



ANEP

DIRECCIÓN GENERAL
DE EDUCACIÓN
INICIAL Y PRIMARIA

DIVISIÓN
PLANEAMIENTO
EDUCATIVO

Departamento
de Tecnologías Educativas
aplicadas y virtualidad



Portales educativos

Propuesta didáctica:

Dieta saludable: beneficios del mijo (Parte II)



Descripción:

Propuesta didáctica sobre nutrición que utiliza metodologías activas, integrando Lengua y Biología.

Formato:

Propuesta didáctica con metodologías activas

Fecha de creación:

Marzo 2023

Ciclo: 1ero

Tramo: 2

Espacio:

Científico - Matemático

Comunicación

**Unidad curricular:**

- Ciencias del ambiente (Biología)
- Lengua Española

Competencia general:

- Metacognitiva
- Comunicación
- Pensamiento Científico
- En relación con los otros

Competencias específicas de la Unidad Curricular:

- Interactúa dialogando con sus pares dando razones que justifican las opiniones y preguntas que surgen en la interacción con el otro ante hechos y fenómenos del mundo natural.
- Reconoce sus intereses y emociones, vinculándose con otros de manera empática, logrando una motivación propia, involucrándose en sus aprendizajes reconociendo qué aprendió, y cómo lo aprendió sobre procesos biológicos, para interactuar con sus pares y adultos y así construir vínculos de confianza.
- Formula preguntas, dialoga y da razones para construir sus puntos de vista.

Contenidos:**Lengua Española**

Oralidad: La expresión de opiniones en variadas situaciones. Razones para sostenerlas

Escritura: Producción de textos escritos en diferentes soportes y modalidades.

Ciencias del ambiente: Biología

Nutrición humana y salud. Dieta saludable.

Plan de aprendizaje:

Actividad 1: Construcción del concepto dieta saludable

Opción 1: Se sugiere invitar a un nutricionista para institucionalizar el concepto de **dieta saludable**.

Opción 2: Se propone el visionado del siguiente video para institucionalizar el concepto de **dieta saludable**



Se recomienda ir deteniendo el video y retomar los conceptos abordados en los cuales se quiere enfatizar.

Actividad 2: ¿Qué es una dieta saludable?

Se propone la realización de un mapa mental utilizando la técnica cooperativa Folio Giratorio:

DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN INICIAL Y PRIMARIA | DIVISIÓN PLANEAMIENTO EDUCATIVO | Departamento de Tecnologías Educativas Aplicadas y Virtualidad

FOLIO GIRATORIO

- 1** Cada grupo de cuatro alumnos recibe un folio con una consigna de trabajo y marcadores de colores.
- 2** El folio se coloca en el centro de la mesa del grupo y girará en el sentido de las agujas del reloj para que cada alumno escriba las ideas que le sugiere la consigna.
- 3** Los grupos intercambiarán el folio con otros equipos y añadirán algunas ideas que no estén escritas.
- 4** Cada grupo recogerá su folio con los aportes de los otros equipos y mejorará su idea inicial.



Se sugiere la visualización del recurso: Técnica cooperativa: [Folio giratorio](#)

Actividad 3: Representación colectiva del plato GABA

Crear una lista de alimentos que correspondan a cada uno de los grupos del plato GABA. Los niños deben buscar en su casa imágenes o etiquetas de los alimentos de la lista y traerlos para construir el plato GABA que quedará de referencia en el aula.

Enlace a [guía alimentaria para la población uruguaya](#). El plato Gaba se encuentra en la página 48.

Actividad 4: Investigación: ¿en qué grupo de alimentos incluiremos el mijo?

La siguiente actividad puede ser realizada en el hogar o en la clase con el acompañamiento del docente;

Retomar la leyenda socializada en la parte I:

La anciana planteaba que el cultivo del mijo “podría ayudarlos a mejorar su dieta”. ¿Por qué habrá dicho esto?

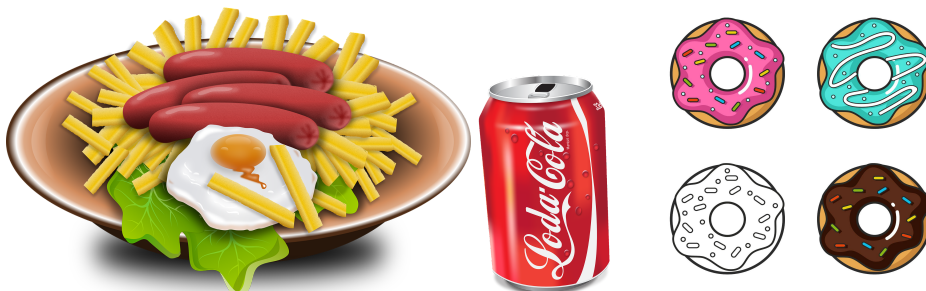
Investigamos: ¿Qué es el mijo? ¿En qué grupo de alimentos se encuentra? ¿Qué beneficios aporta?

Opciones de productos: audio grabado por los niños, infografías, videos, mapas mentales, textos, etc.

Como cierre de esta actividad se retoma en clase lo investigado y se incluye en mijo en el plato GABA.

Actividad 5: Estudio de caso

Esto es lo que almorzó Jorge en el día de ayer. Su amiga Paula le dijo que no es saludable.





¿Por qué crees que Paula le dijo esto?

¿Qué le sugerirías hacer para convertirlo en saludable?

Actividad 6: ¿Qué aprendí?

Se propone la siguiente rutina para que los niños completen de forma individual luego de realizado el recorrido por esta secuencia de trabajo. Mediante esta herramienta, se pretende que los alumnos, **a través de un proceso metacognitivo, pongan en palabras y evidencien** la forma en que ha cambiado su pensamiento.

La misma pueden encontrarla en el siguiente recurso: [Rutina de pensamiento: Antes pensaba.... Ahora pienso](#)

Rutina de pensamiento

Nombre: Fecha:

 **Antes pensaba**

* * *

Ahora pienso 

* * *


Un portal en movimiento
uruguayeduca.anep.edu.uy

Criterios de logro:

- Opina y da razones sobre la dieta saludable.
- Expresa su opinión, brinda razones y relaciona ideas.
- Produce en forma alfabética unidades con significado (segmentación, uso de mayúscula, puntuación).

**Sugerencias metodológicas, didácticas y de evaluación:**

Se sugiere comenzar con la propuesta Dieta saludable: beneficios del mijo (Parte I)

Como forma de dar seguimiento a los procesos individuales desarrollados durante esta secuencia de trabajo, se sugiere elaborar una rúbrica para registrar la progresión de aprendizaje de cada niño.

Autor: Devoto, Valentina; Ferro, Helena; Oyhenard, Graciela.

Licenciamiento: Creative Commons Atribución 4.0 Internacional

Material para consultar:

<https://www.fao.org/fao-stories/article/es/c/1629159/>

<https://www.fao.org/3/cc3253es/cc3253es.pdf>

Créditos de las imágenes:

lata refresco: Imagen de guilaine en Pixabay

almuerzo: Imagen de Almeida en Pixabay

donas Imagen de user15245033 en Freepik