



PERÚ

Ministerio
de Educación

APRENDO
en casa

Experiencia de aprendizaje 6 | V CICLO (5.º y 6.º PRIMARIA)



Cuido mi salud comiendo de manera saludable

Guía transdisciplinaria para docentes, estudiantes y sus familias

Orientaciones para el desarrollo de las experiencias de aprendizaje desde las sugerencias del equipo transdisciplinario



Duración estimada:
2 semanas

Estimadas/os docentes y familias:

Esta guía transdisciplinaria se consolida con la intervención de un equipo de profesionales docentes y no docentes de la modalidad de Educación Básica Especial, quienes la han desarrollado de manera conjunta y articulada. Es así que, a partir de las sugerencias de psicólogas/os, terapeutas ocupacionales, terapeutas del lenguaje, terapeutas físicos y educadores especiales, les brindamos diversas adecuaciones para cada actividad desde cinco áreas de desarrollo, las cuales permitirán que nuestras y nuestros estudiantes:

Área sensorial: perciban el mundo a través de los sentidos. Los estímulos sensoriales llegan al cerebro, son procesados y almacenados como experiencias que luego se utilizan para construir aprendizajes. Estos sentidos son la visión, el oído, el tacto, el olfato, el gusto, el movimiento (vestibular) y la consciencia corporal (propiocepción).

Área motora: puedan controlar su postura y realizar movimientos para desplazarse en su medio, interactuando con su ambiente físico, ya sea estando sentadas/os, de pie, caminando, corriendo o utilizando sus manos en actividades y acciones que tengan un significado y un propósito.

Área cognitiva: elaboren su pensamiento y adquieran conocimientos acerca de sí mismos y del mundo que les rodea. Está asociada al desarrollo de la inteligencia, orientación, atención, memoria, lenguaje, funciones ejecutivas, entre otras.

Área de la comunicación: desarrollen su lenguaje comprensivo y expresivo para así poder interactuar con el entorno que les rodea (familia, escuela, etc.). En el caso de las/los estudiantes que no se comuniquen de manera verbal (oral) se desarrollarán estrategias de comunicación no verbal.

Área socio-emocional: se regulen emocionalmente, y sientan tranquilidad, seguridad y con un buen nivel de alerta, lo cual les ayudará a interactuar con su entorno, expresando y comprendiendo sus emociones, que, junto al afecto, son la base del desarrollo de la conducta.

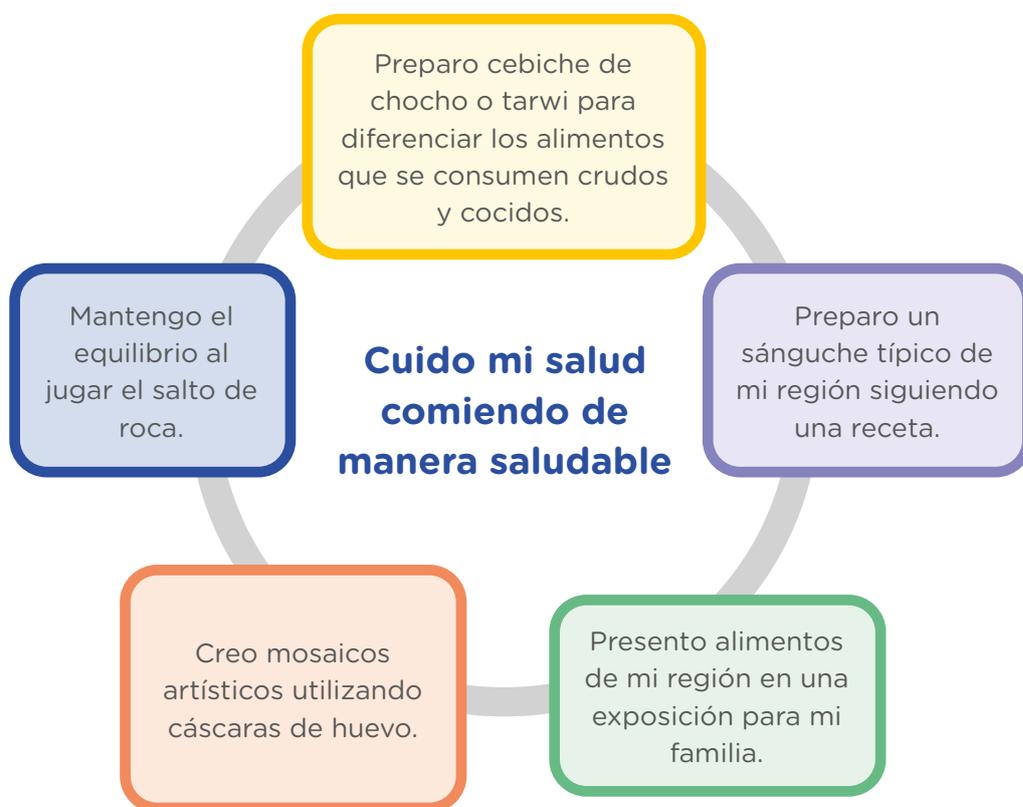


Propósito de la experiencia de aprendizaje

A través de esta experiencia de aprendizaje la o el adolescente o joven tendrán la posibilidad de indagar sobre los alimentos, conocer cómo se transforman, conservan, preparan y consumen para mantener un buen estado de salud y valorar las diversas prácticas socioculturales vinculadas a la alimentación.

Actividades

En este organizador presentamos las actividades que puedes desarrollar durante estas dos semanas.



Recuerda: Puedes alternar, ajustar, modificar y adaptar estas actividades de acuerdo con las características e intereses de las/ los adolescentes o jóvenes que acompañas y el contexto en el que se desenvuelven.





Actividad 1

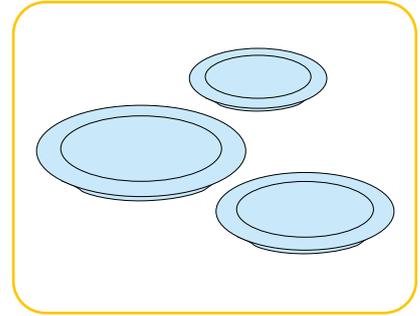
Preparo cebiche de chocho o tarwi para diferenciar los alimentos que se consumen crudos y cocidos

Área cognitiva

Después de preparar el cebiche de chocho, pídele a la/el adolescente o joven que sirva tres porciones diferentes de cebiche de chocho.

Colócate detrás de ella o él, apoya tu mano sobre su mano y ayúdala/lo a manipular la cuchara para que pueda servir el cebiche.

Mientras observan los tres platos servidos pregúntale ¿cuál tiene más?, ¿cuál tiene menos? Permítele diferentes tipos de respuesta, según sus posibilidades.



Área sensorial

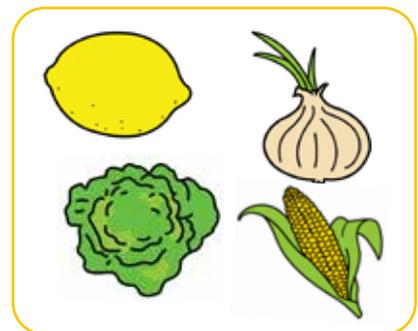
Luego de la degustación del cebiche de chocho, pregúntale: “¿Te gusta lo que comes? ¿Es frío o caliente?”. Refuerza sus respuestas usando imágenes.



Área de comunicación

Permite que realice el reconocimiento del plato que ha preparado al compararlo con otro plato, ya sea de manera concreta o con el apoyo de imágenes. Pregúntale: “¿Cómo se llama lo que has preparado hoy?”. Dale tiempo a que verbalice, emita sonidos, mire o señale su respuesta.

Muéstrale algunos de los ingredientes de la preparación: limón, chocho, cebolla, lechuga y también carteles con el nombre de estos alimentos. Léele cada cartel y pídele a la/el adolescente o joven que escoja, señale o mire el alimento mencionado y lo coloque junto al cartel con su nombre.





Actividad 2

Preparo un sánduche típico de mi región siguiendo una receta

Área motora

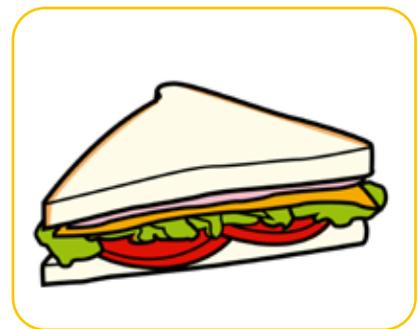
Permítele a la/el adolescente o joven que manipule los ingredientes, sienta su textura y olor. Ayúdala/lo a quebrar un huevo para luego batirlo dentro de un recipiente utilizando un tenedor. Colócate detrás de ella o él, apoya tu mano sobre su mano, de esta manera manipulan el tenedor para batir el huevo.



Área cognitiva

Cuéntale a través de una secuencia de imágenes cómo se realiza la preparación del sánduche. Pídele a la/el adolescente o joven que ordene la secuencia de la preparación según cada paso que te escuchará decir. Utiliza conectores de secuencia en tu narración: primero, luego, finalmente.

- Primero, enharina el pejerrey.
- Luego, fríe el pejerrey en aceite caliente.
- Finalmente, colócalo dentro del pan.



Área de comunicación

Muéstrale sobre una mesa todos los ingredientes de la preparación a la/el adolescente o joven. Preséntale la imagen o fotografía del ingrediente, nómbralo y permítele que lo busque y relacione (imagen-ingrediente).



Para la elaboración de este material educativo y sus distintas secciones se ha tomado los Pictogramas utilizados que proceden de ARASAAC (<http://arasaac.org>), propiedad del Gobierno de Aragón - España. El creador es Sergio Palao, quien los distribuye bajo licencia Creative Commons (BY-NC-SA).



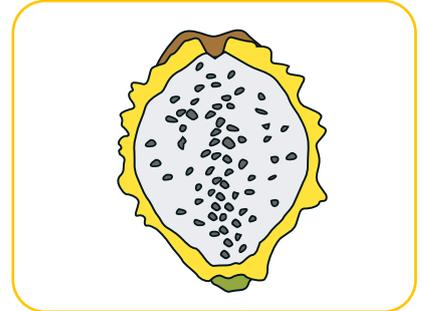
Actividad 3

Presento alimentos de mi región en una exposición para mi familia

Área de comunicación

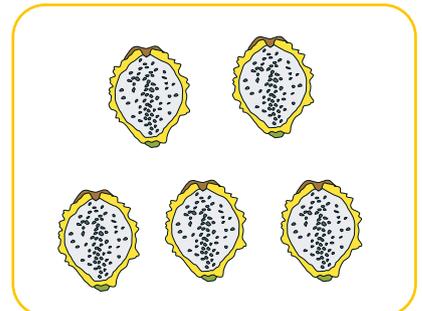
Muéstrale a la/el adolescente o joven tres diferentes de frutas de su región. Permítele que las manipule para observar sus características. Apóyala/lo mencionando con mucho énfasis el color, tamaño y textura.

Luego preséntale tres imágenes de las frutas que ha conocido, vuelve a nombrarlas. Finalmente, deberás pedirle que te entregue la imagen de la fruta cuyo nombre escuche.



Área cognitiva

Sobre una mesa preséntale cinco frutas iguales. Por ejemplo, cinco pitahayas. Ayúdala/lo a guardar las pitahayas en una canasta o recipiente. Es importante que al guardar las frutas cuenten juntos 1, 2, 3, 4, 5. Refuézale la cantidad de frutas que han guardado diciéndole con énfasis que tienes cinco frutas.



Área socioemocional

Es sumamente importante alentarla/lo en las diferentes actividades que realiza, valorando su esfuerzo con frases y gestos positivos.





Actividad 4

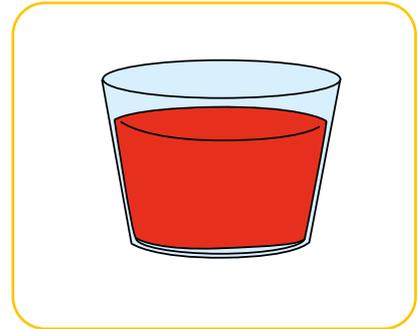
Creo mosaicos artísticos utilizando cáscaras de huevo

Área cognitiva

Coloca la pintura (colores básicos) en envases transparentes y sobre una mesa. De esta manera puede observar los colores.

Muéstrale a la/el adolescente o joven imágenes de algunos objetos como un sol amarillo. Dile: “El sol es de color amarillo, dame la pintura que es de color amarillo como el sol”.

Pregúntale: “¿De qué color es la pintura?”. Permítele verbalizar o emitir sonidos de respuesta. Realiza la misma actividad con los otros colores.



Área motora

Permítele realizar el pintado de la cáscara de huevo con la técnica del moteado.

Para ello es necesario ubicar a la/el adolescente o joven, sentada/do frente a una mesa para que coloque sus manos encima de ella con comodidad.

Acompáñala/lo a realizar la técnica del moteado colocando tu mano sobre la de ella o él, separando sus dedos para sostener la mota y realizar toques en diferentes direcciones.



Área socioemocional

Finalizado el mosaico, permítele compartir su trabajo con la familia.

Ayuda a la/el adolescente o joven a expresarse, recordándole que puede decir algunas palabras, gestos o sonidos:

“Hola, familia, soy, les presento mi mosaico de muchos colores como.... (rojo, azul y amarillo)”. Al mencionar los colores puede utilizar apoyo visual con tarjetas de colores. También puede decir lo siguiente para expresar su emoción: “Me siento feliz por mi trabajo (pictograma cara feliz)”.



Actividad 5

Mantengo el equilibrio al jugar el salto de roca

Área motora

Acompáñala/lo a realizar un recorrido, previamente elaborado con líneas rectas, curvas, con conos, por donde la/el adolescente o joven podrá desplazarse según sus posibilidades (en silla de ruedas, cargada/do, con un bastón).



Área cognitiva

Mientras realiza el recorrido menciónale la ubicación del desplazamiento:

“Estamos yendo hacia adelante, ahora a la derecha, ahora a la izquierda, tenemos un obstáculo, vamos a retroceder”.



Área socioemocional

Felicítala/lo por su esfuerzo al realizar el desplazamiento. Hazlo con palabras motivadoras: “¡Tú puedes! ¡Te felicito! ¡Lo estás haciendo genial!”.

Recuerda que es muy importante establecer vínculos afectivos para el logro de la actividad.

