



ACTIVIDADES PARA TODOS LOS DÍAS

Actividad: Promoviendo estilos saludables

¡Hola! Es importante que niñas y niños se mantengan activos en casa, ya que esto ayuda a su desarrollo.

“Juguemos a cocinar”

- Seleccionemos alguna receta que podamos preparar todos juntos (hacer ensaladas de frutas, jugos de frutas, galletas, entre otras)
- Si tu hijo/a es pequeño busca la forma en que participe, incluso observando mientras le cuentas paso a paso lo que prepararás.
- Solo asegúrate de que la participación de ellos o ellas sea sin riesgo.
- Lávense muy bien las manos y hablen de la importancia de la higiene.
- Mientras cocinamos podemos hablar de los cambios de estado de los ingredientes, aprender sobre nociones de cantidades, conversar de texturas, sabores, olores, entre muchos otros aprendizajes.
- Cocinar juntos es un muy buen momento para compartir, para aprender, para divertirnos y comunicarnos ¡Manos a la obra!

Materiales: de acuerdo con la receta que defina.



Aprendizajes

Vínculos afectivos, motricidad, nociones matemáticas, ciencias, lenguaje.

