


Eje: Vida Saludable. Proyecto: La caja mágica.


DÍA: JUEVES.	Horario: 9:00 a 13:00 horas.	Nivel Educativo: Preescolar.	
Eje: Vida Saludable.	Propósito: Favorecer el conocimiento e identificación de diferentes alimentos mediante diversos ejercicios prácticos.		
Módulo 1: Conociendo lo que como... y lo que no.			

Horario	Actividad	Orientaciones	Recursos
09:00 a 09:30	Presentándome con mi comida favorita.	El cuate guía explica que se presentarán diciendo su nombre y su platillo preferido. El siguiente tendrá que repetir los datos dados por el niño que se haya presentado antes que él. El primer niño tendrá que repetir la información de todos. Se hará una lista de los platillos mencionados y analizarán la diversidad.	Papel bond y plumones.
9:30 a 10:00	Dibujando lo que como.	El cuate guía pide a los niños que elaboren dibujos de los alimentos que consumen cotidianamente en su casa, se apoyará a los niños si no recuerdan los nombres o cómo son los alimentos que quieren representar. En caso de faltar alimentos de algún grupo, el cuate guía los invitará a consumirlos, mencionando sus beneficios.	Hojas blancas o de colores, lápices, crayolas, cinta adhesiva y plato del bien comer.
10:00 a 10:40	Lotería de frutas.	El cuate guía mencionará las frutas y los niños las marcarán en sus planillas. Al mencionar frutas que no sean conocidas, el cuate guía hablará de ellas y mostrará el dibujo.	Juego de lotería (frutas) y frijoles.
10:40 a 11:10	RECESO: NIÑAS Y NIÑOS ACTIVOS		


Horario	Actividad	Orientaciones	Recursos
11:10 a 13:00	Hagamos el plato del bien comer.	El cuate guía pide a cada equipo que elabore alimentos de un grupo del plato del bien comer con diversos materiales, incluyendo los alimentos característicos de su región. Previamente se tendrá elaborado un plato gigante donde los niños colocarán sus creaciones. El cuate guía hará la analogía del cuerpo humano con una caja mágica donde suceden cosas sorprendentes cuando comemos saludablemente.	Papel kraft, lápices, lápices de colores, crayolas, papel crepé, papel china, pegamento, cinta adhesiva y plastilina.
	Mantener el cuerpo sano es nuestro deber.		



Eje: Vida Saludable. Proyecto: La caja mágica.


DÍA: JUEVES.	Horario: 9:00 a 13:00 horas.	Nivel Educativo: Primaria Baja.	
Eje: Vida Saludable.	Propósito: Favorecer el conocimiento e identificación de diferentes alimentos mediante diversos ejercicios prácticos.		
Módulo 1: Conociendo lo que como... y lo que no.			


Horario	Actividad	Orientaciones	Recursos
09:00 a 09:30	Presentándome con mi comida favorita.	El cuate guía explica que se presentarán diciendo su nombre y su platillo preferido. El siguiente tendrá que repetir los datos dados por el niño que se haya presentado antes que él. El primer niño tendrá que repetir la información de todos. Se hará una lista de los platillos mencionados y analizarán la diversidad.	Papel bond y plumones.
9:30 a 10:00	Dibujando lo que como.	El cuate guía pide a los niños que elaboren dibujos de los alimentos que consumen cotidianamente en su casa, se apoyará a los niños si no recuerdan los nombres o cómo son los alimentos que quieren representar. En caso de faltar alimentos de algún grupo, el cuate guía los invitará a consumirlos, mencionando sus beneficios.	Hojas blancas o de colores, lápices, crayolas, cinta adhesiva y plato del bien comer.
10:00 a 10:40	Lotería de frutas.	El cuate guía mencionará las frutas y los niños las marcarán en sus planillas. Al mencionar frutas que no sean conocidas, el cuate guía hablará de ellas y mostrará el dibujo.	Juego de lotería (frutas) y frijoles.
10:40 a 11:10	RECESO: NIÑAS Y NIÑOS ACTIVOS		

Horario	Actividad	Orientaciones	Recursos
11:10 a 13:00	Hagamos el plato del bien comer.	El cuate guía pide a cada equipo que elabore alimentos de un grupo del plato del bien comer con diversos materiales, incluyendo los alimentos característicos de su región. Previamente se tendrá elaborado un plato gigante donde los niños colocarán sus creaciones. El cuate guía hará la analogía del cuerpo humano con una caja mágica donde suceden cosas sorprendentes cuando comemos saludablemente.	Papel kraft, lápices, lápices de colores, crayolas, papel crepé, papel china, pegamento, cinta adhesiva y plastilina.
	Mantener el cuerpo sano es nuestro deber.		




Eje: Vida Saludable. Proyecto: La caja mágica.

DÍA: JUEVES.		Horario: 9:00 a 13:00 horas.	Nivel Educativo: Primaria Alta.	
Eje: Vida Saludable.		Propósito: Favorecer el conocimiento e identificación de diferentes alimentos mediante diversos ejercicios prácticos.		
Módulo 1: Conociendo lo que como... y lo que no.				
Horario	Actividad	Orientaciones		Recursos
09:00 a 09:30	Presentándome con mi comida favorita.	El cuate guía explica que se presentarán diciendo su nombre y su platillo preferido. El siguiente tendrá que repetir los datos dados por el niño que se haya presentado antes que él. El primer niño tendrá que repetir la información de todos. Se hará una lista de los platillos mencionados y analizarán la diversidad.		Papel bond y plumones.
9:30 a 10:00	Dibujando lo que como.	El cuate guía pide a los niños que elaboren dibujos de los alimentos que consumen cotidianamente en su casa, se apoyará a los niños si no recuerdan los nombres o cómo son los alimentos que quieren representar. En caso de faltar alimentos de algún grupo, el cuate guía los invitará a consumirlos, mencionando sus beneficios.		Hojas blancas o de colores, lápices, crayolas, cinta adhesiva y plato del bien comer.
10:00 a 10:40	Lotería de frutas.	El cuate guía mencionará las frutas y los niños las marcarán en sus planillas. Al mencionar frutas que no sean conocidas, el cuate guía hablará de ellas y mostrará el dibujo.		Juego de lotería (frutas) y frijoles.
10:40 a 11:10	RECESO: NIÑAS Y NIÑOS ACTIVOS			


Horario	Actividad	Orientaciones	Recursos
11:10 a 13:00	Hagamos el plato del bien comer.	El cuate guía pide a cada equipo que elabore alimentos de un grupo del plato del bien comer con diversos materiales, incluyendo los alimentos característicos de su región. Previamente se tendrá elaborado un plato gigante donde los niños colocarán sus creaciones. El cuate guía hará la analogía del cuerpo humano con una caja mágica donde suceden cosas sorprendentes cuando comemos saludablemente.	Papel kraft, lápices, lápices de colores, crayolas, papel crepé, papel china, pegamento, cinta adhesiva y plastilina.
	Mantener el cuerpo sano es nuestro deber.		

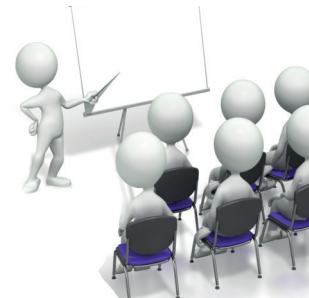
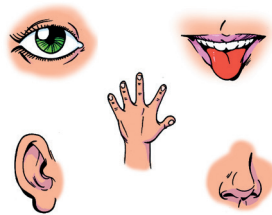


Eje: Vida Saludable. Proyecto: La caja mágica.


DÍA: JUEVES.	Horario: 9:00 a 13:00 horas.	Nivel Educativo: Preescolar.	
Eje: Vida Saludable.	Propósito: Los participantes conocerán qué pasa en su cuerpo cuando consumen cada uno de los cinco grupos de alimentos presentados en el plato del buen comer.		
Módulo 2: Qué pasa en mi cuerpo cuando como...			

Horario	Actividad	Orientaciones	Recursos
09:00 a 09:50	Qué pasa en mi cuerpo cuando como.	El cuate guía explica la importancia de consumir frutas, verduras, cereales, leguminosas y alimentos de origen animal, haciendo énfasis en los beneficios que nuestro cuerpo obtiene de ellos. Se dará una breve explicación de la relación entre el consumo una dieta balanceada y las enfermedades y desarrollo de los niños.	Papel bond y plumones.
09:50 a 10:40	Investigando para compartir.	El cuate guía explica que para ahondar más en el tema llevarán a cabo una investigación en internet y en revistas, dividiendo al grupo en tres equipos, supervisando las acciones de todos los equipos y orientando. El equipo 1 investigará frutas y verduras, el equipo 2 alimentos de origen animal y el equipo 3 cereales y leguminosas. Con la información obtenida se organizarán para llevar a cabo una presentación para sus papás. El cuate guía orientará las acciones.	Hojas blancas o de colores, crayolas, lápices, cinta adhesiva, plato del bien comer y revistas.
10:40 a 11:10	RECESO: NIÑAS Y NIÑOS ACTIVOS		


Horario	Actividad	Orientaciones	Recursos
11:10 a 12:00	Preparando mi presentación.	Cada equipo elaborará los materiales que considere pertinentes para llevar a cabo una presentación de los resultados de su investigación. Pueden llevar a cabo dibujos, carteles, murales, collages, en fin, cualquier material que ellos quieran crear.	Cartulinas, plastilina, crayolas, colores, plumones, cinta adhesiva, pegamento y recortes.
12:00 a 13:00	Compartiendo lo que aprendí.	El cuate guía pide a los niños coloquen los materiales desarrollados por cada uno de los equipos; el cuate guía hará una presentación formal, pidiendo al público guardar silencio y prestar mucha atención. Cada equipo presentará lo investigado. Se invitará a los padres de familia a compartir un comentario de la actividad.	Cinta adhesiva, plumones, cartulina, plastilina, acuarelas, papel crepé y papel china.
 Escuchar con respeto a los demás, es aprender a convivir.			

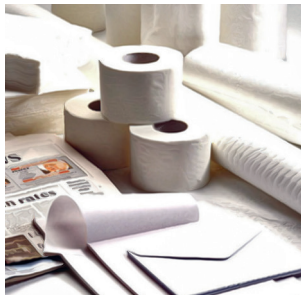


Eje: Vida Saludable. Proyecto: La caja mágica.


DÍA: JUEVES.	Horario: 9:00 a 13:00 horas.	Nivel Educativo: Primaria Baja.	
Eje: Vida Saludable.	Propósito: Los participantes conocerán qué pasa en su cuerpo cuando consumen cada uno de los cinco grupos de alimentos presentados en el plato del buen comer.		
Módulo 2: Qué pasa en mi cuerpo cuando como...			

Horario	Actividad	Orientaciones	Recursos
09:00 a 09:50	Qué pasa en mi cuerpo cuando como.	El cuate guía explica la importancia de consumir frutas, verduras, cereales, leguminosas y alimentos de origen animal, haciendo énfasis en los beneficios que nuestro cuerpo obtiene de ellos. Se dará una breve explicación de la relación entre el consumo una dieta balanceada y las enfermedades y desarrollo de los niños.	Papel bond y plumones.
09:50 a 10:40	Investigando para compartir.	El cuate guía explica que para ahondar más en el tema llevarán a cabo una investigación en internet, dividiendo al grupo en tres equipos. El equipo 1 investigará frutas y verduras, el equipo 2 alimentos de origen animal y el equipo 3 cereales y leguminosas. Con la información obtenida se organizarán para llevar a cabo una presentación para sus papás. El cuate guía orientará las acciones.	Hojas blancas o de colores, crayolas, lápices, cinta adhesiva, plato del bien comer y revistas.
10:40 a 11:10	RECESO: NIÑAS Y NIÑOS ACTIVOS		


Horario	Actividad	Orientaciones	Recursos
11:10 a 12:00	Preparando mi presentación.	Cada equipo elaborará los materiales que considere pertinentes para llevar a cabo una presentación de los resultados de su investigación. Pueden llevar a cabo dibujos, carteles, murales, collages, en fin, cualquier material que ellos quieran crear.	Cartulinas, plastilina, crayolas, colores, plumones, cinta adhesiva, pegamento y recortes.
12:00 a 13:00	Compartiendo lo que aprendí.	El cuate guía pide a los niños coloquen los materiales desarrollados por cada uno de los equipos; el cuate guía hará una presentación formal, pidiendo al público guardar silencio y prestar mucha atención. Cada equipo presentará lo investigado. Se invitará a los padres de familia a compartir un comentario de la actividad.	Cinta adhesiva, plumones, cartulina, plastilina, acuarelas, papel crepé y papel china.
 <p>Escuchar con respeto a los demás, es aprender a convivir.</p>			



Eje: Vida Saludable. Proyecto: La caja mágica.


DÍA: JUEVES.	Horario: 9:00 a 13:00 horas.	Nivel Educativo: Primaria Alta.	
Eje: Vida Saludable.	Propósito: Los participantes conocerán qué pasa en su cuerpo cuando consumen cada uno de los cinco grupos de alimentos presentados en el plato del buen comer.		
Módulo 2: Qué pasa en mi cuerpo cuando como...			

Horario	Actividad	Orientaciones	Recursos
09:00 a 09:50	Qué pasa en mi cuerpo cuando como.	El cuate guía explica la importancia de consumir frutas, verduras, cereales, leguminosas y alimentos de origen animal, haciendo énfasis en los beneficios que nuestro cuerpo obtiene de ellos. Se dará una breve explicación de la relación entre el consumo una dieta balanceada y las enfermedades y desarrollo de los niños.	Papel bond y plumones.
09:50 a 10:40	Investigando para compartir.	El cuate guía explica que para ahondar más en el tema llevarán a cabo una investigación en internet, dividiendo al grupo en tres equipos. El equipo 1 investigará a las frutas y verduras, el equipo 2 a los alimentos de origen animal y el equipo 3 a los cereales y leguminosas. Con la información obtenida se organizarán para llevar a cabo una presentación para sus papás. El cuate guía orientará las acciones.	Hojas blancas o de colores, crayolas, lápices, cinta adhesiva, plato del bien comer y revistas.
10:40 a 11:10	RECESO: NIÑAS Y NIÑOS ACTIVOS		

Horario	Actividad	Orientaciones	Recursos
11:10 a 12:00	Preparando mi presentación.	Cada equipo elaborará los materiales que considere pertinentes para llevar a cabo una presentación de los resultados de su investigación. Pueden llevar a cabo dibujos, carteles, murales, collages, en fin, cualquier material que ellos quieran crear.	Cartulinas, plastilina, crayolas, colores, plumones, cinta adhesiva, pegamento y recortes.
12:00 a 13:00	Compartiendo lo que aprendí.	El cuate guía pide a los niños se colocar los materiales desarrollados por cada uno de los equipos; el cuate guía hará una presentación formal, pidiendo al público guardar silencio y prestar mucha atención. Cada equipo presentará lo investigado. Se invitará a los padres de familia a compartir un comentario de la actividad.	Cinta adhesiva, plumones, cartulina, plastilina, acuarelas, papel crepé y papel china.
	Escuchar con respeto a los demás, es aprender a convivir.		




Eje: Vida Saludable. Proyecto: La caja mágica.			
DÍA: JUEVES.		Horario: 9:00 a 13:00 horas.	Nivel Educativo: Preescolar.
Eje: Vida Saludable.		Propósito: Los participantes crearán combinaciones de alimentos que pueden sugerir como lunch escolar.	
Módulo 3: Si solos son buenos ¡juntos son mejores!			
Horario	Actividad	Orientaciones	Recursos
09:00 a 09:50	¿Sabías que..?	El cuate guía explica que cada grupo de alimentos nos ayuda para cosas diferentes, por lo que es necesario consumir alimentos de todos los grupos para que podamos crecer sanos y fuertes. Se pedirá a los niños que tomando los elementos del plato del bien comer interactivo, pasen y elijan los alimentos que les gusta consumir “juntos” si hace falta algún grupo de alimentos se sugerirá que se incluya.	Papel bond, plumones y plato del bien comer.
09:50 a 10:40	Conociendo nuevos sabores.	El cuate guía explica que a veces los alimentos que probamos y no nos gustan, pueden gustarnos si los volvemos a probar, por lo que hay que darles una segunda oportunidad. Como parte de ese entrenamiento a nuestro paladar, el cuate guía explicará el ejercicio de “degustación a ciegas”, tendrá en la caja mágica frutas y verduras que probarán los niños con los ojos cerrados. Formará dos equipos, gana el equipo que identifique más sabores.	Frutas y verduras. (que puedan consumirse crudas).
10:40 a 11:10	RECESO: NIÑAS Y NIÑOS ACTIVOS		


Horario	Actividad	Orientaciones	Recursos
11:10 a 13:00	Si yo fuera chef...	El cuate guía pide a los niños que digan lo que les ponen de lunch; analizarán si las opciones son parecidas o hay diferencias. Se preguntará qué alimentos les gustaría que incluyera su lunch, orientando hacia un consumo saludable y completo. El cuate guía pedirá a los niños que elaboren un dibujo de un lunch saludable, en el cual incluya algún alimento de cada grupo y firmará su creación para colocarla en el menú del grupo. Se expondrá el menú en galería para que los padres lo vean.	Papel bond, cartulinas, acuarelas, crayolas, colores, plumones, cinta adhesiva, pegamento y recortes.
	Escuchar con respeto a los demás, es aprender a convivir.		



Eje: Vida Saludable. Proyecto: La caja mágica.


DÍA: JUEVES.	Horario: 9:00 a 13:00 horas.	Nivel Educativo: Primaria Baja.	
Eje: Vida Saludable.	Propósito: Los participantes crearán combinaciones de alimentos que pueden sugerir como lunch escolar.		
Módulo 3: Si solos son buenos ¡¡juntos son mejores!			

Horario	Actividad	Orientaciones	Recursos
09:00 a 09:50	¿Sabías que..?	El cuate guía explica que cada grupo de alimentos nos ayuda para cosas diferentes, por lo que es necesario consumir alimentos de todos los grupos para que podamos crecer sanos y fuertes. Se pedirá a los niños que tomando los elementos del plato del bien comer interactivo, pasen y elijan los alimentos que les gusta consumir “juntos” si hace falta algún grupo de alimentos se sugerirá que se incluya.	Papel bond, plumones y plato del bien comer.
09:50 a 10:40	Conociendo nuevos sabores.	El cuate guía explica que a veces los alimentos que probamos y no nos gustan, pueden gustarnos si los volvemos a probar, por lo que hay que darles una segunda oportunidad. Como parte de ese entrenamiento a nuestro paladar, el cuate guía explicará el ejercicio de “degustación a ciegas”, tendrá en la caja mágica frutas y verduras que probarán los niños con los ojos cerrados. Formará dos equipos, gana el equipo que identifique más sabores.	Frutas y verduras. (que puedan consumirse crudas).
10:40 a 11:10	RECESO: NIÑAS Y NIÑOS ACTIVOS		

Horario	Actividad	Orientaciones	Recursos
11:10 a 13:00	Si yo fuera chef...	El cuate guía pide a los niños que digan lo que les ponen de lunch; analizarán si las opciones son parecidas o hay diferencias. Se preguntará qué alimentos les gustaría que incluyera su lunch, orientando hacia un consumo saludable y completo. El cuate guía pedirá a los niños que elaboren un dibujo de un lunch saludable, en el cual incluya algún alimento de cada grupo y firmará su creación para colocarla en el menú del grupo. Se expondrá el menú en galería para que los padres lo vean.	Papel bond, cartulinas, acuarelas, crayolas, colores, plumones, cinta adhesiva, pegamento y recortes.
		Escuchar con respeto a los demás, es aprender a convivir.	



Eje: Vida Saludable. Proyecto: La caja mágica.			
DÍA: JUEVES.		Horario: 9:00 a 13:00 horas.	Nivel Educativo: Primaria Alta.
Eje: Vida Saludable.		Propósito: Los participantes crearán combinaciones de alimentos que pueden sugerir como lunch escolar.	
Módulo 3: Si solos son buenos ¡juntos son mejores!			
Horario	Actividad	Orientaciones	Recursos
09:00 a 09:50	¿Sabías que..?	El cuate guía explica que cada grupo de alimentos nos ayuda para cosas diferentes, por lo que es necesario consumir alimentos de todos los grupos para que podamos crecer sanos y fuertes. Se pedirá a los niños que tomando los elementos del plato del bien comer interactivo, pasen y elijan los alimentos que les gusta consumir “juntos” si hace falta algún grupo de alimentos se sugerirá que se incluya.	Papel bond, plumones y plato del bien comer.
09:50 a 10:40	Conociendo nuevos sabores.	El cuate guía explica que a veces los alimentos que probamos y no nos gustan, pueden gustarnos si los volvemos a probar, por lo que hay que darles una segunda oportunidad. Como parte de ese entrenamiento a nuestro paladar, el cuate guía explicará el ejercicio de “degustación a ciegas”, tendrá en la caja mágica frutas y verduras que probarán los niños con los ojos cerrados. Formará dos equipos, gana el equipo que identifique más sabores.	Frutas y verduras. (que puedan consumirse crudas).
10:40 a 11:10	RECESO: NIÑAS Y NIÑOS ACTIVOS		

Horario	Actividad	Orientaciones	Recursos
11:10 a 13:00	Si yo fuera chef...	El cuate guía pide a los niños que digan lo que les ponen de lunch; analizarán si las opciones son parecidas o hay diferencias. Se preguntará qué alimentos les gustaría que incluyera su lunch, orientando hacia un consumo saludable y completo. El cuate guía pedirá a los niños que elaboren un dibujo de un lunch saludable, en el cual incluya algún alimento de cada grupo y firmará su creación para colocarla en el menú del grupo. Se exhibirá el menú en galería para que los padres lo vean.	Papel bond, cartulinas, acuarelas, crayolas, colores, plumones, cinta adhesiva, pegamento y recortes.
		Escuchar con respeto a los demás, es aprender a convivir.	

