

Observa el video y elige cuál de las actividades puede ser útil para trabajar junto con el grupo, tomando en cuenta el desarrollo de destrezas o conocimiento de nuevos temas. Este puede ser un gran recurso guía o de apoyo en tus clases.



VIDEO *Duración: 11 minutos*

## Conociendo mi comida

### Resumen

Ana y Eli despiertan sus sentidos preparando unas deliciosas chocobanas, también se divierten dibujando y coloreando con algunos alimentos que tienen colorantes naturales.



### PALABRAS CLAVE

chocobanas, sentidos, vista, olfato, gusto, oído, tacto.

1

### Temas

- Los sentidos y los alimentos.
- Colorear con alimentos.

#### TEMA SEGMENTO CANGURO:

- Cosas necesarias en el bolso del hospital para el día del parto.

2

### Ámbitos de desarrollo y aprendizaje

- Convivencia
- Relaciones con el medio natural y cultural
- Comprensión y expresión del lenguaje

3

### Conexión con ejes transversales

- Descubrimiento natural y cultural
- Desarrollo personal y social

## Destrezas

- Colaborar en actividades que se desarrollan con otros niños y adultos de su entorno. (4-5 años)
- Establecer comparaciones entre los elementos del entorno a través de la discriminación sensorial. (4-5 años)
- Comunicarse incorporando palabras nuevas a su vocabulario en función de los ambientes y experiencias en las que interactúa. (4-5 años)

Utiliza el programa como apoyo para activar conocimientos previos sobre los cinco sentidos. Realiza las actividades que los ayuden a desarrollar las diferentes destrezas de comparación y discriminación sensorial.

Actividades previas	Actividades durante la presentación del video	Actividades para después de ver el video
<p>-Pregunta a los niños ¿qué postres o platos típicos conocen del país? ¿Cocinan en familia? ¿Qué les gusta preparar o compartir?</p> <p>-Conversen acerca de las diferentes regiones de nuestro país Ecuador y la variedad de alimentos que se producen en cada una de ellas, puedes apoyarte en un mapa y fotografías para hacerlo más visual.</p> <p>-Observen juntos el video de los enlaces complementarios. ¿Qué alimentos conocen de nuestro país? ¿Por qué es importante consumir nuestros productos? ¿Por qué es bueno compartir la hora de comer y preparar los alimentos en familia?</p>	<p>-Pausa el video cuando Ana pregunte a Eli qué sentidos está usando para probar las chocobananas. Anímalos a participar e identificar cada uno de ellos y de qué forma los utilizamos con los alimentos.</p> <p>- Cuando Ana muestre los alimentos que utilizará para colorear invita a los niños y niñas a reconocer cada uno de los colores y su nombre, ayudando a incrementar nuevo vocabulario.</p>	<p>-Pide a los niños y niñas que dibujen juntos/as en un papelote diferentes alimentos con marcador negro y que los colorean con alimentos que contengan colorantes naturales como en el programa. Puedes usar remolacha, zanahoria, perejil, mora, cúrcuma y paprika, además de probar con otros más. Jueguen a mezclar colores, oler, saborear, sentir las texturas e incluso escuchar el sonido que hacen al ser frotados en el papelote.</p> <p>-Compartan su refrigerio y hagan una pequeña degustación de los alimentos utilizando los sentidos haciendo un recorrido con estos. Primero observamos el alimento, lo tocamos, lo olemos, luego lo saboreamos y al masticarlo prestamos atención al sonido que hace. En cada paso animamos a los niños y niñas a describir las sensaciones.</p>
<p><b>Ideas clave:</b> Jugar con el sentido del tacto y la temperatura con los ojos vendados con hielo, compresas tibias de arroz y alimentos a temperatura ambiente. Investigar y describir. ¿Cómo nos sentimos al solo sentir y no poder ver? Trabajar en la empatía con las personas que tienen discapacidad visual.</p>	<p><b>Ideas clave:</b> Conversen acerca de las personas que se dedican a la cocina. Profundicen en el tema de equidad de género y en el derecho de poder elegir lo que nos gusta hacer independientemente de nuestro género.</p>	<p><b>Ideas clave:</b> Si tienes peques con discapacidad visual juega con las texturas al momento de manipular algunos alimentos. Ofréceles polvos, líquidos, alimentos duros y blandos para que puedan asociarlos a los colores.</p>

**Título del podcast:** Conociendo mi comida **Duración:** 10 min

### Recurso complementario

Video: Aprovechemos la riqueza de los alimentos de Ecuador. ¡Cocinemos y disfrutemos en familia! <https://bit.ly/3RQYpuk>