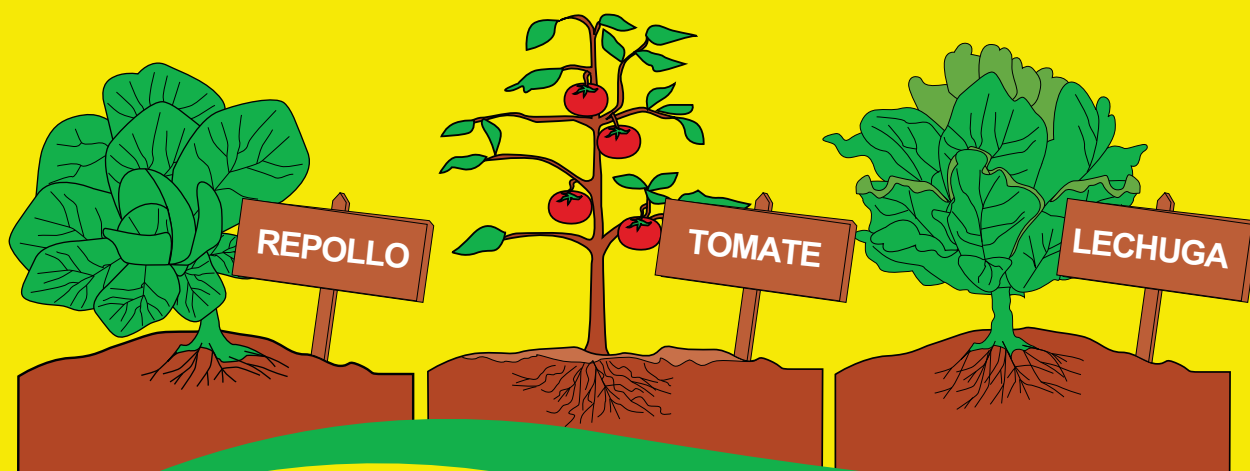


TEMAS:

- Diversidad y belleza de las plantas de mi entorno.
- Normas básicas de nutrición e higiene.

INTRODUCCIÓN

En el primer grado se sugiere trabajar el tema sobre normas básicas de nutrición e higiene de los alimentos que se consumen diariamente, entre éstos, los que se producen en el huerto escolar.



Algunas de las normas a seguir son:

- 🍃 La limpieza de los alimentos. Lavado de las manos antes de empezar a preparar los alimentos y después de manipular los alimentos crudos.
- 🍃 Limpiar las superficies y utensilios de cocina antes de que los utilice y sobre todo, después de manipular cualquier tipo de alimento crudo.
- 🍃 Las frutas y hortalizas requieren especial atención, muchas de ellas se comen crudas y a través de las manos o de los utensilios se puede llevar bacterias peligrosas que pueden ocasionar enfermedades de transmisión alimentaria.
- 🍃 En el huerto se producen diferentes tipos de alimentos. Los alimentos nos dan la energía y los nutrientes necesarios, para crecer, desarrollarnos, jugar, movernos, pensar, aprender, divertirnos, recrearnos con la belleza del huerto; es además, una fuente de alimentos para mejorar la dieta y la salud de niños y niñas.

ACTIVIDAD PARA EMPEZAR.

Se sugiere iniciar el tema, solicitando a los y las estudiantes:

- 🍃 Observen las plantas del entorno.
- 🍃 Dialoguen sobre la diversidad, belleza y utilidad de las plantas de su entorno.

Hacer preguntas como:

- 🍃 ¿Por qué las plantas son útiles?
- 🍃 ¿Cuáles plantas de las que están a alrededor de la escuela son alimenticias?
- 🍃 ¿Saben lo que es un huerto?
- 🍃 ¿Cuáles plantas adornan el jardín y los alrededores de la escuela?

El maestro o maestra permite que los niños y las niñas se expresen con libertad, dándole el tiempo oportuno a cada uno.

Luego pide a los y las estudiantes que dibujen y coloreen alimentos que provengan de las plantas.

Pueden dibujar plantas que ellos consideren bellas y que dan sombras.

Estos dibujos pueden ser colocados en el mural de ciencias.



ACTIVIDAD DE DESARROLLO

El maestro o maestra explicará los tipos de plantas que rodean el entorno escolar incluyendo los del huerto y los beneficios de las plantas.

Pedir a los alumnos y alumnas que:

- 🍃 Dibujen y coloren dos plantas de las cuales reciben beneficios.
- 🍃 Escribir el nombre común de las plantas dibujadas.
- 🍃 Colocar los dibujos en el mural del curso.
- 🍃 Organizar con los alumnos y alumnas una visita al huerto escolar.

Orientar a los/as estudiantes para que recojan la mayor cantidad de información:

- 🍃 Observen las plantas que se cultivan en el huerto.
- 🍃 Observen si hay plantas en los semilleros, preguntar el nombre de plantas y dibujar
- 🍃 Recoger semillas del suelo para luego hacer sumas, restas y artesanía.
- 🍃 Observar si hay animales pequeños y qué están haciendo.
- 🍃 Observar plantas de las que utilizan para su alimentación.
- 🍃 Qué debe hacerse con las plantas que se cultivan en el huerto antes de preparar los alimentos.

En el aula, el docente abrirá un diálogo con los/as estudiantes de acuerdo a lo que observaron en el huerto, dar tiempo para escuchar a todos y todas.

Explicará el tema, hablándoles de los nutrientes que contienen las verduras y los vegetales que se encuentran en el huerto.



- Mostrar algunos alimentos de los que se cultivan en el huerto y explicar algunas normas básicas antes y durante la preparación de los alimentos.
- Pedir a los estudiantes que de las plantas observadas expresen cuales se consumen en sus casas.
- Motivar a los y las estudiantes a recogerlas y consumir frutas y vegetales todos los días por los múltiples beneficios que les proporcionan.
- Hacer pequeñas sumas utilizando las semillas recogidas en el huerto.
- Orientar a los estudiantes que dibujen en sus cuadernos las plantas que observaron en el huerto y las frutas que más les gustan. Colocar en el mural.
- Pedir a los estudiantes que copien algunas palabras del pizarrón como: hoja, hortaliza, huerto, hombre y leer en voz alta..
- Orientarlos para que escriban una frase corta sobre la planta que más le llamó la atención en el huerto, ejemplo: Lechuga verde, y publicar en el mural.

ACTIVIDADES PARA SABER MÁS.



Indagar en su casa, en la comunidad o en Internet

http://www.ed.psu.edu/itell/grupo_cinco/pag.7.htm

- 🍃 Cuáles alimentos del huerto los ayudan a crecer fuertes y saludables.
- 🍃 Cuáles son las normas de higiene que se debe tener en la casa al manipular los alimentos, especialmente los del huerto
- 🍃 Comentar con su maestro o maestra sobre lo investigado.

EVALUACIÓN

- 🍃 Reconoce y nombra plantas alimenticias
- 🍃 Dibuja plantas alimenticias de su entorno .
- 🍃 Participa en los diálogos sobre plantas del huerto.
- 🍃 Identifica algunas normas de higiene que se debe aplicar al consumir alimentos .
- 🍃 Reconoce algunas medidas de higiene al manipular alimentos.