**PLANIFICACIÓN TALLER DE HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE**

**ASIGNATURA: Proyecto de Alimentación y Nutrición CURSO: P.K. y K. A-B. PROFESIONALES: Paz Aliaga Nutricionista**

 **Programa Previene Promueve y Participa Francisca Maublén Kinesióloga**

 **Semana 17 desde 27/07/2020. Taller: N° 3 Fecha: Viernes 31 de julio Unidad: Hábitos de vida saludable. TIEMPO: 45 minutos**

|  |  |
| --- | --- |
| **OBJETIVOS DE APRENDIZAJES**  | **HABILIDADES/DESTREZAS**  |
| **O.A 1:** Promover conductas alimentarias saludables en los niños y niñas, mediante la preparación de una receta saludable en familia “Galletas de avena”**O.A 2:** Desarrollar la respuesta a la señal auditiva de los alumnos, para que así procedan con movimientos establecidos fomentando el fortalecimiento de la propiocepción y el progreso temporo espacial de cada uno. | -En esta actividad se fomenta la creatividad, comunicación, trabajo en equipo y la autonomía de niñas y niños. Por otra parte coordinación visomotora y propiocepción. |
| **OBJETIVO DE LA CLASE** | **ACTITUDES** |
| Crear un ambiente lúdico y matizado de estrategias para que los estudiantes comprendan la importancia de los hábitos de vida saludable, a través de creación de platos saludables entretenidos y rutinas de ejercicios de activación psicomotriz, con la finalidad de que los estudiantes adopten hábitos de vida saludable en sus hogares durante la cuarentena. | Ampliar sus posibilidades de percibir, disfrutar y representar las características de los hábitos de vida saludable |
| **M** | **DESCRIPCIÓN DE LA CLASE****ACTIVIDADES/ ESTRATEGIAS METODOLOGICAS** | **INDICADOR** | **RECURSOS** | **EVALUACIÓN** |
| **INICIO** | Los/as estudiantes por medio de la teleconferencia interactúan con las profesionales a cargo para iniciar la presentación.Los/as estudiantes socializan objetivos y ruta de aprendizaje.* Se inicia con el saludo de las profesionales a cargo y mediante el PPT se da a conocer el objetivo del taller y de qué tratará. Se define además el significado de sedentarismo y actividad física.
 | Utiliza la actividad para contrastar de manera reflexiva los beneficios de los hábitos de vida saludable. | Computador, tablet o celularPPT explicativo contenidoSillaFruta: plátano u otra fruta.Avena o galletasCoco rallado (opcional)Utensilios de cocina  | Observación de participación de los estudiantes a través de cámara.Fotos de platos terminadosPreguntas dirigidas |
| **DESARROLLO** | * Se lleva a cabo rutina de ejercicios guiada con el motivo de activar psicomotrizmente a los estudiantes, la actividad tratará de una silla musical con indicaciones de corporalidad (manos en la cabeza, manos en la rodilla, etc.)
* Para la relajación se llevará a cabo una receta saludable en base a avena, plátano o alguna fruta que se encuentre en casa, coco rallado.
 |
| **CIERRE** | * Para el cierre de la actividad los estudiantes presentan sus platos.
* Se realiza una ronda de preguntas dirigidas a los estudiantes con la tómbola.
* Abrazo final para fomentar la cercanía con los estudiantes.
 |  |  |  |