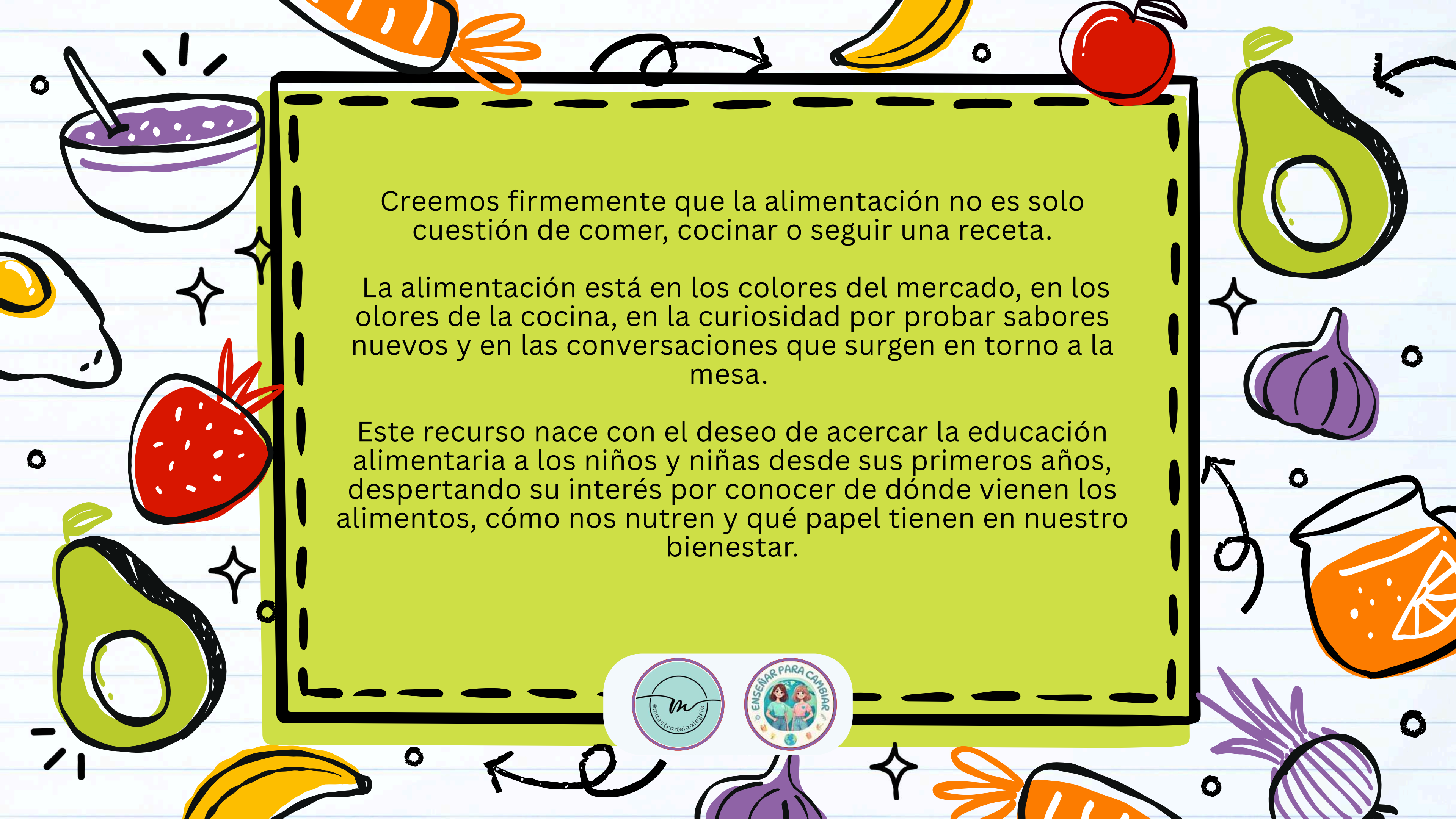


DOSSIER

ALIMENTACIÓN



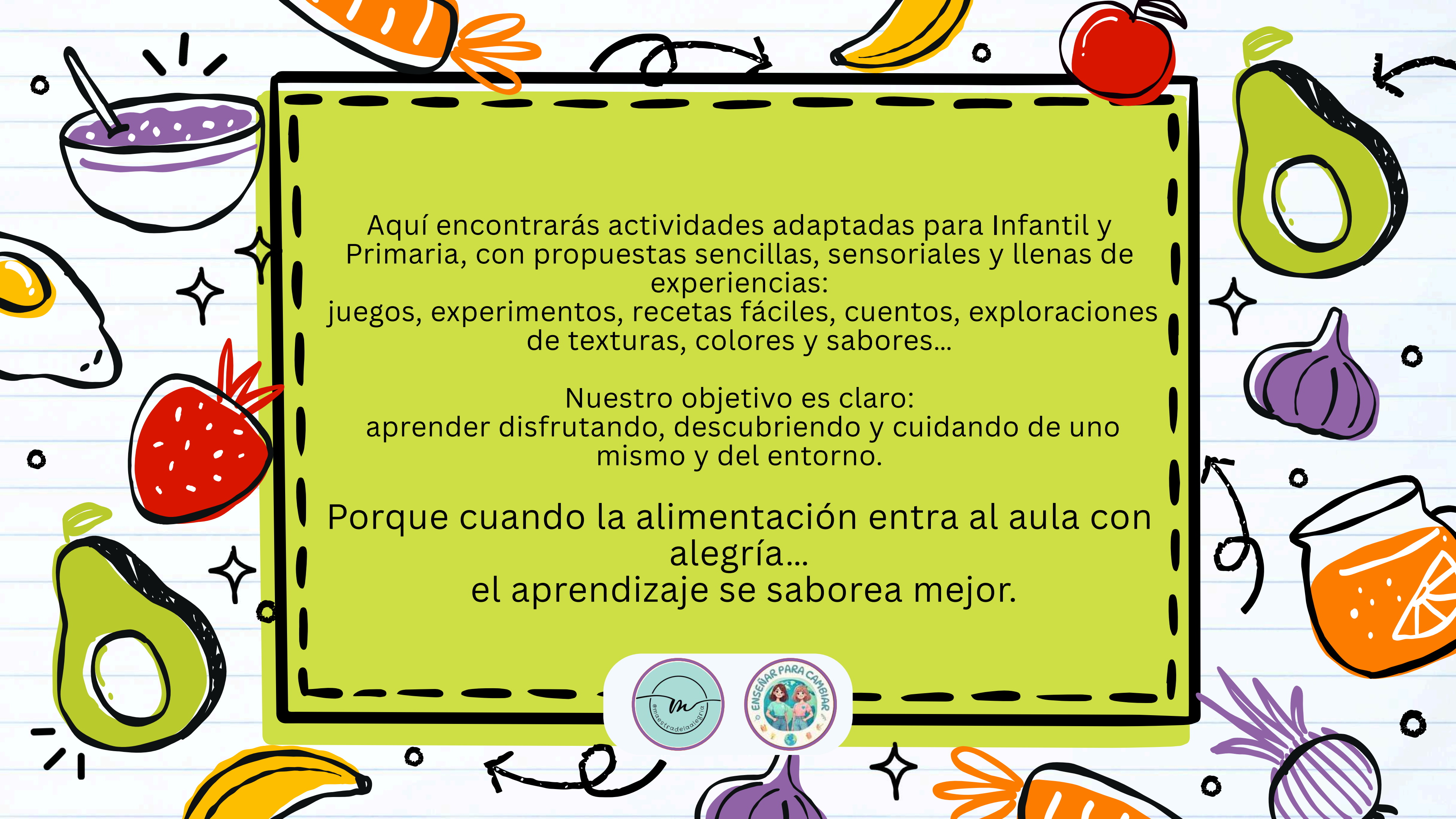


Creemos firmemente que la alimentación no es solo cuestión de comer, cocinar o seguir una receta.

La alimentación está en los colores del mercado, en los olores de la cocina, en la curiosidad por probar sabores nuevos y en las conversaciones que surgen en torno a la mesa.

Este recurso nace con el deseo de acercar la educación alimentaria a los niños y niñas desde sus primeros años, despertando su interés por conocer de dónde vienen los alimentos, cómo nos nutren y qué papel tienen en nuestro bienestar.





Aquí encontrarás actividades adaptadas para Infantil y Primaria, con propuestas sencillas, sensoriales y llenas de experiencias:
juegos, experimentos, recetas fáciles, cuentos, exploraciones de texturas, colores y sabores...

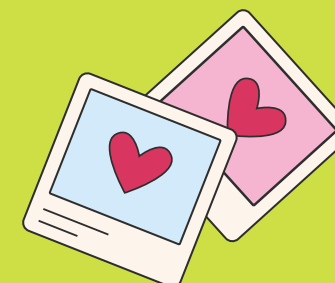
Nuestro objetivo es claro:
aprender disfrutando, descubriendo y cuidando de uno mismo y del entorno.

Porque cuando la alimentación entra al aula con alegría...
el aprendizaje se saborea mejor.



1

Cuéntanos tu idea con:
título de la actividad,
edad a la que está dirigida,
materiales que necesitaremos
y proceso.
¡¡No olvides añadir una foto!!



2

Si tu idea lleva asociado un
recurso imprimible,
un vídeo explicativo o
cualquier otra cosa,
déjanos el enlace.



3

Añade tu logo y enlaza a tu perfil
para que más personas puedan
conocerle e inspirarse contigo.



CUENTAS COLABORADORAS



@fonoterapia_ec



@corazonyeducacion



@maestracarmenbf19



@class_kid_stuff



@ventall_magic



@gemuckys_world



@saraturiss



@auladesara



CUENTAS COLABORADORAS



@la_profe_lara



@inteletandoenmiaula



@claselena



@vallejimar



@jugandoyaprendiendo.conmigo



@educarpensando
conelcorazon



@untrocitodenube



@maestrapriinf



@monterossori



PROYECTO SOBRE LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE



EDAD: Educación Infantil y 1º Ciclo de Educación Primaria

MATERIALES: material imprimible

DESARROLLO: ¡Anima a tus alumnos a descubrir el apasionante mundo de la alimentación saludable con este proyecto tan completo! Es un material diseñado para que aprendan sobre diferentes alimentos y adopten hábitos sanos de una forma natural, divertida y muy práctica.



@corazonyeducacion



MENÚ SALUDABLE



DESCARGA AQUÍ



EDAD: Primaria 1° ciclo o Infantil

MATERIALES: Plantilla o creación de la plantilla y folletos con productos alimentarios (restaurante, supermercado etc.)

DESARROLLO:

Creación de un menú semanal. Se puede enfocar desde el área de Ciencias Sociales, Naturales o Matemáticas, para trabajar el Plato Saludable y la Pirámide Alimenticia, entre otros.

El **objetivo:** por grupos cooperativos crear y diseñar un menú saludable (cada grupo 1 día de la semana) pegando alimentos de una revista de supermercado.



@maestracarmenbf19



HUERTO



EDAD: Infantil y primaria.

MATERIALES: Utensilios para el huerto.

DESARROLLO: La actividad de un huerto escolar es un proyecto pedagógico que implica el cultivo de plantas por parte de los estudiantes en un área designada dentro de la escuela. Su propósito principal es que los alumnos aprendan sobre la naturaleza, la sostenibilidad, la alimentación saludable y el trabajo en equipo, a través de tareas prácticas y experienciales.

Algunas de las actividades son:

- Diseñar el huerto y elegir qué plantar según la temporada y el clima.
- Preparar el terreno (arar, mezclar sustratos, desinfectar el suelo).
- Elaborar abono o compostaje con restos orgánicos.
- Hacer semilleros en interiores o siembra directa en el huerto.
- Regar las plantas regularmente.
- Quitar las malas hierbas.
- Registrar el crecimiento de las plantas y las condiciones climáticas en fichas semanales.
- Recolectar los vegetales y frutas cuando estén maduros.
- Utilizar la cosecha para preparar comidas saludables en la escuela o llevar a casa.
- Identificar y prevenir plagas y enfermedades de forma ecológica.
- Crear etiquetas identificativas para las plantas.



@ventall_magic



ENSALADA



EDAD: Infantil

MATERIALES: Verduras de nuestro huerto, bol, aceite, sal y vinagre.

DESARROLLO:

La actividad consiste en recolectar, preparar y degustar una ensalada usando verduras frescas del huerto escolar. El proceso incluye identificar los productos, lavarlos y cortarlos, y luego combinarlos para crear una ensalada nutritiva, fomentando la conexión con la naturaleza y la alimentación saludable.



@ventall_magic



EXPERIMENTACIÓN



EDAD: Infantil

MATERIALES: Frutas o verduras, lupas ...

DESARROLLO:

Esta actividad consiste en presentar diferentes alimentos y observar sus características utilizando los cinco sentidos. Podemos:

- Mirar: ¿De qué color es? ¿Tiene manchas, puntos, pelitos?...
- Oler: ¿Huele dulce, cítrico, fuerte, suave?...
- Probar: ¿Qué gusto tiene, te gusta?...
- Tocar: ¿Es suave, rugosa, pegajosa, dura o blanda?...
- Escuchar si hace algún sonido: ¿Hace sonido si le doy golpecitos?...

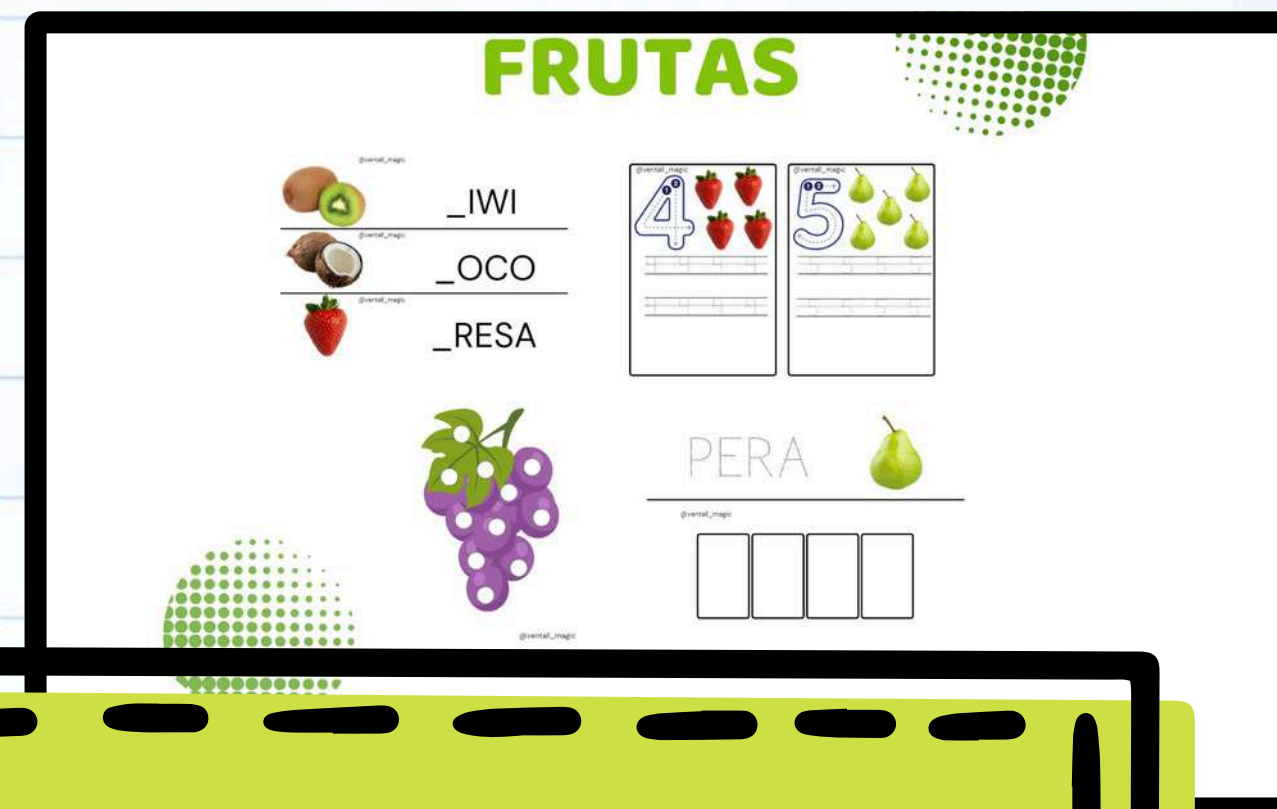
Además, podemos mirar con lupas las diferentes verduras o frutas y poder observar características que a simple vista no apreciábamos.



@ventall_magic



RINCONES



EDAD: Infantil.

MATERIALES: Material imprimible, plastilina o pompones y rotuladores.

DESARROLLO:

Dividir la classe en 4 rincones con propuestas diferentes:

1. Letra inicial. Esta actividad consiste en escribir la letra inicial de las diferentes frutas que aparecen en las imágenes.
2. Habilidad manual. Esta actividad consiste en poner bolitas de plastilina o pompones encima de los puntos que aparecen en las frutas de las diferentes imágenes.
3. Números. Esta actividad consiste en practicar el trazo de los números y contar las frutas que aparecen en las imágenes.
4. Escribir palabras: Esta actividad consiste en escribir palabras (vocabulario de frutas), poniendo una letra dentro de cada cuadrado.

Material en catalán y castellano.



@ventall_magic



EL ARCOÍRIS DE MI PLATO



Edad: 4 a 7 años

Materiales:

- Diferentes frutas y verduras de varios colores (reales o de cartulina/recortables), platos o bandejas, papel y lápices de colores, pegatinas o pictogramas de alimentos (opcional)

Desarrollo:

1. Presenta a los niños las frutas y verduras, hablando sobre sus colores, olores y texturas.
2. Cada niño crea un “arcoíris de su plato” colocando o dibujando los alimentos de cada color en su plato.
3. Pueden anotar el nombre de cada alimento; si no, pueden pegar recortables o dibujarlos.
4. Al terminar, los niños comparten sus platos y comentan por qué eligieron esos alimentos y qué beneficios creen que tienen.

Objetivos:

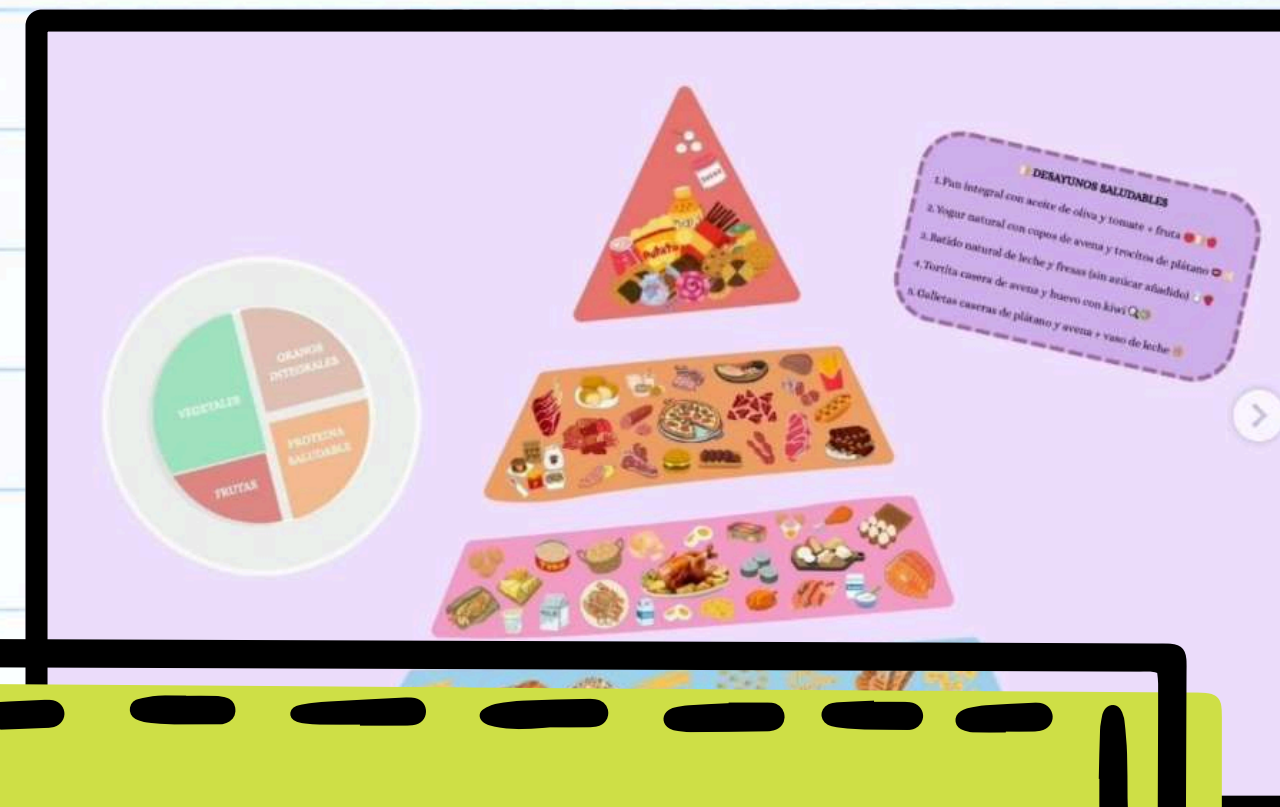
- Fomentar la curiosidad y el interés por los alimentos, reconocer colores y texturas, aprender sobre hábitos alimentarios saludables, integrar experiencias sensoriales con alimentación.



@fonoterapia_ec



PIRÁMIDE ALIMENTICIA



EDAD: +3 años

MATERIALES: Elementos del pdf impresos y plastificados para mayor duración

DESARROLLO:

Es un material visual e interactivo que ayuda al alumnado a conocer los diferentes grupos de alimentos según su frecuencia de consumo, fomentando así hábitos alimenticios saludables desde edades tempranas 🥦🍞🍳🍩.

Incluye además una selección de ideas de desayunos, comidas y cenas saludables, pensadas especialmente para trabajar en clase o enviar como orientación a las familias.

📦 **¿Qué contiene el recurso ?**

- ✓ Una pirámide alimenticia ilustrada con cinco niveles de colores
- ✓ Descripción clara de cada franja (desde frutas hasta dulces)
- ✓ Ejemplos de 5 desayunos, 5 comidas y 5 cenas saludables
- ✓ Frases motivadoras para fomentar la reflexión y el cuidado del cuerpo
- ✓ Mensaje final para docentes y familias



@class_kid_stuff



¿QUÉ HAY PARA COMER?



EDAD: +7 años

MATERIALES: Cuento “¿Qué hay para comer?”

DESARROLLO:

¿Qué hay para comer? La deliciosa historia de la alimentación (PetaLetras) invita a descubrir cómo ha evolucionado la alimentación humana desde la Prehistoria hasta la actualidad. Acompañamos a Violeta Cano en un recorrido lleno de curiosidades: desde cuando se comía mamut a todas horas hasta los alimentos modernos creados en laboratorios. Con un lenguaje sencillo y un tono divertido, el libro ofrece una mirada amena y sorprendente a la historia de lo que comemos. ¡Una lectura para abrir el apetito! 🍽️🌟



@class_kid_stuff



LIMONADA



EDAD: a partir de 5 años

MATERIALES: batidora, 4 limones, 80 gr de azúcar, 500 gr de cubitos de hielo, 500 gr de agua y vasos de plástico.

DESARROLLO:

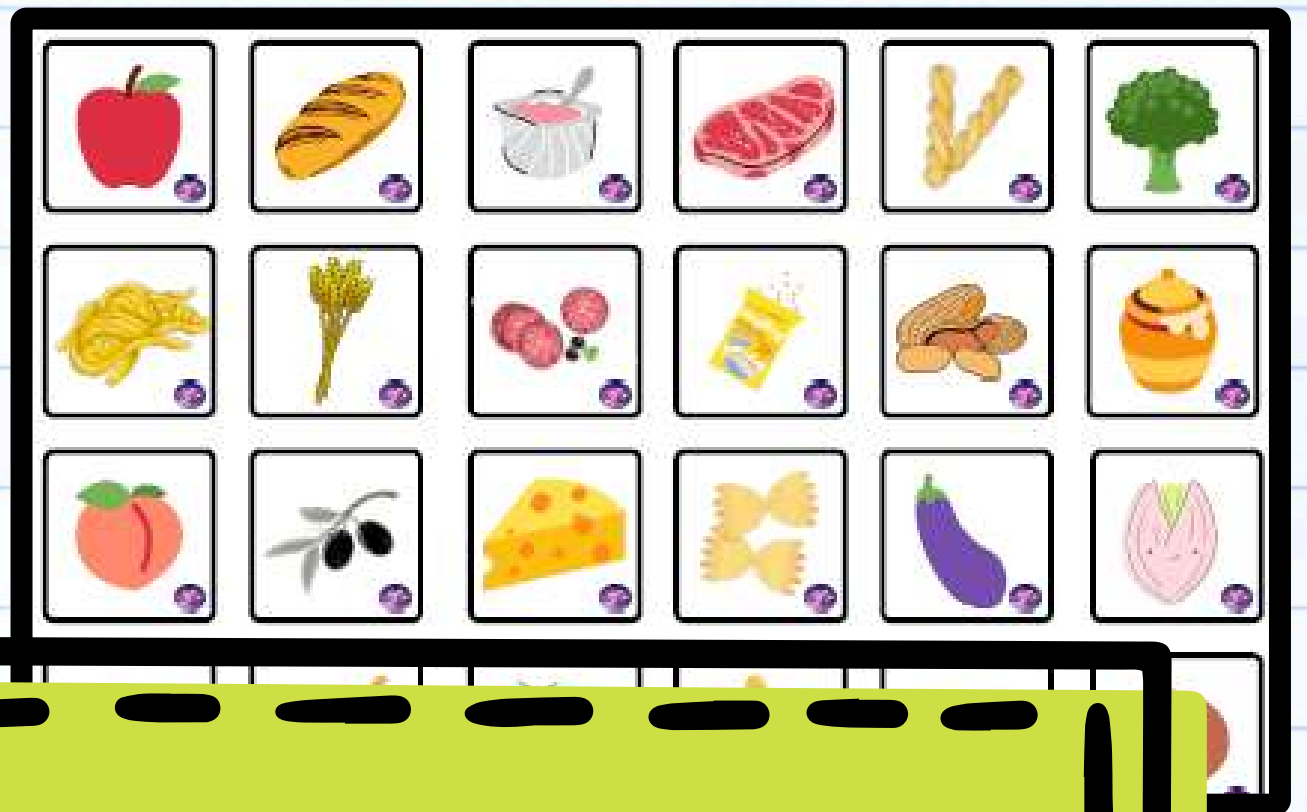
1. Lavamos y pelamos los 4 limones y los echamos en el vaso de la batidora.
2. A continuación, echamos la mitad del agua al vaso de la batidora.
3. Batimos ambos ingredientes y lo colamos.
4. Enjuagamos el vaso de la batidora y vertemos el zumo que acabamos de colar, el resto del agua, los hielos y el azúcar.
5. Por último, batimos todos los ingredientes y servimos nuestra limonada.



@gemuckys_world



PIRÁMIDE



EDAD: a partir de 7 años

MATERIALES: pdf descargable, tijeras, lápiz y plastificadora

DESARROLLO:

Previamente, les habremos explicado a nuestros alumnos el tema de la alimentación y cada componente de la pirámide alimenticia.

- Primera actividad: imprimimos el PDF (páginas 1 y 3) y por grupos, les iremos preguntado en qué nivel irá cada alimento, así como el nombre de cada nivel.
- Segunda actividad: imprimimos la pagina 2 del PDF, repartimos una hoja a cada alumno/a, y en ella deberán de escribir al menos 6 alimentos de cada nivel.



@gemuckys_world



COMIDA SALUDABLE COMIDA NO SALUDABLE



Clasifica Alimentos

EDAD: Infantil

MATERIALES: Pdf imprimible

DESARROLLO: Recortamos las ruedas y los alimentos. Los alimentos los ponemos en el extremo de unas pinzas de la ropa.

Ponemos todas las pinzas boca abajo, vamos cogiendo por turnos una pinza, y colocamos nuestro alimento en el lado de la ruleta que corresponda (saludable/no saludable)



@saturiss



MI ALIMENTACIÓN



EDAD: Infantil

MATERIALES: Pdf imprimible

DESARROLLO: Los niños dibujan los alimentos que consumen a lo largo del día, repasando desayuno, comida, merienda y cena. Luego reflexionan sobre cuáles son poco saludables y piensan en alternativas más sanas para sustituirlos. Finalmente, pueden compartir sus dibujos y cambios propuestos con el grupo, fomentando la conciencia sobre una alimentación equilibrada.



[@saturiss](https://www.instagram.com/saturiss)



SEMÁFORO DE LOS ALIMENTOS



EDAD: Infantil o Primer ciclo de Primaria (adaptable según nivel)

MATERIALES: Póster del semáforo, plantilla vacía, tarjetas de alimentos, velcro o blu-tack.

DESARROLLO: El docente presenta el semáforo y explica que clasificaremos alimentos según frecuencia de consumo:

● Verde (cada día): frutas, verduras, pescado, huevos, lácteos...

● Amarillo (a veces): pasta, arroz...

● Rojo (ocasiones especiales): dulces, pizza, refrescos.

Se muestran las tarjetas y los niños las colocan en su color correspondiente. El adulto guía con preguntas sencillas: "¿Este alimento nos ayuda a crecer?", "¿Lo comemos todos los días o solo a veces?", "¿Qué color tiene más alimentos?"...etc.

MENSAJE CLAVE: Todos los alimentos tienen su lugar. Sin prohibiciones, entendiendo que algunos nutren más y otros son para momentos especiales. Es una forma de crear una buena relación con la comida sin prohibiciones ni prejuicios.



Alimentos
que podemos comer
cada día



Alimentos
que comemos
a veces



Alimentos
para
ocasiones
especiales



@auladesara



¿DÓNDE LO GUARDAMOS?



EDAD: Infantil y primer ciclo de Primaria (adaptable según nivel)

MATERIALES: Dibujos o imágenes grandes de nevera, despensa y frutero, imágenes de alimentos variados (pan, conservas, yogur, huevos...), velcro, imanes o blu-tack.

DESARROLLO: El docente muestra los tres espacios (nevera, despensa y frutero) y pregunta: “¿Dónde guardamos la comida en casa?”, ¿Todas las comidas se guardan en el mismo sitio?”... Luego se les explica cada lugar: En la nevera los alimentos que necesitan frío, en la despensa los alimentos que se guardan fuera del frío y en el frutero las frutas y verduras que se pueden dejar a la vista. Fomentando así el diálogo acompañándolo con preguntas sencillas como: “¿Crees que este alimento necesita frío?”, “¿Qué alimento es?”, “¿Qué pasa si lo dejamos fuera de la nevera?”, se busca que reflexionen, por lo que no se busca corrección inmediata a sus respuestas. Se pueden añadir explicaciones simples sobre conservación.



@auladesara



EL MERCADO DEL AULA



EDAD: Infantil y Primaria (adaptable por niveles)

MATERIALES: Cajas o mesas para montar los “puestos”, frutas y verduras reales, de juguete o reciclados con cartulinas y papel, monedas y billetes con cartón o papel, cestas o bolsas reutilizables, carteles con nombres y precios sencillos.

DESARROLLO: El aula se transforma en un pequeño mercado. Se colocan los alimentos en los distintos puestos (frutas, verduras y otros alimentos) y se reparten los roles: Vendedores/as y compradores/as. Se utiliza el juego simbólico utilizando lenguaje cotidiano: “¿Cuánto cuesta...?”, “Quiero....por favor”. En infantil el docente puede guiar más el juego con preguntas sobre elecciones saludables como: “¿Por qué eliges esta fruta?”, “¿Qué alimentos crees que ayudan a crecer fuerte?”, “¿Qué pondrías en tu cesta para una comida saludable?”, “¿Qué alimentos se han comprado más? y menos?”, reforzando la idea de que comer sano también es aprender a elegir. En Primaria se organiza de forma más autónoma.



@auladesara



LOS 5 SENTIDOS DEL OTOÑO



EDAD: a partir de 3 años

MATERIALES: frutas, cuchillo.

DESARROLLO: se muestran varias frutas de otoño en este caso (se puede realizar en cualquier estación con cualquier tipo de fruta o con lo que se quiera trabajar en ese momento) y se presentan a través de los 5 sentidos. Primero con la vista (observamos colores, formas), el tacto (si es lisa, rugosa, suave...), el oído (escuchamos si hacen ruido al cortarlas y planteamos hipótesis de por qué unas suenan y otras no), el olfato (las olemos) y finalmente el gusto (las probamos).

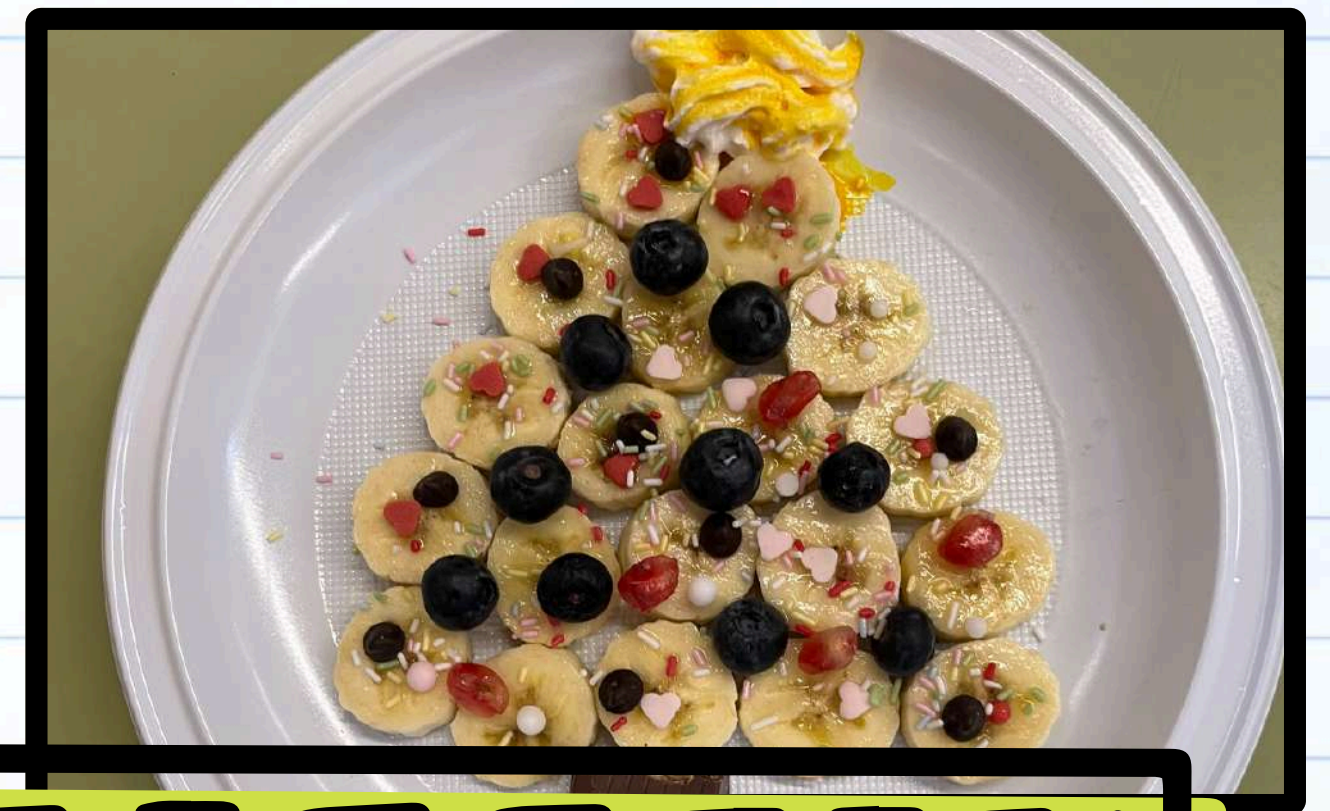
Suele ser muy exitoso sobre todo a la hora de la selectividad alimenticia.



@la_profe_lara



TALLER DE REPOSTERÍA NAVIDEÑA



EDAD: a partir de 6 años

MATERIALES: platos, frutas y lo que los niños quieran para completar su creación.

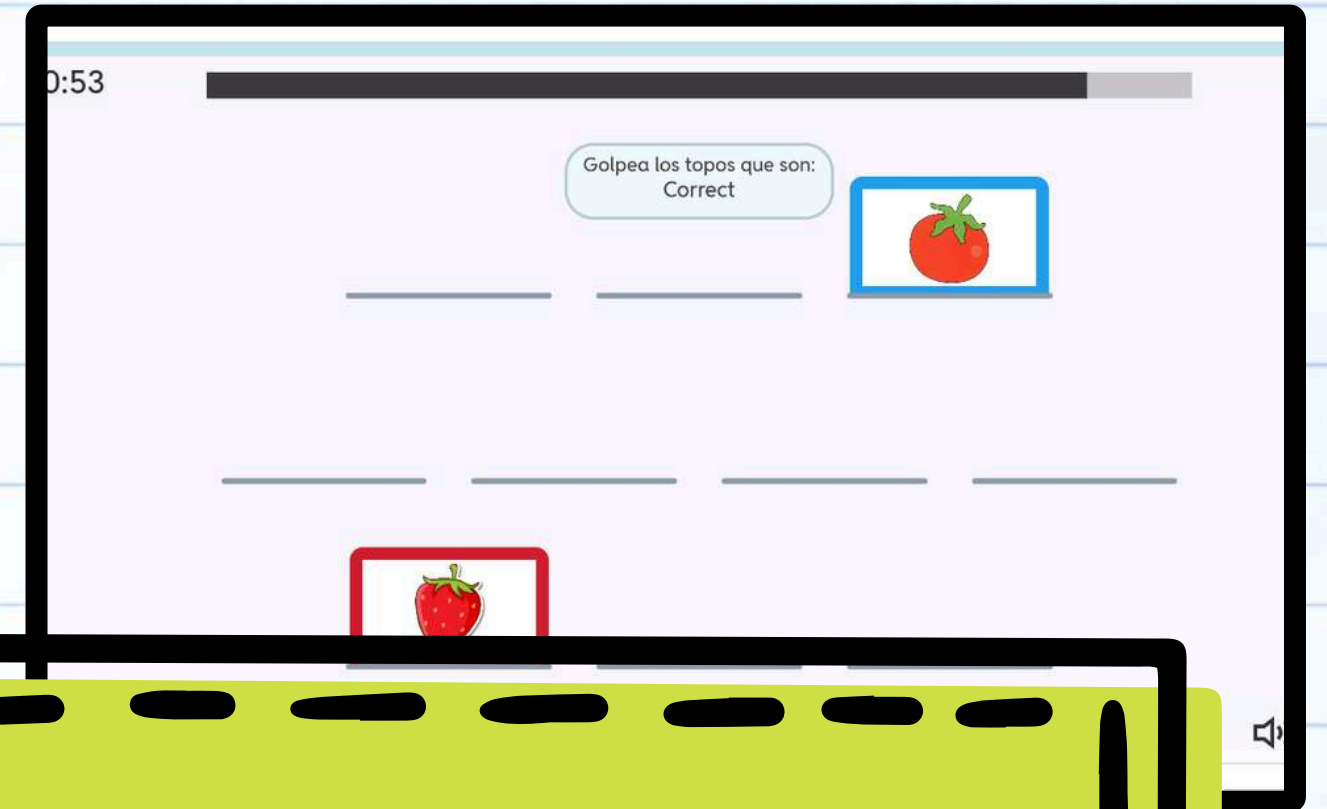
DESARROLLO: en Navidad se realiza un taller de repostería navideña en el que las protagonistas deben ser las frutas. Cada niño y niña trae las frutas y demás complementos que desee. También pueden traer alguna cosa dulce para decorar pero el ingrediente principal es la fruta.



@la_profe_lara



APLASTA LAS VITAMINAS



EDAD: a partir de 3 años

MATERIALES: Wordwall (panel interactivo o tablet)

DESARROLLO: tienes que aplastar las verduras y las frutas que salgan en la pantalla. Una forma divertida de aprender este alimento saludable.



@inteletandoenmiaula



FRUTIPUNTOS



Frutipuntos	

EDAD: 3, 4, 5 años.

MATERIALES: plantilla descargable y rotulador de pizarra o gomets.

DESARROLLO: colgar la plantilla descargable de los “Frutipuntos” en un lugar visible de la clase y accesible para los alumnos/as. Cada día tienen que colocar un puntito o gomet al lado de la fruta que traigan de almuerzo al colegio. Al final de la semana o del mes, contamos todos los puntos que han obtenido las frutas y nombramos a la fruta ganadora. Es un recurso para trabajar la alimentación saludable en el aula de forma divertida y motivadora.



@ensenarparacambiar



MENÚ DIARIO



EDAD: 3, 4, 5 años.

MATERIALES: plantilla descargable.

DESARROLLO: colocar la plantilla del menú en la asamblea en un lugar accesible para ellos.
Cada día el encargado tendrá que colocar los alimentos que toquen comer ese día en el cole.
Hablaemos de la importancia de tomar un menú saludable.



@ensenarparacambiar



EL SEMÁFORO DE LOS ALIMENTOS



EDAD: 4 a 6 años.

MATERIALES: Tres cartulinas grandes (roja, amarilla y verde).

- Folletos de supermercado, tijeras y pegamento.
- Pizarra o pared para pegar las cartulinas.

DESARROLLO:

Explicación: Se explica que los alimentos verdes son de consumo diario (frutas, verduras), los amarillos de consumo frecuente (pastas, arroz, legumbres) y los rojos de consumo ocasional (dulces, ultraprocesados).

Búsqueda: Los niños recortan imágenes de alimentos de los folletos.

Clasificación: Por turnos, cada niño pega su alimento en el color correspondiente del semáforo, debatiendo entre todos por qué va en ese lugar.



[@MAESTRADELA ALEGRIA](https://www.instagram.com/maestrade laalegría)



EL LABORATORIO DE LOS SENTIDOS



EDAD: 6 a 9 años.

MATERIALES: Vendas para los ojos o pañuelos.

- Platos con trozos pequeños de alimentos con diferentes texturas y sabores (ácido: limón; dulce: plátano; crujiente: zanahoria; suave: aguacate; salado: queso).

DESARROLLO:

- Preparación: Se colocan los niños en parejas. Uno lleva la venda y el otro es el "científico".
- La cata: El "científico" ofrece un trozo de alimento a su compañero.
- Adivinanza: Antes de decir qué es, el niño debe describir: ¿Está frío o del tiempo? ¿Es duro o blando? ¿A qué sabe?
- Rotación: Se intercambian los roles para que todos experimenten.



[@MAESTRADELA ALEGRIA](https://www.instagram.com/maestrade laalegría)



MI PLATO DE HARVARD



EDAD: 10 a 12 años.

MATERIALES: Platos de cartón blancos.

- Rotuladores y lápices de colores.
- Reglas.

DESARROLLO:

- Teoría: Se explica visualmente el "Plato de Harvard": 50% vegetales y frutas, 25% proteínas saludables y 25% granos integrales.
- Diseño: Los alumnos deben dividir su plato de cartón en estas secciones usando la regla.
- Creación: Deben dibujar y colorear un menú real que cumpla esas proporciones (por ejemplo: ensalada y brócoli, pollo a la plancha y un poco de arroz integral).
- Presentación: Cada uno explica su combinación favorita y por qué es equilibrada.



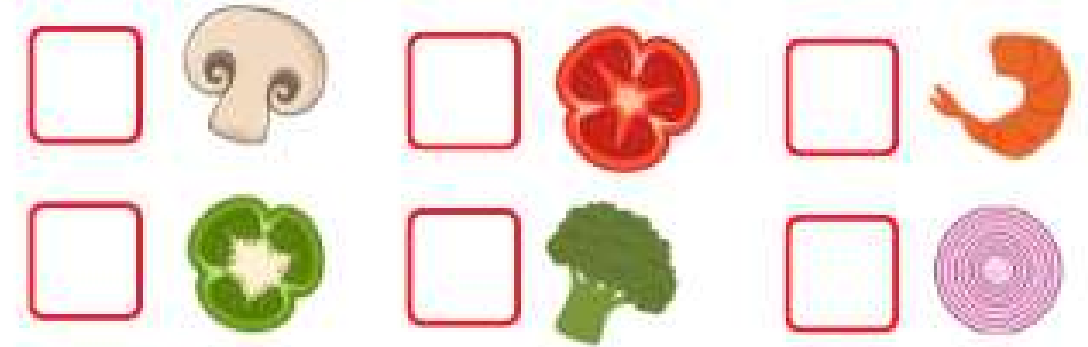
@MAESTRADELA ALEGRÍA



RECURSO PIZZERÍA



INGREDIENTES:



EDAD: Infantil.

MATERIALES: PDF adjunto.

DESARROLLO:

Conjunto de recursos para trabajar la lógica-matemática y la lectoescritura bajo la temática de la pizzería: repasa y escribe los ingredientes de la pizza, juega a elaborar tus propias pizzas, cuenta cuántos ingredientes de cada tipo tiene que llevar tu pizza,...



@VALLEJIMMAR



RECURSO PIZZERÍA



EDAD: Infantil.

MATERIALES: PDF adjunto.

DESARROLLO:

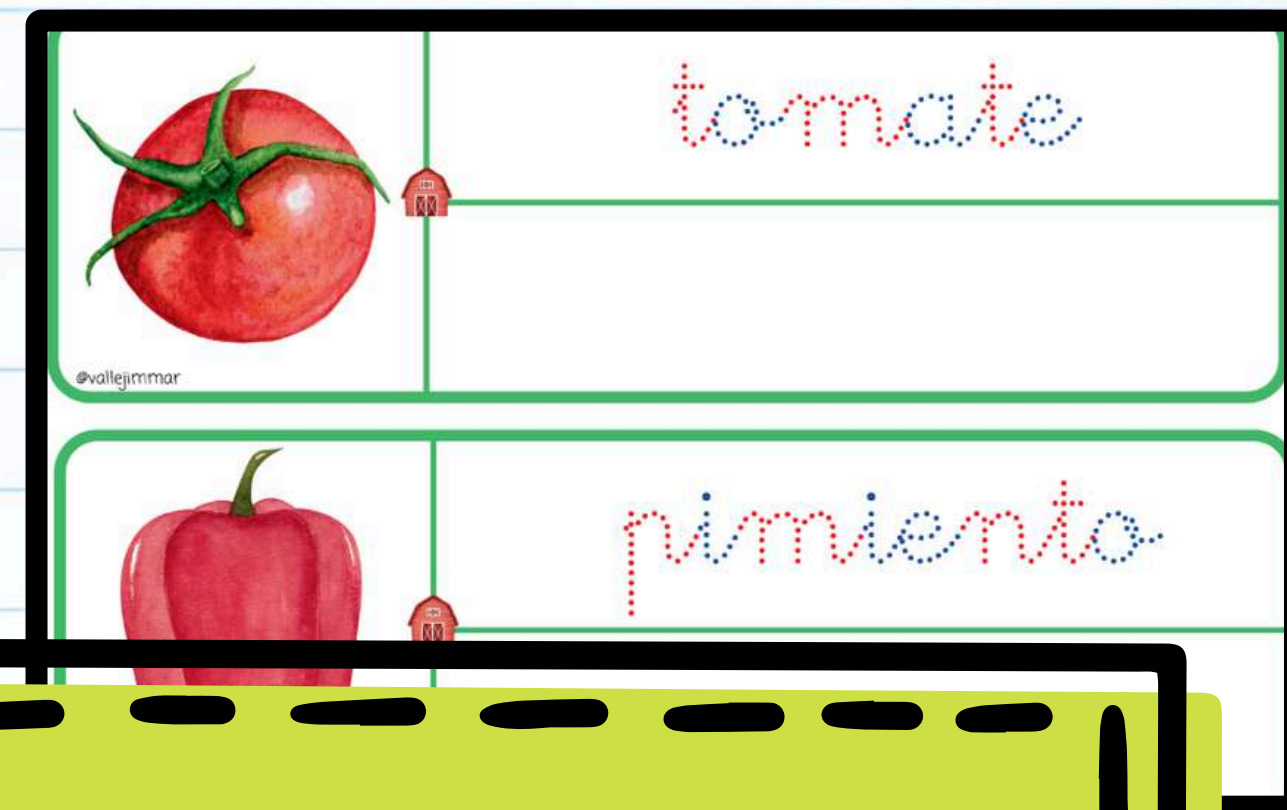
Carteles decorativos para crear tu propia pizzería en el aula.



@VALLEJIMMAR



VOCABULARIO EL HUERTO (MINÚSCULA)



EDAD: Infantil.

MATERIALES: PDF adjunto.

DESARROLLO:

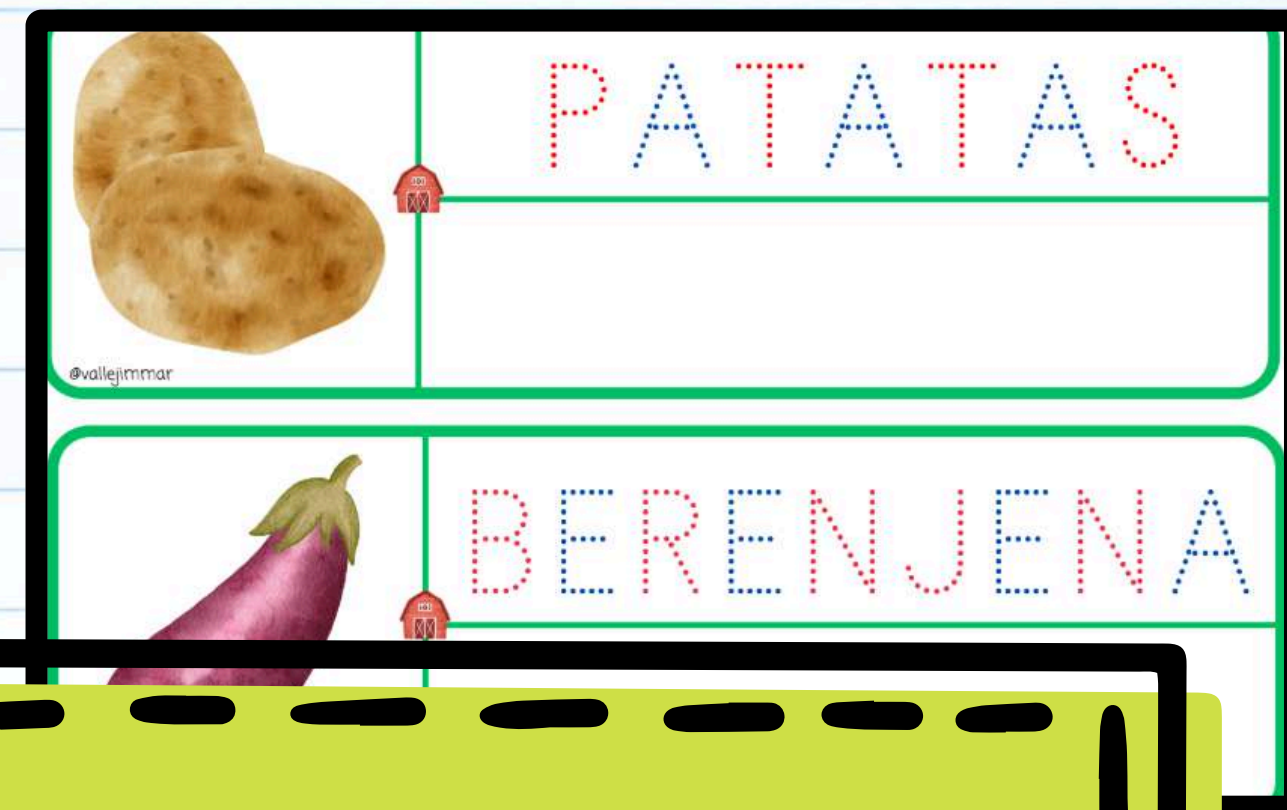
Conjunto de tarjetas para trabajar el vocabulario del huerto y su trazo en minúscula.



@VALLEJIMMAR



VOCABULARIO EL HUERTO (MAYÚSCULA)



EDAD: Infantil.

MATERIALES: PDF adjunto.

DESARROLLO:

Conjunto de tarjetas para trabajar el vocabulario del huerto y su trazo en mayúscula.



@VALLEJIMMAR



MERIENDAS SALUDABLES



Recetario

• Ingredientes:

- 1 tortilla integral
- Crema de cacahuete o almendras
- 1 plátano



• Preparación:

Unta la tortilla con la crema. Coloca el plátano entero y enrolla. Corta en rodajitas tipo sushi.

EDAD: +3 años

MATERIALES: PDF Adjunto

DESARROLLO: La alimentación saludable es muy importante en todas las comidas del día, y la comparación de almuerzos en el patio es algo difícil de evitar. Por eso, os dejo un recetario lleno de ideas de alimentos saludables para traer de pincho para media mañana en el patio o para las meriendas de la tarde en casa junto con una piza de fruta, yogurt, etc.



@jugandoyaprendiendo.
conmigo



ROBOTICA



PIÑA

EDAD: +3

MATERIALES: robot y plantilla en superficie lisa

DESARROLLO: Esta plantilla o tapete, tiene comida saludable y no tan saludable. Se tira el dado y si caes en comida poco saludable has de volver al inicio.

La puedes descargar en español y en inglés.

Es una plantilla hecha por cuadrados de 15x15 cm, la distancia que recorren los robots de suelo tipo Bee bot o Blue bot, y otras marcas más.



@claselena



VOCABULARIO



ALADA



EDAD: +4

MATERIALES: PDF aconsejo plastificar

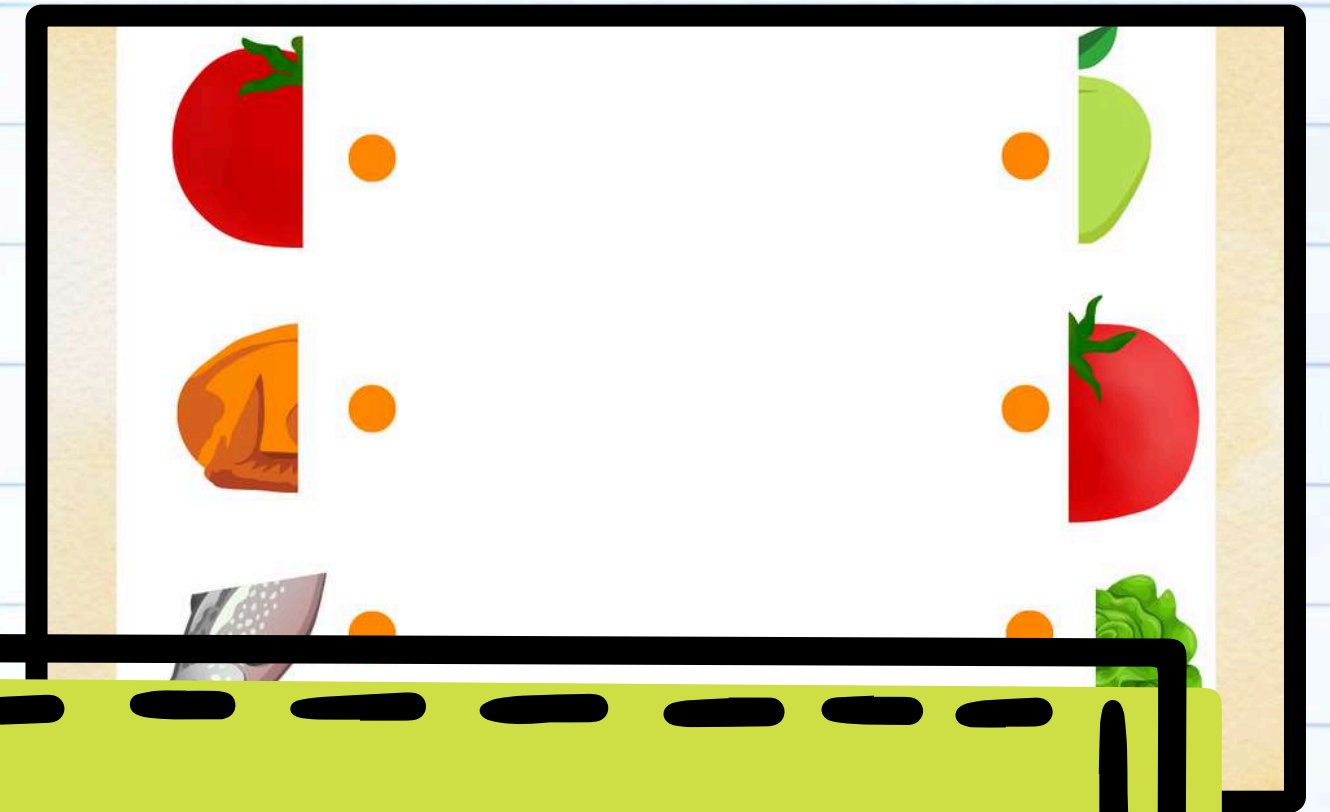
DESARROLLO: En educación Infantil, trabajar el vocabulario es muy importante, por eso aquí tienes unas tarjetas de alimentación saludable con las que podrás trabajar de muchas formas con tu alumnado.



@claselena



EMPAREJANDO ALIMENTOS



EDAD: Infantil.

MATERIALES: Pdf, colores o lápices.

DESARROLLO: Actividad para trabajar la atención y el vocabulario en la que tendrán que emparejar las dos mitades de un mismo alimento. Una vez terminada, nombrarán cada uno de los alimentos.



@educarpensando
conelcorazon



BANDEJA SENSORIAL DE LA PIÑA



EDAD: Infantil.

MATERIALES: Bandeja de plástico, tupperts rectangulares de plástico, tenedores, piña en rodajas y troceada, piña entera natural, zumo de piña.

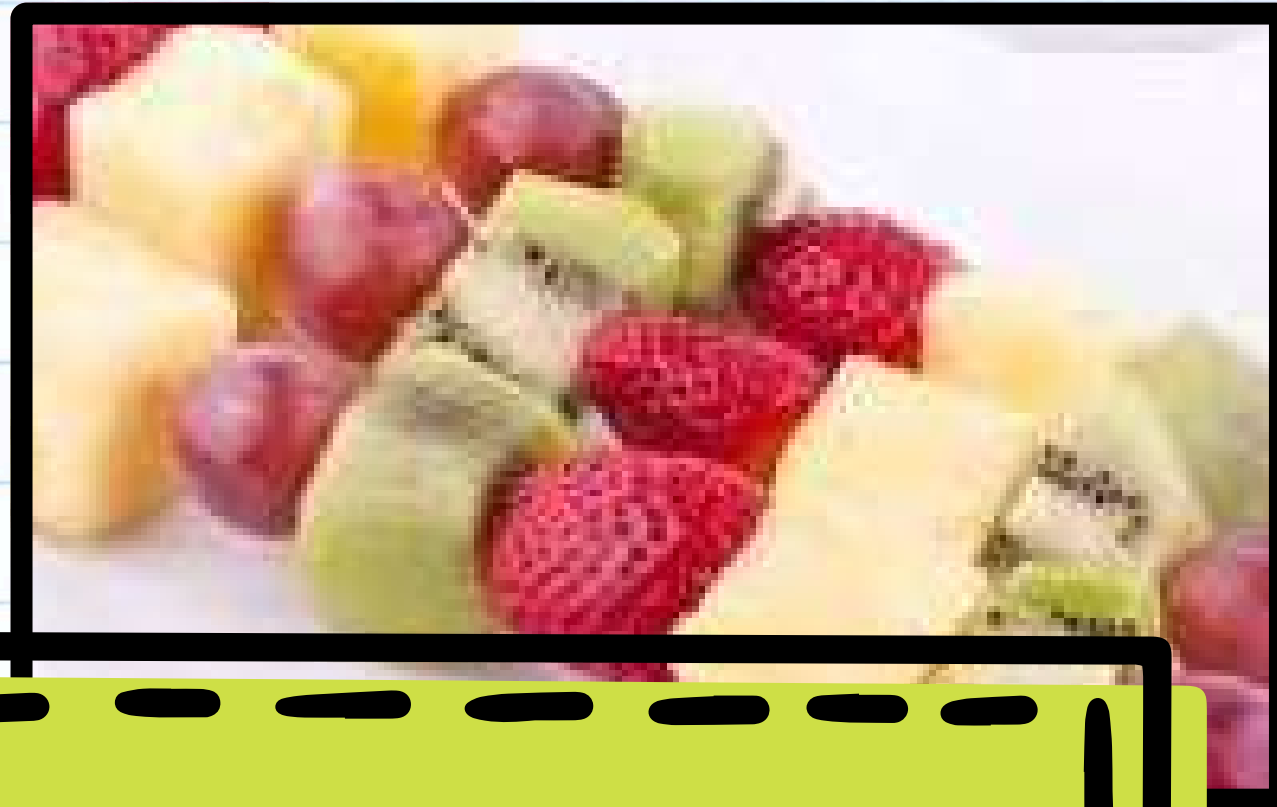
DESARROLLO: Se trata de una bandeja sensorial para conocer y experimentar la fruta de la piña en todas sus versiones.



@educarpensando
conelcorazon



BROCHETAS DE FRUTA



EDAD:Infantil y primaria

MATERIALES: trozos de diferentes frutas y palitos de madera

DESARROLLO: hacer brochetas de fruta, y como sorpresa...añadir sirope



@untrocitodenube



VAMOS A LA COMPRA



EDAD:Primaria

MATERIALES:

DESARROLLO: realizar la lista de la compra e ir a una tienda, mercado, supermercado... para realizar la compra .
Esta actividad nos sirve para trabajar el lenguaje y los conceptos lógico-matemáticos como el peso, cantidad, monedas...



@untrocitodenube



ENSALADA DE FRUTAS



EDAD: +3 años

MATERIALES: Frutas variadas, cereales, frutas, yourt... un recipiente para guardar tu ensalada.

DESARROLLO: Para preparar esta deliciosa ensalada, lo primero que deben hacer es elegir sus frutas favoritas y, con mucha paciencia, usar un cuchillo de plástico para cortarlas en trocitos pequeños sobre una tabla, manteniendo siempre sus dedos seguros. Una vez que tengan todos los colores listos en un bol, llega la parte más divertida: decorar su creación añadiendo cereales crujientes, sus frutos secos preferidos o una buena cucharada de yogurt para que quede cremosa y deliciosa. ¡Lo más importante es divertirse mezclando sabores y texturas para crear una merienda única hecha por ellos mismos!



@jugandoyaprendiendo.
conmigo



PEQUECHEF



EDAD: 3-5 años

MATERIALES: variado

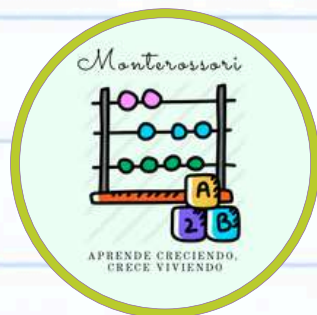
DESARROLLO:

Es una propuesta de taller para peques de 3 a 5 años donde cada semana realizarán una receta divertida. En ningún momento se emplearán electrodom de fuego y los ingredientes se basarán principalmente en fruta.

Los peques se ponen en el papel de chef, vistiendo su gorro de chef, su delantal, trapito, tabla, cubiertos...

La temáticas son variadas: animales, halloween, navidad, invierno....

Les anima a comer bien, es una oportunidad para la socialización y desarrollan motricidad fina



@monterossori



MI PLATO FAVORITO



EDAD: +5 años

MATERIALES: lápiz, pinturas, pegamento, revistas

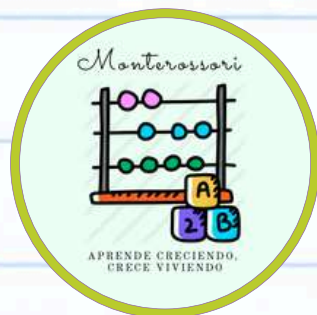
DESARROLLO:

Se entrega a los peques esta ficha y pueden desarrollarla de dos maneras:

1- Dibujando

2- Recortando y pegando alimentos de revistas o catálogos de supermercados

El objetivo es poder conocer al alumnado sobre sus gustos, la reflexión personal y comenzar con clasificaciones de sano y perjudicial, vegetal-carne-fruta....



@monterossori



DESAYUNO SALUDABLE



EDAD: 6 años

MATERIALES: fruta , en este caso plátano, fresa y caqui.:

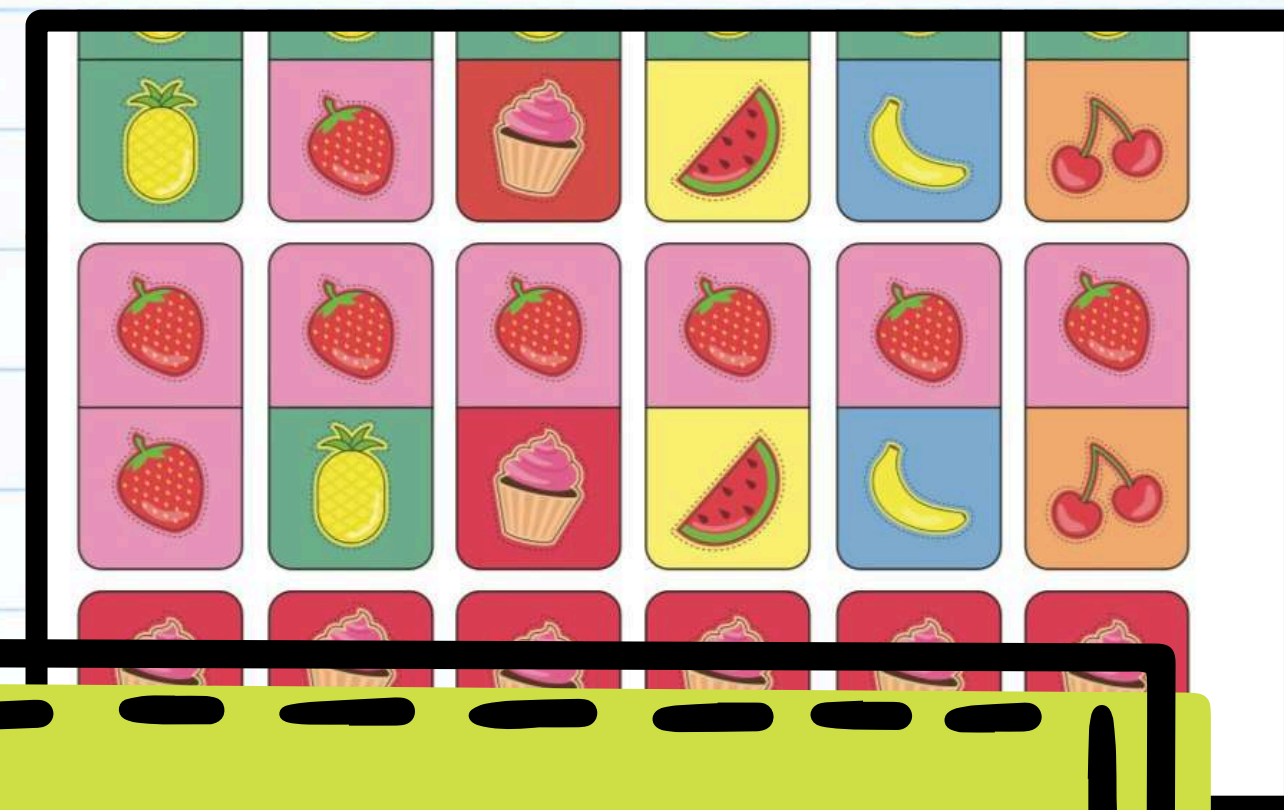
DESARROLLO: Una vez elegidas las frutas que queremos para nuestra brocheta cortamos en cuadrados o círculos y pinchamos (recomiendo quitar la punta para evitar accidentes). Está en este caso es de Halloween.



@maestrapriinf



DOMINO DE FRUTAS



EDAD: +4 años

MATERIALES: fichas del dominó

DESARROLLO: se trata de jugar al domino con figuras de frutas.



@maestrapriinf



**MUCHAS
GRACIAS**

