

Proyecto de Aprendizaje

El Sabor de mi Familia

1^{er} grado

Alimentación
Balanceada



Objetivo general

Facilitar el aprendizaje a los estudiantes en el tema de alimentación y nutrición, fomentando en ellos nuevos hábitos alimentarios a través de la curiosidad y el deseo de probar nuevos sabores, incorporando alimentos diferentes a su alimentación habitual.

Objetivos específicos

- Revisar contenidos de alimentación y nutrición.
- Intercambiar recetas familiares con el fin de ofrecerles nuevos sabores a los estudiantes.
- Preparar algunas recetas saludables en clase.
- Producir el recetario de primer grado: *El Sabor de mi familia*.



Una alimentación balanceada es uno de los ingredientes fundamentales para el desarrollo de la mente y el cuerpo de todo niño

Los inadecuados hábitos alimentarios como el excesivo consumo de alimentos de origen animal y un bajo consumo de hortalizas y frutas, nos invitan a intervenir en la situación con un Proyecto de Aprendizaje que muestre a los estudiantes la diversidad en los alimentos y sus combinaciones, a la vez que sensibilice a padres y/o representantes sobre problemas de salud tales como: bajo peso, pérdida de calcio, desnutrición, caída del cabello, hipoglicemia, diabetes, sobrepeso, obesidad, entre otros.

6 Criterios fundamentales para la realización del Proyecto de Aprendizaje





1. Propicie el aprendizaje significativo

Los modelos educativos centrados en los estudiantes proponen que el docente debe propiciar el encuentro entre los problemas, las preguntas significativas y los contenidos del currículo, para así favorecer que el estudiante aprenda a interrogar e interrogarse y el proceso educativo se desarrolle en un medio favorecedor, en un lugar adecuado, con material didáctico y métodos de enseñanza participativos, relaciones interpersonales basadas en el respeto, la tolerancia y la confianza. Asimismo, propone que la educación debe tener en cuenta que el aprendizaje involucra aspectos cognoscitivos y afectivos.

Del aprendizaje significativo que surge al descubrir el para qué del conocimiento adquirido (*insight*), emerge la motivación intrínseca, es decir, el compromiso del estudiante con su proceso de aprendizaje.



2. Responda a las competencias del siglo XXI

El aprendizaje útil a lo largo de toda la vida es la premisa que emanó la UNESCO para explicar el valor de las competencias. A fin de que sean innovadoras e integradoras, las estrategias de aprendizaje y enseñanza deben reconocer a todos los lugares en los que se desarrolla el aprendizaje: el centro de trabajo, la comunidad, la familia y la vida cívica y social. Las TIC han ampliado enormemente las posibilidades de adquirir información, interactuar, establecer redes, abordar problemas comunes, generar ingreso y participar en la vida social. En este sentido, son 5 grandes ejes los que se han definido como competencias para la vida:

- Trabajar autónomamente
- Resolver problemas
- Trabajar en grupos interdisciplinarios
- Ser competente a nivel oral y escrito
- Conocer programas y aplicaciones WEB 2.0

Las actividades propuestas dentro del Proyecto de Aprendizaje favorecerán en los estudiantes las competencias antes expuestas.





3. Promueva la investigación

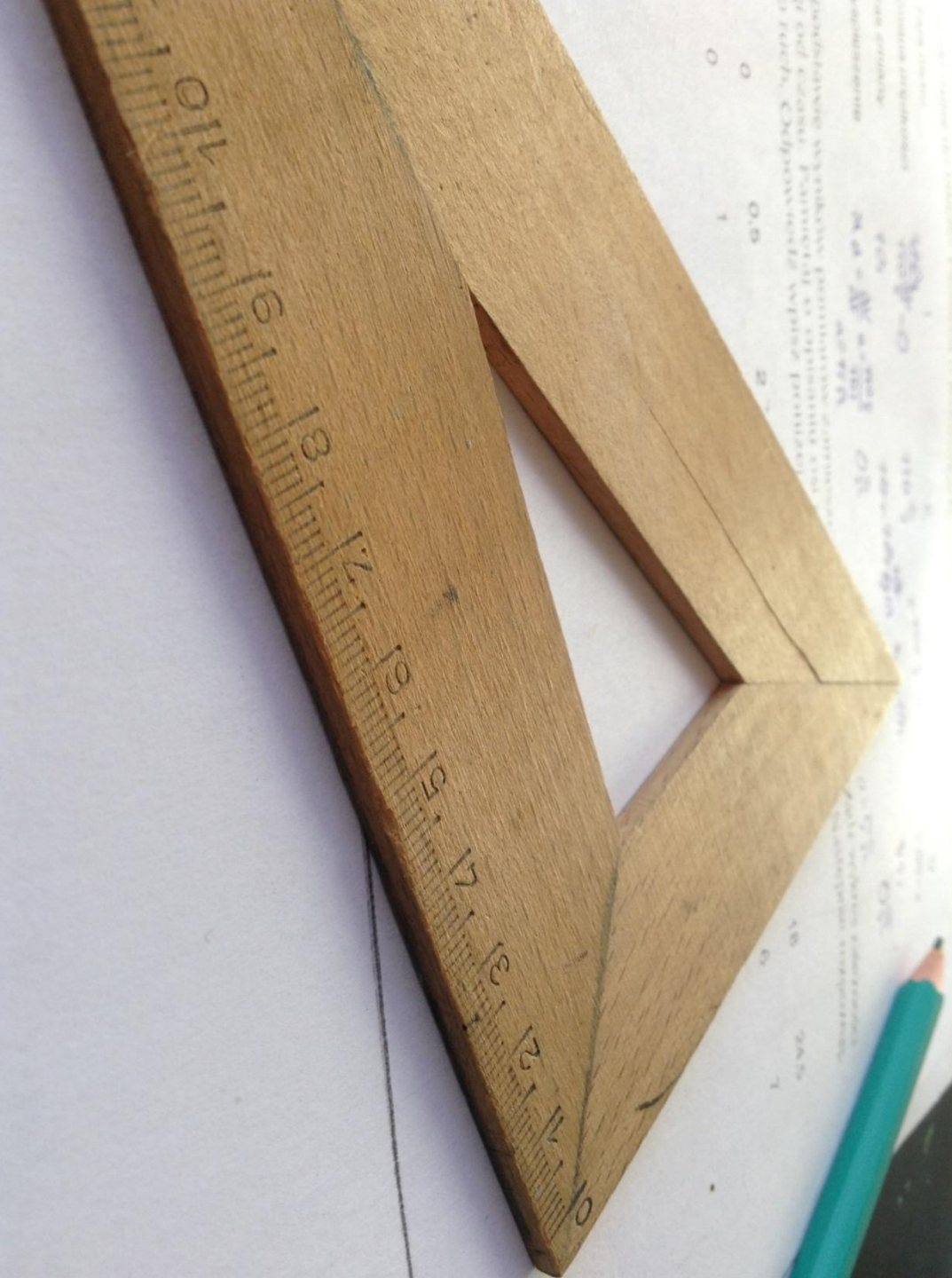
No todas las respuestas están disponibles en los libros de texto, por lo que es necesario dirigir a los estudiantes a otros entornos de investigación.

Sugerimos que los docentes conecten a sus estudiantes con técnicas como la entrevista y búsqueda por la web, promoviendo así preguntas que les permitan levantar sus propios juicios acerca del contenido estudiado.



4. Proponga espacios para el diálogo

El desarrollo de la competencia del diálogo en el aula es de vital importancia, ya que requiere de un entrenamiento continuo de ejercitación y esfuerzo, generando un proceso de pensamiento reflexivo y estructurado. Cuando los estudiantes desarrollan esta competencia asumen ciertas cualidades para comprender este intercambio reflexivo, tales como: aprender a escuchar de manera abierta, analítica y reflexiva las diferentes posturas de las demás personas en la misma situación de conflicto y aprender a argumentar, discutiendo con fundamentos la opinión propia e individual. Las preguntas en este sentido nutren el diálogo en tanto sirven de método para argumentar y validar las distintas posturas de los participantes.



5. Delimite los contenidos curriculares

Al momento de preparar el proyecto, el docente debe lograr despertar el interés de los estudiantes empleando los contenidos curriculares, con la intención de respetar el proceso natural de la curiosidad de los estudiantes pero dándole el soporte conceptual que requiere. Por tanto, seleccione los contenidos con la intención de ejercitarlos durante las variadas actividades del proyecto.



6. Invite a otros miembros de la comunidad escolar

La intención del proyecto es contar con un público que valide e interactúe con los estudiantes. Así pues, el rol de la audiencia es importante en el desarrollo del cierre del proyecto en tanto hace del producto un momento de libre interacción con otros.

Secuencia del Proyecto

Secuencia del Proyecto



Lanzando
el Proyecto



Programación
Curricular



Ejecución
de Actividades



Presentación a la
Comunidad Escolar



Lanzando el Proyecto

- El docente lee a sus estudiantes la carta de inicio GUAO, con el fin de entusiasmarlos al desarrollo del Proyecto: El Sabor de mi Familia.
- Se realiza charla sensibilizadora con nutricionista invitado.
- Los estudiantes promocionarán el proyecto a través de la decoración del aula y carteleras informativas alusivas al mismo.



Programación Curricular

El docente en este momento se centrará en elegir los contenidos a evaluar durante el proyecto, así como redactar los objetivos específicos. En esta fase también se preparará el calendario de actividades.



Ejecución de Actividades

Se trata del desarrollo de las actividades en sus respectivas semanas de ejecución.



Presentación a la Comunidad Escolar

Cierre del Proyecto donde cada estudiante participará como presentador de lo elaborado y donde padres, docentes y demás estudiantes compartirán la experiencia.

Contenidos programáticos que acompañan al Proyecto de Aprendizaje



Contenidos programáticos que acompañan al Proyecto El Sabor de mi Familia



Lengua
y Literatura



1er grado

- Producción escrita y Comprensión Lectora
- Formación de oraciones de alimentación y nutrición
- Textos instruccionales: recetarios

Contenidos programáticos que acompañan al Proyecto El Sabor de mi Familia



Matemática

- Adiciones y sustracciones
- Sistema monetario venezolano
- Conteo y clasificación de elementos al cocinar

Contenidos programáticos que acompañan al Proyecto El Sabor de mi Familia



1^{er} grado

Ciencias de la Naturaleza
y Tecnología

- Adecuada alimentación
- Clasificación de los alimentos
- Preparación de comidas
- Importancia de la higiene

Contenidos programáticos que acompañan al Proyecto El Sabor de mi Familia



grado

Ciencias Sociales

- La familia y la cocina
- El comedor escolar
- Alimentación y participación comunitaria

Contenidos programáticos que acompañan al Proyecto El Sabor de mi Familia



grado

Educación Estética

Elementos de la expresión artística relacionados con la alimentación: colores, texturas, modelado

Recursos disponibles en guao.org



Proyecto de Aprendizaje
El Sabor de mi Familia

Recursos disponibles en guao.org

En los siguientes links encontrarás recursos interactivos que están presentes en nuestra página www.guao.org para que sugieras a tus estudiantes como ejercitación de los contenidos curriculares que propone el Proyecto de Aprendizaje.



Proyecto de Aprendizaje
El Sabor de mi Familia



Lengua y Literatura

Formación de oraciones

[Para ver contenido clic aquí](#)

Producción escrita y comprensión lectora

[Para ver contenido clic aquí](#)

Textos instruccionales

[Para ver contenido clic aquí](#)



Matemática

Adiciones

[Para ver contenido clic aquí](#)

Sistema monetario venezolano

[Para ver contenido clic aquí](#)

Conteo y clasificación de elementos

[Para ver contenido clic aquí](#)



Ciencias de la Naturaleza y Tecnología

Cómo tener una buena alimentación

[Para ver contenido clic aquí](#)

Tipos de alimentos

[Para ver contenido clic aquí](#)

La elaboración de alimentos

[Para ver contenido clic aquí](#)



Ciencias Sociales

Familia

[Para ver contenido clic aquí](#)

Escuela

[Para ver contenido clic aquí](#)

Comunidad

[Para ver contenido clic aquí](#)



Educación Estética

Colores

[Para ver contenido clic aquí](#)

Texturas

[Para ver contenido clic aquí](#)

Modelado

[Para ver contenido clic aquí](#)

Recursos disponibles en guao.org para el desarrollo de este Proyecto de Aprendizaje

[Trompo de los Alimentos](#)

[Manipulación higiénica de alimentos](#)

[Alimentación en la primaria](#)

[Publicidad y alimentación](#)

[Exploración naturaleza y sociedad. 1º Grado](#)

[Guía docente Cs naturales. 1º Grado](#)

[Cs naturales. 1º Grado](#)

[Cs naturales. Colección Bicentenario](#)

[Alimentación y nutrición del niño](#)

[Alimentación del escolar y adolescente](#)

[Recomendaciones nutricionales](#)

[Guías de alimentación. Preescolar y escolar](#)

[Alimentación escolar y agricultura familiar](#)

[Alimentación saludable](#)

[Nutrición y dietética](#)

[Como, luego existo](#)

[Enfermedades nutricionales](#)

[Gastronomía saludable](#)

[Alimentación y nutrición del escolar](#)

[Educación en nutrición. Huertos escolares](#)

Indicadores por área



Lengua y Literatura

Leer y escribir

Conceptual

El intercambio oral en la vida cotidiana: la conversación, diálogo y discusión.

La comunicación con textos orales sencillos: textos narrativos, descriptivos e instruccionales.

Procedimental

Participación activa y espontánea como hablante en conversaciones y discusiones sobre temas relacionados con la escuela, la familia y la comunidad en forma respetuosa y fluida.

Participación como oyente en procesos de comprensión de textos orales, demostrando atención e interés en conversaciones y discusiones sobre diversos temas académicos y cotidianos.





Lengua y Literatura

Leer y escribir

Procedimental

Estructuración de preguntas y respuestas en situaciones de diálogo en el contexto escolar y familiar.

Organización de secuencias temporales al narrar.

Discriminación de características al describir.

Seguimiento de instrucciones para participar en diversos tipos de actividades (juegos, trabajos, investigaciones, entre otras).





Lengua y Literatura

Leer y escribir

Actitudinal

Valoración del lenguaje como medio de comunicación y satisfacción de necesidades.

Valoración del lenguaje como instrumento eficaz para la convivencia en la familia, la escuela y la comunidad.

Respeto por los turnos en la conversación.

Aceptación del lenguaje oral como medio para crear y recrear textos.

Valoración del manejo consciente del tono de voz en diversas situaciones comunicativas.

Valoración de las capacidades de expresión oral como medio para reforzar la autoestima y la confianza en sí mismo.



gualo.org

Proyecto de Aprendizaje
El Sabor de mi Familia



Matemática

Comenzando a calcular y ¿Cómo medimos?

Conceptual

Nociones de adición y sustracción

Adición de números naturales

Procedimental

Observación de transformaciones que afectan la cardinalidad y el orden (quitar, separar, agregar, reunir o agrupar), utilizando colecciones concretas y semiconcretas.

Asociación del dibujo con la expresión simbólica de la adición y de la sustracción.

Agrupación de números que sumen una cantidad indicada.



Matemática

Comenzando a calcular y ¿Cómo medimos?

Procedimental

Elaboración y resolución de problemas de adición a partir de situaciones cotidianas.

Construcción y fijación de tablas con actividades lúdicas, utilizando elementos concretos y observando la conmutatividad de la adición.

Realización de adiciones con dos sumandos de una cifra. Asociación de la acción de sumar con el signo +. Expresión de las adiciones en forma horizontal y vertical.

Observación de que al sumarle el número cero a cualquier número natural se obtiene el mismo número natural.





Matemática

Comenzando a calcular y ¿Cómo medimos?

Procedimental

Identificación de monedas y papel moneda propios de nuestra identidad nacional en forma concreta y gráfica.

Uso del bolívar como unidad monetaria nacional.

Relación entre las monedas y el papel moneda en forma concreta y gráfica.

Resolución de problemas sencillos donde se evidencie la utilidad de la moneda para realizar actividades de compra - venta.





Matemática

Comenzando a calcular y ¿Cómo medimos?

Actitudinal

Curiosidad por indagar y explorar transformaciones en colecciones de objetos.

Valoración de la capacidad expresiva de las representaciones gráficas.

Valoración de la importancia de la adición y de la sustracción para resolver situaciones del entorno social, familiar y escolar.

Valoración de la importancia del uso de algoritmos para realizar operaciones en forma ordenada y precisa.

Interés por descubrir elementos desconocidos en una adición o sustracción presentada en forma simbólica.



Matemática

Comenzando a calcular y ¿Cómo medimos?

Actitudinal

Constancia y tenacidad en la búsqueda de soluciones a un problema.

Interés por comprobar las soluciones a un problema.

Valoración de la importancia de realizar estimaciones aceptables.

Desarrollo de la confianza en sí mismo para la toma de decisiones.





Ciencias de la Naturaleza y Tecnología

Los alimentos en la cocina

Conceptual

Tipos de alimentos.

Procesamiento

Almacenamiento y envases

Utensilios y aparatos de la cocina

Desechos generados en la cocina

Higiene en la preparación y
almacenamiento de los alimentos

Procedimental

Observación de diferentes alimentos, su ubicación, envases, utensilios y desechos relacionados con la cocina.

Descripción oral y gráfica de los alimentos, envases, utensilios y desechos relacionados con la cocina.

Clasificación de los alimentos, envases, utensilios y desechos.





Ciencias de la Naturaleza y Tecnología

Los alimentos en la cocina

Procedimental

Seriación de envases por tamaño y color.

Establecimiento de procesos secuenciales en la elaboración de los alimentos.

Descripción del procedimiento en la preparación de algunos alimentos.

Elaboración de conclusión sobre la importancia de ingerir diferentes tipos de alimentos para la conservación de la salud.

Búsqueda de información sobre la utilización de tecnología en la conservación.





Ciencias de la Naturaleza y Tecnología

Los alimentos en la cocina

Actitudinal

Sensibilidad por el orden y la limpieza en el lugar de trabajo.

Curiosidad por la ciencia

Reconocimiento del valor de los alimentos y de la tecnología.

Valoración de la comunicación oral, escrita, gestual, gráfica y plástica en la consolidación del conocimiento.

Respeto por las normas de seguridad e higiene para la manipulación de los implementos de cocina.

Valoración del trabajo que realizan las personas relacionadas con la preparación de los alimentos.

Valoración de los desechos vegetales como abono para las plantas.





Ciencias Sociales

Niño, familia, escuela y comunidad

Conceptual

La familia

El grupo familiar y la vivienda

La comunidad escolar, organización, distribución de tareas. La convivencia.

Procedimental

Evocación y conversación de los conocimientos previos acerca de la familia.

Diseño y ejecución de dramatizaciones sencillas de escenas familiares partiendo de su propia realidad.

Representación de una vivienda familiar, a través del dibujo y modelado .





Ciencias Sociales

Niño, familia, escuela y comunidad

Procedimental

Determinación de la importancia de la familia en la escuela a partir de narraciones creativas que conduzcan a la reflexión y valoración de la misma.

Observación y descripción de las dependencias de la escuela a través de un recorrido. Observación del comedor escolar y de la cocina familiar.

Descripción oral y escrita de las tareas que realiza el personal que labora en la escuela relacionadas con la alimentación.

Relación entre las dependencias de la escuela y las funciones que realizan sus miembros.





Ciencias Sociales

Niño, familia, escuela y comunidad

Actitudinal

Valoración e importancia de la familia

Valoración de la vivienda

Valoración por el trabajo de los miembros de la familia y de su entorno.

Valoración del trabajo cooperativo en el hogar y en la escuela.

Disfrute por las actividades escolares como parte de su cotidianidad.





Ciencias Sociales

Niño, familia, escuela y comunidad

Actitudinal

Manifestación espontánea y libre de sus ideas

Valoración por el trabajo que realizan los miembros de la escuela.

Manifestación de participación comunitaria en la escuela

Manifestación de amor, respeto y colaboración entre los miembros de la escuela y de la comunidad.





Educación Estética

Elementos y medios de expresión artística

Conceptual

La línea

Clasificación de la línea

Mezcla de colores. Colores primarios y secundarios

Valor. Luces. Sombras

Texturas. Táctiles y Visuales

Procedimental

Determinar la presencia de la línea en las aristas de los diferentes objetos del aula.

Identificación de la línea que configura los objetos del aula y del entorno para clasificarlas en líneas rectas, mixtas, onduladas, horizontales, verticales.

Valorización de la línea mediante diferentes trazos: gruesos, finos, puntos y variadas direcciones.



Educación Estética

Elementos y medios de expresión artística

Procedimental

Realización de dibujos de objetos a partir de la línea como elemento de expresión .

Realización de trazos lineales con secuencias rítmicas con música.

Trazado de líneas horizontales para construir un pentagrama.

Actitudinal

Valoración de la línea el color la textura, luces y sombras en los objetos que nos rodean.

Valoración de la importancia de la luz y el color para apreciar la belleza de nuestro ambiente.

Disfrute al participar en las representaciones de bailes y danzas.

Originalidad al crear cuentos del aula y las sombras que proyecta.

Utilización de temperas de diferentes colores para lograr diferentes matices mediante la mezcla.

Preparación del Marco General

El docente justificará la introducción del proyecto para transformar una realidad observada en el grupo de estudiantes. Llevará a la clase algunos ejemplos donde una alimentación inadecuada atenta contra la salud.

Por nombrar algunos ejemplos: ausencia de calcio, bajo peso, caída de cabello, sobrepeso, obesidad, diabetes, entre otros. Todo esto con el fin de que los estudiantes comprendan la importancia de alimentarse bien y tomar los nutrientes de todos los alimentos.

En ese momento el docente trabajará con ellos el compromiso que durante el proyecto todos prueben los alimentos que se llevarán al aula.

Todo lo mencionado anteriormente debe ser cubierto por el docente antes de lanzar el proyecto

Actividades por semana



guae.org

Proyecto de Aprendizaje
El Sabor de mi Familia

Duración del Proyecto:
6 semanas escolares

Semana



Actividad

Charla: Comer rico, comer bien

Contenido de la charla:

- ¿Por qué necesitamos comer?
- ¿Podemos comer sano y rico a la vez?
- ¿Cuál es la mejor merienda?

Competencia



Capacidad para
Trabajar en equipo

Resolución de
problemas



Duración del Proyecto:
6 semanas escolares

Semana



Actividad

- Degustación de sabores y texturas.
- Merienda: ensalada de frutas hecha en el salón.

Competencia



Desarrollo de la
autonomía

Duración del Proyecto:
6 semanas escolares

Semana



Actividad

Pedirles a los estudiantes que seleccionen 3 recetas saludables del menú familiar y que las traigan a la próxima clase copiada o impresa para compartir ante el grupo.

Competencia



Desarrollo de la
autonomía

Comunicación oral
y escrita



Duración del Proyecto:
6 semanas escolares

Semana



Actividad

Cada estudiante debe investigar 10 recetas nuevas que se suman a sus 3 recetas familiares, es decir, cada recetario dispondrá de 13 recetas. Proponga que con ayuda de sus familias las traigan encuadernadas de manera artesanal para la semana 6 de la exposición.

Confección y decoración de delantales

Competencia



Resolución
de problemas

Comunicación oral
y escrita



Capacidad para
el trabajo en equipo

Duración del Proyecto:
6 semanas escolares

Semana



Actividad

Para esta actividad se utilizarán los delantales realizados en clase para elaborar un menú con las comidas sugeridas por las familias. Tome en cuenta la disponibilidad de los ingredientes. Asegúrese que todos los niños participen. Es necesario que conforme grupos de trabajo con responsabilidades.

Competencia



Resolución
de problemas

Capacidad para
el trabajo en equipo



Comunicación oral
y escrita

Duración del Proyecto:
6 semanas escolares

Semana



Actividad. Cierre del Proyecto

Para esta actividad los niños deberán mostrar a los invitados los recetarios saludables realizados, así como la exhibición de los delantales. Luego los estudiantes comentarán a los invitados su opinión acerca de los alimentos saludables que probaron.

Se sugiere al docente organizar un guión de participación y asignarles a los niños el alimento para que ellos puedan preparar su testimonio con tiempo.

Por último se realiza el proceso de evaluación del proyecto.

Competencia



Resolución
de problemas

Capacidad para
el trabajo en equipo



Comunicación oral
y escrita

Resolución
de problemas



Proyecto de Aprendizaje

El Sabor de mi Familia

