



Grado y grupo	DOCENTE	
Más de un grado	Luz Areli Antaño Antaño	
Título del proyecto: "Sustos saludables"		Fecha de aplicación:
Tipo de metodología:	Inicio del proyecto:	
Problemática		
	Aprendizaje basado en proyectos comunitarios	
	Propósito	

-Se ha observado que no hay una diferencia entre comida saludable y chatarra.

Enseñar a los niños la importancia de una dieta equilibrada, que incluya frutas, verduras, proteínas y cereales, puede ayudar a prevenir problemas como la obesidad infantil.

14 de Octubre del 2024
Finaliza el proyecto:
 25 de Octubre del 2024

Campos formativos	Contenido	P D A		
		I	II	III
De lo humano y lo comunitario	Consumo de alimentos y bebidas que benefician la salud, de acuerdo con los Contextos socioculturales.	Expresa gustos y preferencias de bebidas y alimentos que hay en su comunidad, al explorar aromas, colores, texturas y sabores, guardando medidas de seguridad e higiene.	Distingue alimentos y bebidas que son saludables, así como los que ponen en riesgo la salud, y reconoce que existen opciones alimentarias sanas que contribuyen a una mejor calidad de vida para todas las personas.	Obtiene información de diversas fuentes, acerca de los factores que favorecen estilos de vida saludable, destacando el consumo de alimentos nutritivos y de agua simple potable, entre otros.
Transversalidad				
CAMPO	CONTENIDO	P D A		
		I	II	III
Lenguajes	Comunicación oral de necesidades, emociones, gustos, ideas y saberes, a través de los diversos lenguajes, desde una perspectiva comunitaria.	Emplea palabras, gestos, señas, imágenes, sonidos o movimientos corporales que aprende en su comunidad, para expresar necesidades, ideas, emociones y gustos que reflejan su forma de interpretar y actuar en el mundo.	Manifiesta oralmente de manera clara necesidades, emociones, gustos, preferencias e ideas, que construye en la convivencia diaria, y se da a entender apoyándose de distintos lenguajes.	De manera oral, expresa ideas completas sobre necesidades, vivencias, emociones, gustos, preferencias y saberes a distintas personas, combinando los lenguajes.
Saberes y pensamiento científico	Los saberes numéricos como herramienta para resolver situaciones del entorno, en diversos contextos socioculturales.	Cuenta objetos de su hogar y escuela con diferentes propósitos.	Cuenta objetos y elementos de su entorno.	Cuenta objetos y elementos de su entorno en su lengua materna, con diversos propósitos.
Ética, naturaleza y sociedades	Transformación responsable del entorno al satisfacer necesidades básicas de alimentación, vestido y vivienda.	Asocia los alimentos que consume con los animales o plantas de los que provienen, y evita el desperdicio.	Distingue acciones que son benéficas para su entorno, tales como tales como sembrar y cuidar el crecimiento de las plantas, cuidar a los animales, respetar las reservas naturales, entre otras.	Identifica que se altera el entorno, tanto de plantas como de animales y otros elementos del paisaje natural.
Eje o Ejes articuladores				
-Vida saludable				

Momento 1 Identificación

"¿Tengo una vida saludable?"			
Contenido		PDA	
Consumo de alimentos y bebidas que benefician la salud, de acuerdo con los Contextos socioculturales.	I	II	III
	Expresa gustos y preferencias de bebidas y alimentos que hay en su comunidad, al explorar aromas, colores, texturas y sabores, guardando medidas de seguridad e higiene.	Distingue alimentos y bebidas que son saludables, así como los que ponen en riesgo la salud, y reconoce que existen opciones alimentarias sanas que contribuyen a una mejor calidad de vida para todas las personas.	Obtiene información de diversas fuentes, acerca de los factores que favorecen estilos de vida saludable, destacando el consumo de alimentos nutritivos y de agua simple potable, entre otros.
	Horario	ACTIVIDADES	
	9:00am a 9:15am	Honosres a la bandera.	
	9:15am a 9:30am (15 minutos)	Actividades permanentes: Cantar una canción de bienvenida, realizar pase de lista, y repasar los números contando a los alumnos.	
INIC	9:30am a 10:00am (30 minutos)	1	-Informar a los alumnos que durante este proyecto hablaremos de la vida saludable, preguntar: ¿Qué creen que significa vida saludable? ¿Tú eres saludable? ¿Qué se necesita para estar sanos?Mostrar la imagen de dos monstruos y preguntar ¿Quién esta saludable? Mostrar algunos carteles de algunos hábitos saludables, como personas realizando ejercicio y pedir que comente que es lo que observan. Finalizando pedir que realicen un dibujo de lo que creen que es, después ver el video: INSK hábitos saludables.
	10:00am-10:10am	PAUSA ACTIVA	
DESARROLLO	10:10am a 10:30am (20 minutos)	2	--Indicar a los alumnos que realizaremos una carrera de juegos donde harán competencias entre equipos para mantener el cuerpo en movimiento Después tendrán que crear su monstruo saludable, entregar una hoja con imágenes de alimentos saludables (frutas, verduras, proteínas) e indicar que las usen para decorar su "monstruo saludable". Pueden crear el cuerpo del monstruo con una fruta grande como base (por ejemplo, una cabeza de manzana o una barriga de sandía).
	10:30- 11:00	Recreo	
	11:00am a 11:10	Tiempo de relajación (Poner música tranquila y realizar movimientos suaves)	
CIERR	11:10am-11:40am (30 minutos)	3	-Indicar que le ayude al monstruo a distinguir los colores de su plato pedir que dibujen los alimentos nutritivos y que les gustan comer para después comentarles a sus compañeros y entre todos descubrir si es comida chatarra o saludable. Comentar que fue lo que más les gustó de los ejercicios que realizaron para mantenernos saludables y no en sedentarismo.
	11:40am-11:50am	Tiempo de guardar los materiales	
	11:50am-12:00pm (10 minutos)	Retroalimentación: Conversar que aprendimos hoy, que fue lo que más les gustó y lo que no.	
Previsión de recursos didácticos.		- Hoja de trabajo impresa, cuaderno, colores, lápiz, aros, conos, cuerdas, pelotas ,video: INSK hábitos saludables (youtube.com) y plastilina.	