



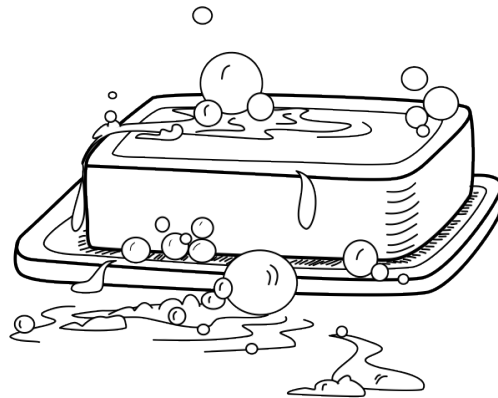
NUTRICIÓN/SALUD

IDEA IMPORTANTE

La nutrición es una parte importante de la rutina diaria de los niños y contribuye a que tengan un concepto y una perspectiva positivos de sí mismos. Los niños exploran hábitos saludables y para tener una buena nutrición.

Objetivo del contenido:

El niño(a) aprenderá a lavarse las manos con el propósito de cuidar su salud y verbalizará el procedimiento de cuatro pasos para lavarse las manos. El niño(a) cantará la canción del abecedario mientras se lava las manos.



Materiales necesarios:

- ♦ El libro de la unidad: *Los germenitos no son para compartir*, por Elizabeth Verdick.
- ♦ Jabón
- ♦ Harina
- ♦ Dos galletas o tajadas de pan de color oscuro

Vocabulario de la lección:

- ♦ microbios—germs
- ♦ espuma—lather
- ♦ tallar—scrub
- ♦ jabón—soap

Guía de Aprendizaje Preescolar de Texas (Revisada), campos utilizados:

Lenguaje y Comunicación:

II.A.2. El niño muestra entendimiento al seguir instrucciones orales de dos pasos y usualmente sigue instrucciones de tres pasos.

Alfabetización Emergente, Lectura:

III.D.1. El niño vuelve a contar o vuelve a representar una historia después de que se lee en voz alta.

Matemáticas:

V.A.7. El niño usa los términos verbales ordinales.


Tecnología: (extensión)

X.A.1. El niño abre y navega a través de programas diseñados para mejorar el desarrollo apropiado de conceptos.

Actividades:

1. El ayudante educativo hace una demostración para el padre de familia.

Recuerde al padre de familia y al niño(a) que estamos aprendiendo acerca de la nutrición y la salud y que es muy importante comer los alimentos correctos para crecer saludables. Diga,

 *Además de comer los alimentos correctos, hay otras cosas que debemos hacer para estar saludables y fuertes.*



*Hoy hablaremos de lavarnos las manos. ¿Te lavas las manos? **(Pausa)** ¿Cuándo? **(Pausa)** ¿Sabes por qué necesitas lavarte las manos? **(Pausa)** (Acepte cualquier respuesta razonable.) ¡Correcto! Lavarte las manos es algo que puedes hacer para mantenerte saludable o no enfermarte. ¿Sabes por qué podríamos enfermarnos si no nos lavamos las manos? **(Pausa)** Sí, porque tenemos microbios en nuestras manos.*


Los microbios son muy pequeños, tan pequeños que no puedes verlos. Pero están en todas partes y algunos microbios pueden hacer que te enfermes. Cuando usamos nuestras manos para comer, algunos de esos microbios se pasan a nuestra comida y nos los comemos también. ¡Qué asco! La mejor forma de evitar que los microbios hagan que te enfermes es lavándote las manos. El jabón y el agua quitan los microbios.

*Vamos a hacer un juego para mostrarte cómo eliminar los microbios. (Coloque una cantidad pequeña de harina en un plato o en una bolsa sobre la mesa.) Vamos a imaginarnos que estos son los microbios. ¿Puedes ver lo pequeños que son los granos de harina? **(Pausa)** Los microbios son aún más pequeños. Son tan pequeños que no podemos verlos a menos que usemos instrumentos especiales. Por ahora, vamos a imaginarnos que estos son microbios y que están en nuestras manos porque los microbios están en el aire y en todas partes. Cuando juegas o tocas cosas, los microbios se te pegan en las manos.*

Mueva sus manos por la harina como si estuviera jugando hasta que sus manos estén completamente cubiertas con la harina. Diga,

 *Mira todos los microbios que tengo en mis manos. Ahora, si voy a comer con mis manos. Veamos qué pasa.*

Agarre una galleta o una rebanada de pan de color oscuro y manipúlelo de tal manera que la harina se pegue a la galleta o pan. Muestre la galleta/el pan al niño(a) para que pueda ver los “microbios” que usted se va a comer si no se lava las manos. Pregunte,

 *¿Qué debo hacer si no quiero comerme todos estos microbios y enfermarme? **(Pausa)** ¡Correcto! Eres muy inteligente. Debo lavarme las manos. Hagámoslo.*

Abra la llave del agua y pase sus manos rápidamente por el agua, luego muéstrelas al niño(a) otra vez. Pregunte,

¿Puedo comer mi galleta/pan ahora? (Señale la harina que aún queda en sus manos, entre sus dedos, en sus uñas.) *Oh, no! Todavía tengo microbios.*

Muestre sus manos al niño(a) y al padre de familia. Diga al padre de familia,

Tal vez no me lavé las manos correctamente. ¿Puede ayudarme? Hagámoslo otra vez.

Lleve el jabón a una pileta de agua cercana y lave sus manos mientras el niño(a) y el padre de familia observan.

Primero, mojo mis manos para que el jabón haga espuma o burbujas. Después, coloco el jabón en mis manos. Luego, tallo mis manos completamente. Estoy tallando entre mis dedos, las palmas de mis manos y detrás de mis manos. ¿Ves cómo estoy tallando mis manos fuertemente para quitar los microbios? A veces no tallamos nuestras manos lo suficiente como para quitar todos los microbios. Una buena forma de saber cuánto tiempo debemos tallar nuestras manos es cantando la canción del ABC. Cuando termines de cantar, te habrás tallado las manos lo suficiente.

Cante la canción del abecedario e invite al padre de familia y al niño(a) a unírsele.

Lo último que hago es enjuagarme y secarme las manos. (Muestre sus manos al niño(a) y al padre de familia.) ¿Qué crees? (Pausa) ¿Ves algún otro microbio? (Pausa) No. Ahora puedo comer mi galleta/pan y no me voy a enfermar.



Haga una demostración de cómo leer el libro de la unidad, *Los germenés no son para compartir*, por Elizabeth Verdick. Mientras lee el libro, relacione el libro con la experiencia que acaba de tener de lavarse las manos; haga preguntas mientras lee.

2. El padre de familia trabaja con el niño(a).

El padre de familia repetirá el proceso de lavarse las manos. El padre de familia debe mostrar cómo lavarse las manos y hablar en voz alta durante el proceso.

Primero—Mójese las manos.

Luego—Coloque jabón en las manos.

Luego—Talle las manos y cante la canción del ABC.

Finalmente—Enjuague el jabón y seque las manos.

3. El niño(a) trabaja con la ayuda del padre de familia.

El niño(a) seguirá el procedimiento que fue mostrado por el ayudante educativo y el padre de familia. El padre de familia ayudará al niño(a) con los cuatro pasos y a cantar la canción del ABC.

4. El niño(a) trabaja independientemente, mientras que el padre y el ayudante educativo observan el aprendizaje.

El niño(a) debe poder verbalizar y demostrar el proceso de lavarse las manos y explicar por qué es importante lavarse las manos.

5. El ayudante educativo da el resumen de la lección.

Para terminar la lección, revise el objetivo del contenido y hable de lo que la familia aprendió hoy.

Seguimiento, preguntas para profundizar el entendimiento del niño(a):



1. ¿Cuándo debes lavarte las manos?
2. ¿Cuánto tiempo debes durar lavándote las manos?
3. ¿Qué pasaría si no nos lavamos las manos?
4. ¿Qué otras partes de tu cuerpo necesitas lavar y mantener limpias? (p.ej., la cara, el cabello, los dientes)

Maneras de extender los conceptos de la lección:



1. Invite al niño(a) a enseñarle a otro miembro de la familia el procedimiento de lavarse las manos.
2. Visite la biblioteca pública y saque libros acerca de actividades rutinarias, como *Clifford y la hora del baño* o *Clifford y la hora de dormir*, por Norman Bridwell. Discutan las actividades en orden progresivo usando las palabras primero, luego, después y finalmente.



3. Si es posible visite esta red en Inglés <<http://www.storyplace.org/preschool/activities/bathonact.asp>> y participe en la historia y las actividades relacionadas con el tema de la hora del baño. (Si no hay una computadora disponible, visite la biblioteca pública.) El concepto de lavarse las manos se puede extender al concepto de la higiene corporal.

Modificaciones:

Si la actividad de la lección es muy difícil—

1. Cante la canción ABC con el niño(a) mientras se la aprende. Anímelo a tararear la tonada.
2. Provea ayuda adicional mientras el niño(a) repite los pasos (p.ej., *¿Qué es lo primero que haces? ¿Qué haces después?*).

Si la actividad de la lección es muy fácil—

1. Hable de diferentes clases de jabones para lavarse las manos (p.ej., jabón en barra, jabón líquido). Pregunte al niño(a) cuál prefiere y por qué.
2. Hable acerca de lo que pasaría si los pasos para lavarse las manos no se hacen en orden (p.ej., enjuagarse después de secarse, echarse jabón antes de mojarse las manos, etc.).

Esta página se dejó en blanco intencionalmente



NUTRICIÓN/SALUD (LECCIÓN 6)

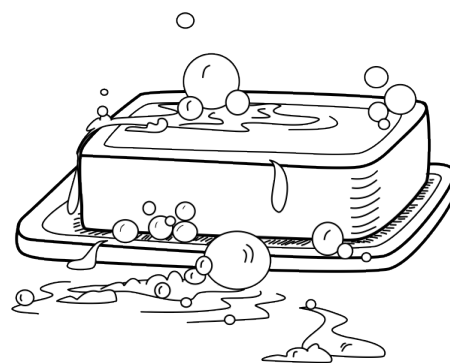
PÁGINA PARA LOS PADRES

Lo que estamos aprendiendo:

Su niño(a) aprenderá a lavarse las manos con el propósito de cuidar su salud y verbalizará el procedimiento de cuatro pasos para lavarse las manos. Su niño(a) cantará la canción del abecedario mientras se lava las manos.

Palabras para aprender:

- | | |
|-------------------|----------------|
| ♦ microbios—germs | ♦ tallar—scrub |
| ♦ espuma—lather | ♦ jabón—soap |



Qué preguntar:

1. ¿Cuándo debes lavarte las manos?
2. ¿Cuánto tiempo debes durar lavándote las manos?
3. ¿Qué pasaría si no nos lavamos las manos?
4. ¿Qué otras partes de tu cuerpo necesitas lavar y mantener limpias? (p.ej., la cara, el cabello, los dientes)

Otras cosas que hacer:

1. Invite a su niño(a) a enseñarle a otro miembro de la familia el procedimiento de lavarse las manos.
2. Visite la biblioteca pública y saque libros acerca de actividades rutinarias, como *Clifford y la hora del baño* o *Clifford y la hora de dormir*, por Norman Bridwell. Discutan las actividades en orden progresivo usando las palabras primero, luego, después y finalmente.
3. Si es posible visite esta red en Inglés <<http://www.storyplace.org/preschool/activities/bathonact.asp>> y participe en la historia y las actividades relacionadas con el tema de la hora del baño. (Si no hay una computadora disponible, visite la biblioteca pública.) El concepto de lavarse las manos se puede extender al concepto de la higiene corporal.

Esta página se dejó en blanco intencionalmente