



PROYECTO DE ALIMENTACION SALUDABLE:  
RICO, SANO Y DIVERTIDO.



**Directora de Educación Especial: Marta Tapia**

**Supervisora Pedagógica: Soledad Bulacia**

**Directora: María Clofe Cisneros**

**Año: 2021**

## **FUNDAMENTACION**

Una alimentación saludable es una parte fundamental para nuestro correcto crecimiento y desarrollo integral. Esto se logra consumiendo alimentos saludables, incorporados en la dieta diaria la cual debe ser variada y equilibrada para satisfacer la necesidad de energía y nutrientes del organismo.

Es por ello que se realiza esta propuesta pedagógica para que los estudiantes puedan crear hábitos saludables que mejoren su calidad de vida y los ayuden a incorporar nuevos aprendizajes.

### **Objetivos**

- Crear nuevo hábitos de alimentación saludable.
- Conocer las propiedades de los diferentes alimentos.
- Aprender a realizar recetas de cocina.
- Incorporar nuevas habilidades afianzando la autonomía y seguridad personal.
- Poner en práctica hábitos de higiene.

### **Contenidos conceptuales:**

- Unidades de medidas: kilo y litro.
- Interpretación de texto.
- Cuidado de la higiene.
- Reino animal y reino vegetal.
- Actividad física.

### **Contenidos procedimentales**

- Presentación de material concreto.
- Uso de elementos para medir.
- Búsqueda de imágenes.
- Confección de colage.

### **Contenidos Actitudinales**

- Participación activa junto a pares, docente y familia.
- Respeto por las normas de convivencia y prevención de covid.
- Practica de los hábitos de higiene.

### **Actividades**

- Indagar saberes previos de los estudiantes, sobre el consumo saludable de alimentos.
- Observar láminas ilustrativas.
- Nombrar y dibujar alimentos de reino animal y reino vegetal.
- Observar envases, identificar fechas de elaboración, fecha de vencimiento y peso.
- Realizar recetas de cocina sencillas.

**Participantes: docente y estudiantes de 4° año.**

**Modalidad: Presencial y virtual**

**Duración: desde mayo a noviembre de 2021.**

