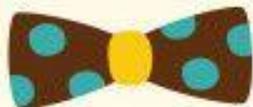
Planeación (fecha): De 10 al 14 de Junio del 2024

Nombre del proyecto	<b>CONOCIENDO MI NUEVA ESCEULA, Y CELEBRANDO A PAPÁ</b>	
Fase- grado	Fase dos/ tercer año sección A	
Campos formativos que sustentan el aprendizaje		
	Contenidos de los campos	Procesos de desarrollo del aprendizaje
De lo humano a lo comunitario	Precisión y coordinación en los movimientos al usar objetos y materiales, de acuerdo con las condiciones, capacidades y características de niñas y niños.	Explora y manipula objetos y materiales de distintas formas, texturas y tamaños.
<b>EJES ARTICULADORES</b>		
Inclusión Trabaja en equipo *	Pensamiento crítico *	Interculturalidad crítica
		Igualdad de genero
		Vida saludable
		Apropiación de las culturas a través de la lectura y la escritura
		Artes y experiencias *

Momento	Sesión	Desarrollo de actividades	Recursos
Inicio	Lunes 10 de junio	Observa con atención los diferentes alones y áreas que conforman la escuela primaria.	Lápiz Colores Cartoncillo Hojas de trabajo
Desarrollo	Lunes 10 de junio	Posteriormente realiza en un pedazo de cartoncillo sobre las diferencias de una primaria y un preescolar	
Cierre	Martes 11 de Junio	En la hoja de color dibújate con tus amigos y comenta como te sientes al saber y pensar que estas terminando el preescolar y ahora esta será tu nueva escuela Responde una hoja de trabajo para comentar quién eres tú.	
Inicio	Miércoles 12 de junio	Observar las siguientes imágenes y comentar de quienes se trata, y comparte como celebras tu el día del padre, y que día del mes.... Posteriormente con ayuda de tus crayolas realiza un dibujo para papá en una hoja de lija para tubo.	

# hAPPY FATHER'S DAY

		Después realiza una carta a papá, pero primero comenta el cómo es papá, que hace papá, que sentimos cuando estamos con él, y después escribe una carta a papa.	hojas de colores Tilichera Lija Playera blanca Lija
Desarrollo	Jueves 13 de junio	<p>Comenta con tus compañeros de clase como son los papás, posteriormente en una hoja pega la foto de papá y dibújale su cuerpo, y alrededor de su cuerpo escríbelo.</p> <p>Realiza un trofeo para papá, con ayuda de los vasos de nieve seca, pinta los de color amarillo, ponle diamantina y en la parte de abajo escribe una frase por su día.</p>	Vasos de nieve seca Pinceles Pintura Pegamento Plato Diamantina Foto de la carade papa Cartoncillo Colores 
Cierre	Viernes 14 de junio	<p>Realiza un portarretrato con cartoncillo y en todo el marco, pega tubos de pasta para decorarlo, después píntala del color de tu preferencia y adentro de esta, agrega un dibujo tuyo con tu papá.</p> <p>Finalmente comenta que te hizo sentir el hacer detalles a nuestros padres y cuál de las actividades te gusto más.</p>	Sopa Pincel Pintura Cartoncillo 





# hAPPY FATHER'S DAY

## Evaluación

Rubrica de evaluación

Contenido		Explora y manipula objetos y materiales de distintas formas, texturas y tamaños.			
		Niveles de desarrollo			
		Sobresaliente	Esperado	En desarrollo	Requiere apoyo
	Alumnos	Explora y manipula objetos y materiales de distintas formas, texturas y tamaños, con precisión en sus movimientos, siguiendo las indicaciones de la actividad y propone crear nuevas técnicas.	Explora y manipula objetos y materiales de distintas formas, texturas y tamaños, con precisión en sus movimientos, siguiendo las indicaciones de la actividad	Explora y manipula objetos y materiales de distintas formas, texturas y tamaños, con precisión en sus movimientos.	Explora y manipula objetos y materiales de distintas formas, texturas y tamaños, pero con dificultad en la precisión de sus moviemitos.
1	Aria				
2	Yelitza				
3	Danna				
4	Regina				
5	Nicolee				
6	Valeria				
7	Samara				
8	Alejandra				
9	Kimberly				
10	Grettel				
11	Allison				
12	María victoria				
13	José Javier				
14	José Ángel				
15	Eydan				
16	Ethan				
17	Omar				
18	Iker Adrián				
19	Iker Abel				
20	Emilio				
21	Rodrigo				
22	Gael				
23	Gabriel				
24	Jesús				
25	Santiago				
26	Annet				
Nivel del grupo					

