

The background features a colorful illustration of children and school supplies. On the left, a boy with long blonde hair and purple shorts is shown. In the center, a stack of books is visible. On the right, a large yellow pencil is depicted with several children climbing on it. The entire scene is set against a light blue background with a decorative border.

ESCUELA PRIMARIA "TIERRA Y LIBERTAD"

30DPR4762Y

PLANEACIÓN SEMANAL

6° "B"

CICLO ESCOLAR 2012-2013

EL PLATO DEL BUEN COMERY JARRA DEL BUEN BEBER

Elaboro: Mariana Domínguez Salgado Grupo 501

ESCUELA PRIMARIA "TIERRA Y LIBERTAD"

MAESTRO (A) SILVIA SALGADO NAVARRETE. TURNO: VESPERTINO CLAVE: 30DPR4762Y ZONA ESCOLAR: 17 SECTOR: 27
LÁZARO CÁRDENAS # 211 COL. PEMEX TIERRA BLANCA, VERACRUZ

Bloque	Campo formativo	Propósito
I	EXP. Y COMPREN. DEL MUNDO NATURAL Y SOC.	El propósito de este proyecto es que tanto los alumnos como los padres de familia, maestros y sociedad sea consciente de la importancia de tener buenos hábitos alimenticios.

APRENDIZAJES ESPERADOS

- Que quede muy claro y comprendido la importancia de una dieta adecuada y variada.
- La importancia de consumir alimentos sanos.
- No consumir comida chatarra.

Título | Plato del buen comer.

ACTIVIDADES

Lunes :
 •Platica con los alumnos acerca de la importancia de una alimentación adecuada, interactuando con ellos acerca de los conocimientos previos acerca del tema.
 Se les pide que se acerquen a un centro de salud, médico, etc. Para que aclaren dudas.

Martes :
 •El docente lleva unas tarjetas con mensajes e imágenes referentes a la alimentación y de los malos hábitos alimenticios así como también de las consecuencias que estos nos acarrearán.
 •Se les pide que lean las fichas y que dibujen alguna situación que se presente en su entorno y que además describan como darían solución a la problemática..

Miércoles:
 •Se pide a los niños que hagan algunos dibujos acerca de una alimentación saludable y que expliquen de que se trata su trabajo y el motivo de porque llevar una alimentación saludable.
 •Los alumnos hacen frutas y verduras del plato del bien comer con masa de sal, expondrán en la escuela ante sus demás compañeros.

Jueves:
 •Se pide a los alumnos que elaboren el plato del bien comer para hacer un exposición en la escuela de todos los trabajos.
 •Se solicita a los alumnos que lleven frutas y verduras para hacer una exposición del plato del bien comer

Viernes:
 •Se presentan los trabajos de los alumnos así como una platica acerca de los beneficios de una buena alimentación.

CAMPOS FORMATIVOS

- Desarrollo personal y social
- Lenguaje y comunicación
- Expresión y apreciación artística
- Desarrollo físico y salud

EVALUACIÓN

Recurso.- Saberes previos
Criterio.-
 ➤ Presentación de trabajos.
 ➤ Expresión oral.
 ➤ Expresión corporal.

COMPETENCIAS

- Para el manejo de la información.
- Para el manejo de situaciones.
- Para el manejo de la convivencia.
- Para la vida en sociedad.

RECURSOS DIDACTICOS

Hojas blancas, lápices de colores, laminas de papel bond, frutas, verduras.

Evidencias del Plato del buen comer

Frutas y Verduras

Zanahoria
Sirve para la vista

La Manzana
Sirve para la salud para nutrir y tener fuerzas y te ayuda con los globulos rojos y blancos

tiene vitaminas contiene carbohidatos y vitaminas

Las frutas y verduras te ayudan a tener salud y una mejor nutrición

Cristian Yair Alvarez Menendez

Semana nacional de la Alimentación

Sabías que la agua es mejor que el refresco por que uno tiene azucar y no. La elección mas saludable y economica por que tu cuerpo no necesita otros triquias

Semana Nacional de la Alimentación 15/10/12

Agua ciet VS Refrescos

Sabías que...
Al consumir una lata de refresco consumes 13 cucharadas de azucar y que por cada 100 ml de refresco debes que tomar 2 lt de agua hay que tomar 8 litros de agua al día o más y también Sabías que un kilo tiene el 90% de agua un kilo de tomate es 1.5 kg y un tomate el 90%

Alejandro Santiago Lara

Semana del agua

Es recomendable tomar agua tu cuerpo necesita

Tomar refresco es dar enfer med- des con 1 desnutrición.

¿Sabía que?
Que Mexico ocupa a refresco en el mundo.

¡Toma a salud!

Semana nacional de la Alimentación

Aprende a Comer, es más sano y económico

Alimentos saludables:
Frutas y Verduras
el aguacate y el papaya, la sandia

Alimentos no saludables:
Papas y Sabrosas

Aguacate

Papaya

Sandia

contienen vitaminas contiene calcio vitaminas y minerales

La obesidad es un problema en grandes pero más en chicos por que pueden sufrir un infarto.



Evidencias del Plato del buen comer



Evidencias del Plato del buen comer

