



GRUPO  
**DOCENTE PERÚ**  
ALCANZANDO EL ÉXITO

# PROPUESTAS DE ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

---

Según las rúbricas de  
observación



## ***INICIAL***

ETAPA  
DESCENTRALIZADA  
**2023**

# EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE: ME CUIDO PARA ESTAR SALUDABLE

## Situación Significativa

Cada año debido al cambio de estación, se presentan situaciones que favorecen su aparición de algunas enfermedades, cómo por ejemplo cuando el clima varía y se siente más frío, alguien se enferma y pronto todos los estudiantes están estornudando, tosiendo y teniendo secreción nasal. Esto origina que en la mayoría de casos, los estudiantes se vean obligados a tomar descanso en casa y en consecuencia no participen de las actividades escolares. Por ello, es necesario que las niñas y los niños identifiquen y desarrollen hábitos de cuidado personal que impacten positivamente en su salud.

Se plantea a los estudiantes los siguientes retos: **¿por qué nos enfermamos?, ¿qué debemos hacer para tener una vida saludable?, ¿cómo podemos dar a conocer lo que hemos aprendido?**

### Producto:

Las niñas y los niños presentarán sus “Notitas de salud” a sus compañeros y familiares.

**Para ello desarrollaremos las siguientes actividades de aprendizaje:**

- SESIÓN 1: Me siento enfermo
- SESIÓN 2: ¿Qué enfermedades tenemos con mayor frecuencia?
- SESIÓN 3: ¿Por qué nos enfermamos?
- SESIÓN 4: ¿Cómo se transmiten las enfermedades?
- SESIÓN 5: Leemos una noticia curiosa sobre el cuidado de la salud.
- SESIÓN 6: Nos protegemos para no enfermarnos
- SESIÓN 7: Limpios y seguros
- SESIÓN 8: ¡A moverse!
- SESIÓN 9: Conocemos los climas de nuestra localidad (parte 1)
- SESIÓN 10: Conocemos los climas de nuestra localidad (parte 2)
- SESIÓN 11: ¡Leemos y aprendemos un poema!
- SESIÓN 12: El descanso y el juego también es salud
- SESIÓN 13: Los alimentos son saludables y tienen diversos orígenes
- **SESIÓN 14: “¿Qué tipo de bebidas consumimos de acuerdo al clima?”**
- SESIÓN 15: Preparo mi lonchera saludable
- SESIÓN 16: ¿Cuánto cuesta mi lonchera saludable?
- SESIÓN 17: Organizo una semana para plantear una lonchera saludable.
- SESIÓN 18: ¡Leemos y aprendemos una canción!
- SESIÓN 19: Escribimos las “Notitas de salud”

## ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE

I.- TITULO: **“¿Qué tipo de bebidas debemos consumir de acuerdo al clima?”**

### II. DATOS INFORMATIVOS

a. Grado : Primero Sección:  
 b. Docente :  
 c. Fecha :

### III. PROPÓSITO Y EVALUACIÓN DE APRENDIZAJE

AREA	COMPETENCIA/ CAPACIDADES	ESTANDAR	DESEMPEÑOS	EVIDENCIA	CRITERIO DE EVALUACION	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN
<b>CIENCIA Y TECNOLOGÍA</b>	<p><b>EXPLICA EL MUNDO FÍSICO BASÁNDOSE EN CONOCIMIENTOS SOBRE LOS SERES VIVOS, MATERIA Y ENERGÍA, BIODIVERSIDAD, TIERRA Y UNIVERSO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Comprende y usa conocimientos sobre los seres vivos, materia y energía, biodiversidad, Tierra y universo.</li> <li>Evalúa las implicancias del saber y del quehacer científico y tecnológico.</li> </ul>	<p><u>Explica, con base en sus observaciones y experiencias previas, las relaciones entre: las características de los materiales con los cambios que sufren por acción de la luz, del calor y del movimiento; la estructura de los seres vivos con sus funciones y su desarrollo; la Tierra, sus componentes y movimientos con los seres que lo habitan.</u></p> <p><u>Opina sobre los impactos del uso de objetos tecnológicos en relación a sus necesidades y estilo de vida.</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Relaciona el comportamiento (de beber líquidos fríos) de los seres vivos (personas) con los cambios de clima (calor del verano).</b> Ejemplo: El estudiante da razones de porque consumimos ciertos líquidos de acuerdo a la estación.</li> <li>Describe en base a sus observaciones y experiencias del porque del consumo de bebidas frías o calientes de acuerdo a la estación que se encuentre a.</li> </ul>	<p>Selección e las bebidas consumibles según el clima para la conservación de la salud.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Reconocer los climas de las estaciones de su comunidad.</li> <li>-Identifica el tipo de bebidas que se consumen según la estación en su localidad.</li> <li>-Selecciona el tipo de bebida que utilizara de acuerdo a la estación en la que se encuentra.</li> </ul>	Lista de cotejo.

ENFOQUE TRANSVERSAL	ACCIONES OBSERVABLES
Enfoque ambiental	Docentes y estudiantes promueven prácticas de cuidado de la salud para la prevención de enfermedades y para el bienestar común.
Enfoque de Derechos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Docentes y estudiantes intercambian ideas para acordar, juntos y previo consenso, acuerdos para ejercitar buenas prácticas para el cuidado de su salud.</li> <li>• Docentes y estudiantes manifiestan libremente sus ideas y participan en las actividades y decisiones.</li> </ul>
Enfoque Búsqueda de la excelencia	Docentes y estudiantes dialogan y reflexionan sobre la importancia de trabajar en equipo respetando sus ideas o propuestas.

#### IV. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN DE APRENDIZAJE

¿QUE NECESITAMOS HACER ANTES DE LA SESION?	¿QUE MATERIALES NECESITARE PARA LA SESION?
<ul style="list-style-type: none"> <li>*Conocer las características del grupo de tus estudiantes.</li> <li>*Agrupar a los estudiantes en equipos iguales de trabajo, sugerentemente</li> <li>*Averiguar los tipos de bebida propios del lugar.</li> <li>*Elaborar un álbum de imágenes de las diferentes bebidas propias del lugar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Imágenes de las estaciones del año.</li> <li>- Imágenes de bebidas frías y calientes</li> <li>- Bebida fría y bebida caliente para cada niño</li> </ul>

#### V. SECUENCIA DIDÁCTICA

MOMENTOS	ESTRATEGIAS	RECURSOS MATERIALES	TIEMPO
INICIO	<p>- Saludo amablemente a los estudiantes y les damos la bienvenida.</p> <p>-Luego se les recuerda el tema tratado en la clase anterior sobre el cuidado de la salud</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué provoca que nos den las enfermedades?</li> <li>• ¿Qué cuidados debemos tener para no enfermarnos? ¿Por qué debemos cuidarnos?</li> <li>• ¿En que momento del año se enferman mayormente Uds.? ¿Por qué?</li> <li>• ¿Te has dado cuenta cuando el clima cambia? ¿Esto nos afectaría a la salud? ¿Como?</li> <li>• ¿Qué hábitos crees que deberíamos cambiar cuando cambia el clima?, ¿Por qué?</li> <li>• ¿En nuestra comunidad existirán bebidas adecuadas para consumir de acuerdo a cada temporada del año? *(conflicto cognitivo):</li> <li>• ¿El consumo de bebidas frías, siempre, afectaran a la salud?</li> <li>• ¿Todas las bebidas tibias serán saludables?</li> </ul> <p><b>Comunico el propósito de la actividad:</b></p>	Propósito impreso	10 minutos

Hoy aprenderemos a seleccionar las bebidas saludables que hay en nuestra localidad que puedes consumir según el clima para la conservación de tu salud.

-**Comunica los criterios** que tomaremos en cuenta para la actividad del día:

- Se te presentara algunas imágenes de las estaciones para que **reconozcan los climas de las estaciones que se dan en la localidad.**
- Luego te mostrare un grupo de bebidas frías y bebidas calientes para que **identifiques el tipo de bebidas que se consumen en la localidad según la estación.**
- Finalmente, te entregare dos vasitos uno con agua fría y otro con agua caliente para que a través de tu experiencia **selecciones el tipo de bebida que utilizaras de acuerdo a la estación en la que te encuentra.**

#### IMPORTANCIA Y UTILIDAD

¿Para qué les podrá servir esta clase? (pregunta a los niños) se espera que digan: Para saber seleccionar el tipo de bebida que debemos tomar en cada estación del año

Para poder trabajar en esta clase ¿qué debemos tener en cuenta?

-Establecemos los **acuerdos de clase** para desarrollar la actividad de hoy: Esperamos que los estudiantes mencionen:

- a).....(participar dando nuestras ideas).....
- b).....(Compartir nuestras experiencias).....
- c)(No reírnos de las experiencias de nuestros compañeros)...

Se muestra el título:

**“¿Qué tipo de bebidas debemos consumir de acuerdo al clima?”**

Criterios impresos

Papelote y plumones

Título impreso

#### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

-Muestro la siguiente imagen:



Pedrito observa esta imagen en la que le recuerda las oportunidades en que sintió mucha sed, estando en distintas estaciones(épocas) del año. ¿Qué tipo de bebida debería consumir de acuerdo al clima? ¿Por qué?

Planteo las siguientes preguntas

- a. ¿En qué se diferencian los niños de estas imágenes?
- c. **¿En qué estaciones del año crees que se encuentran ellos?**

Impreso de la situación y la pregunta investigable

**D. ¿Estos niños podrá tomar líquidos fríos o calientes?  
¿Porque?**

Planteamos la pregunta investigable.

**PREGUNTA INVESTIGABLE: ¿Qué tipos de bebidas debemos consumir de acuerdo a las estaciones?**

**PLANTEAMIENTO DE LA HIPOTESIS**

Los estudiantes proponen sus respuestas y se anotan en un papelote para luego poder ser contrastadas

H1= Las bebidas frías pueden consumirse en todo tipo de estación del año

H2= Todas las bebidas calientes no deben consumirse en el verano.

**ELABORACION DEL PLAN DE ACCION**

¿Qué podemos hacer para poder averiguar si nuestras respuestas son correctas?

Los estudiantes responden: (Búsqueda de información)

1.-Observar paisajes que nos recuerden las estaciones del año para determinar el nombre de las estaciones

2.-Buscar en un álbum de imágenes las bebidas de nuestra localidad

3. Desarrollar la ficha para relacionar las bebidas con las estaciones del año

Después de obtener esta información ¿cómo podremos organizarla?

Los estudiantes proponen (organización de la información)

Elaboramos un organizador de doble entrada con la información recogida sobre las estaciones del año y el tipo de bebida.

**RECOJO DE DATO Y ANALISIS DE RESULTADOS**

El estudiante descubre las estaciones en base a las características que se le van diciendo de cada estación.

La maestra muestra un album de bebidas de la zona y el estudiante reconoce cada una de ellas

El estudiante bebe liquido tibios y frios para poder opinar cual es el tipo de bebida mas conveniente para mantener adecuada su temperatura corporal.

**ESTRUCTURACION DEL SABER CONSTRUIDO**

El estudiante reflexiona y selecciona las bebidas que ayudan a mantener la temperatura adecuada de nuestro cuerpo según la estación

El estudiante pega en el cuadro de doble entrada el tipo de bebida que puede consumir de acuerdo a la estación

BEBIDA	FRIA	CALIENTE
ESTACION		
INVIERNO		
VERANO		

Se contrastan las preguntas iniciales con el nuevo saber

**¿Qué tipos de bebidas debemos consumir en invierno?**

Debemos consumir las bebidas frías en el verano y las bebidas calientes en el invierno porque ayudan a mantener nuestra temperatura corporal adecuada a la estación en la que se encuentran

**EVALUACION Y COMUNICACIÓN**

La maestra pregunta a los estudiantes sobre las acciones que han realizado para lograr completar la información

Plumones de pizarra

40 minutos

	Los estudiantes muestran su material elaborado.																		
CIERRE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexionamos sobre lo que aprendieron hoy y si logramos cumplir con los acuerdos tomados.</li> <li>• Para consolidar mejor los aprendizajes les pregunto: ¿les agradó la actividad?, ¿cómo se sintieron?, ¿Por qué? ¿Esta actividad nos ayudó a aprender a seleccionar las bebidas de acuerdo a la estación? ¿Cómo lo hiciste?</li> <li>• Felicito las participaciones y opiniones brindadas por los niños y niñas.</li> </ul> <p><b>INSTRUMENTO DE AUTOEVALUACIÓN:</b></p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Criterios de evaluación </th> <th>Lo logré </th> <th>Lo estoy intentando </th> <th>Necesito apoyo </th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>-Reconoci los climas de las estaciones de su comunidad.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>- Identifique el tipo de bebidas que se consumen según la estación en su localidad.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>-Seleccione el tipo de bebida que utilizara de acuerdo a la estación en la que se encuentra</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Criterios de evaluación 	Lo logré 	Lo estoy intentando 	Necesito apoyo 	-Reconoci los climas de las estaciones de su comunidad.				- Identifique el tipo de bebidas que se consumen según la estación en su localidad.				-Seleccione el tipo de bebida que utilizara de acuerdo a la estación en la que se encuentra					10 minutos
Criterios de evaluación 	Lo logré 	Lo estoy intentando 	Necesito apoyo 																
-Reconoci los climas de las estaciones de su comunidad.																			
- Identifique el tipo de bebidas que se consumen según la estación en su localidad.																			
-Seleccione el tipo de bebida que utilizara de acuerdo a la estación en la que se encuentra																			

---

Docente

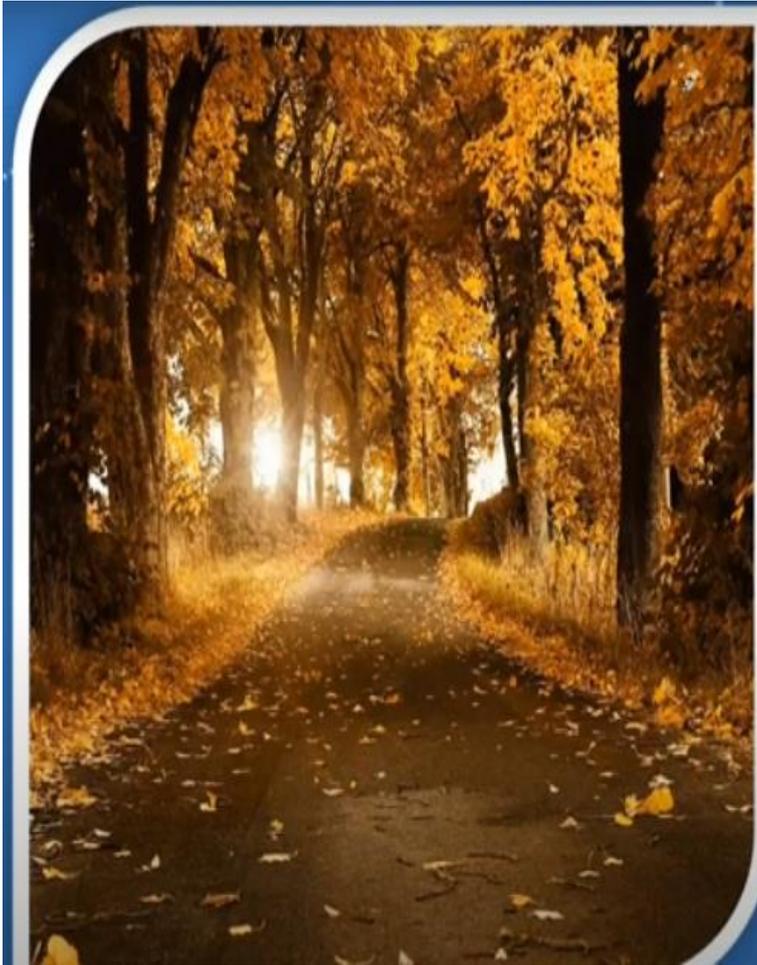




Primavera



Verano



Otoño



Invierno



## LAS ESTACIONES

En el año hay cuatro estaciones y cada una tienen sus características y diferencias:

1. En la \_\_\_\_\_ hay muchas flores, los árboles se llenan de hojas, los pájaros cantan y las mariposas revolotean todo el día.
2. En el \_\_\_\_\_ hace mucho calor, las personas usan ropa ligera. Muchos niños salen de vacaciones y se van a pasear a las playas. La temperatura sube.
3. En el \_\_\_\_\_ las hojas se secan y se caen de los árboles, hace mucho frío. Las personas se abrigan mucho.
4. En el \_\_\_\_\_ hace mucho frío y llueve constantemente. Tenemos que abrigarnos para no enfermarnos. La temperatura baja.

BEBIDAS FRIAS		BEBIDAS CALIENTES	
			
<b>refrescos</b>	<b>gaseosas</b>	<b>Te caliente</b>	<b>Agua caliente</b>
			
<b>Agua helada</b>		<b>Café caliente</b>	

\*Las bebidas frías sirven para refrescarnos y poder bajar la temperatura de nuestro cuerpo.

\*Las bebidas calientes sirven para abrigar nuestro cuerpo, elevando nuestra temperatura corporal.

Une con una línea la estación en la que se encuentra y el tipo de bebida que debe consumir el niño para estar saludable



ORGANIZADOR:

<b>BEBIDA</b> <b>ESTACION</b>	<b>FRIA</b>	<b>CALIENTE</b>
<b>INVIERNO</b> 		
<b>VERANO</b> 		

<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b> 	<b>LO LOGRÉ</b> 	<b>Lo estoy intentando</b> 	<b>Necesito apoyo</b> 
-Reconocí los climas de las estaciones de mi comunidad.			
- Identifique el tipo de bebidas que se consumen según la estación en mi localidad.			
-Seleccione el tipo de bebida que consumir de acuerdo a la estación en la que se encuentra			



Debemos consumir las bebidas frías en el verano y las bebidas calientes en el invierno porque ayudan a mantener nuestra temperatura corporal adecuada a la estación en la que nos encontramos.