



The InvestiGator Club™ Prekindergarten Learning System

Investigaciones

PARA LOS
PROFESORES

Actividades integradas de exploración,
experimentación y descubrimientos



Parte 3 ¡Soy saludable!

Diga a los niños: *Ahora que hemos investigado todas las cosas que nos hacen especiales, ha llegado el momento de descubrir cómo cuidar nuestro cuerpo de manera que podamos crecer fuertes y estar siempre sanos y alegres. En esta actividad pensaremos sobre el tema, exploraremos y practicaremos medidas de seguridad e higiene. ¿Están listos? ¡Vamos a investigar!*

Health/Oral Language

Los niños profundizan las destrezas de escuchar mientras aprenden y practican hábitos y reglas de higiene.

Materiales

- artículos para la higiene diaria (cepillo de diente, tubo de pasta, jabón, peine y cepillo, champú, vaso plástico y una merienda saludable)
- Hoja de actividades: Hábitos de higiene para cada niño(a)

Puedo cuidarme

Diga a los niños que Dilly y los demás InvestiGators saben cómo cuidarse y atender sus necesidades diarias sin ayuda de los mayores. Se alimentan con comidas sanas, hacen ejercicios y nunca se olvidan de lavarse las manos y cepillarse los dientes. Diga: *Vamos a hablar de cómo nos cuidamos y qué hacemos para mantener la higiene diaria.*

- Muéstreles artículos relacionados con la higiene diaria. Dígales: *Podemos usar estos artículos para practicar nuestra higiene diaria. ¿Qué hacemos para mantenernos saludables?*
- Reparta los artículos entre los niños. Diga: *A Manny le gusta componer canciones y rimas para recordarle a sus amigos los hábitos de higiene. Hoy Manny nos enseñará la siguiente rima. Comparta con ellos la siguiente rima. Cada vez que se mencione una actividad de higiene, pida al niño(a) que tiene el artículo correspondiente a esa actividad que guíe al resto de la clase en una pantomima que represente cómo usar el artículo. (Nota: Diga a los niños que no se coloquen el cepillo dentro de la boca, ni se coman la muestra de merienda y que imiten que se están peinando pero sin tocarse el pelo con el cepillo o el peine.)*

Me cepillo mis dientes arriba y abajo,

(Pantomima de cepillarse los dientes.)

También los cepillo a un lado y a otro lado.

Lo hago por la mañana, por la tarde y por la noche

Así mis dientecitos están blancos y limpiécitos.

Puedo cuidarme (continuación)

Me mojo las manos y agrego jabón,

(Pantomima de lavarse las manos.)

Cepillo y restriego y lo sucio despego.

Cuando me enjuago, los gérmenes se han ido.

(Pantomima de enjuagarse las manos.)

Pues esos gérmenes no pueden vivir conmigo.

(Mueva la cabeza en señal de "no.")

Me lavo mi pelo hasta que brilla de limpio.

(Pantomima de lavarse el pelo.)

Me peino por el día y también por la noche.

(Pantomima de peinarse/cepillarse.)

Bebo mucha agua, también leche y jugos.

(Pantomima de beber.)

Como saludable y así me cuido.

(Pantomima de comer.)

- Diga a los niños: *Les pediré a algunos de ustedes que me representen las actividades de higiene que hemos comentado hoy. Escuchen con atención y cuando yo diga el nombre de una actividad de higiene, la representarán.* Llame a un niño(a) al frente y dele una instrucción de dos pasos. Pídale que no la represente hasta que usted no haya terminado de decirla.

Lávate la cara. Péinate.

Lava una manzana. Cómetela.

Vierte agua en un vaso. Tómatela.

Corre en el lugar. Bebe agua.

- Continúe con instrucciones de tres pasos:

Mójate las manos, agrega jabón y restriega.

Lávate la cara, cepíllate los dientes y péinate.

Vierte jugo en un vaso, tómatelo y lava el vaso.

- Invite a los niños a dar instrucciones de higiene. Pídales que se turnen para dar las instrucciones y representarlas.

- Reparta a cada niño(a) una copia de la Hoja de actividades: Hábitos de higiene. Dígales que la lleven a casa. Envíeles una nota a los padres pidiéndoles que ayuden a los niños a recortar las tarjetas para hacer un juego. Colocarán todas las tarjetas boca abajo y voltearán de dos en dos para emparejar las tarjetas que se corresponden. Cada vez que se empareje un par, el niño(a) nombrará la actividad de higiene que se representa.



Gross Motor Skills/Health

Los niños participan en diferentes ejercicios como motivación para prepararse y mantenerse en forma.

Materiales

- esterillas
- cinta adhesiva gruesa
- aros
- fotos de una rana, un canguro y un saltamontes
- plataforma o superficie dura
- bolsa de frijoles
- sogas largas
- tiras largas de papel maché
- tubos plásticos

Para niños de 3 años

Juegos con aros: Coloque esterillas en cada área de saltos.

Juegos con soga: Si es necesario, coloque la soga delante de cada niño(a) y dígame que la salte.

Nota: Estas actividades han sido adaptadas del programa especial de movimientos de la American Heart Association's "Jump Rope for Heart."

Jes de jugar

Anime a los niños a jugar y a hacer ejercicios para que fortalezcan sus músculos y sus órganos. Dígame: *A los amigos del InvestiGator Club les gusta jugar a saltar de diferentes maneras. A Rosalita y a JT les gusta saltar sobre los charcos. A Chuck Wood le gusta saltar desde lugares altos para caer como un superhéroe. Una vez Dilly y Manny estuvieron saltando sobre troncos toda la mañana. ¡Hoy practicaremos nuestras destrezas para saltar!*

Antes de comenzar esta actividad, prepare diferentes áreas de salto en el salón de clases. Tenga en cuenta las siguientes normas de seguridad:

- Debe haber suficiente espacio para realizar cada actividad sin peligro de chocar con objetos o unos niños con otros.
- Coloque esterillas blandas por si algún niño(a) se cae.
- Pida ayuda a adultos en las actividades de salto alto.

Prepare las siguientes áreas:

Jugar a saltar sobre Marque el área estableciendo distancias que los niños puedan alcanzar con sus saltos. También puede marcar el área con cinta adhesiva gruesa o colocar esterillas para que los niños salten en ellas.

Jugar a saltar como... Muestre fotos de una rana, un canguro y un saltamontes. Pida a los niños que salten como cada uno de estos animales.

Jugar a saltar dentro Coloque un aro en la base de una plataforma dura. Pida a los niños que salten y que caigan con los dos pies dentro del aro. (Necesitará supervisión de un adulto.)

Jugar a saltar la cuerda Dos adultos sostendrán la cuerda y la elevarán poco a poco en cada salto. Coloque una esterilla en el área de saltos. Los niños saltarán la cuerda y caerán sobre sus dos pies.

Jugar a saltar alto Los niños practicarán el salto alto intentando elevarse cada vez más. Coloque tiras de papel colgadas del techo a diferente altura y anime a los niños a tocarlas con cada salto.

Jugar a saltar los aros Coloque aros pequeños en fila y pida a los niños que salten de un aro a otro.

Jugar a saltar en círculo Amarre una bolsita de frijoles a un extremo de la soga. Pida a los niños que formen un círculo. Cerciórese de que hay suficiente espacio entre ellos. Un adulto se parará en el centro del círculo y hará girar la soga con la bolsita alrededor. Los niños saltarán cada vez que la bolsita llegue a sus pies para evitar que les pegue.

Anime a los niños a practicar en todas las áreas de saltos y a escoger después la favorita en la que quisieran jugar de nuevo. Designe un día para celebrar el "saltatón." Invite a familiares no sólo como espectadores sino para que participen de los juegos y animen y asesoren a los niños.

Los niños practican destrezas matemáticas mientras disfrutan de una merienda saludable.

Materiales

- platos de papel (1 por niño(a))
- ingredientes para dos o tres meriendas (vea sugerencias)
- cuchillos plásticos (1 por pareja)
- tarjetas (para jugar)
- Hoja de actividades: Preparar la merienda para cada niño(a)

Preparar la merienda

Diga: *Hoy vamos a hablar acerca de las meriendas que nos alimentan y son saludables. Cuando Dilly y los InvestiGators se reúnen en Circle Forest, se preparan y disfrutan saludables meriendas. Algunas veces Dilly trae frutas. La merienda favorita de Bruno Buzzbee es el sándwich de mantequilla de maní y miel. ¿Cuáles son las meriendas que más les gustan? Anime a los niños a mencionar algunas de las meriendas que más les gustan y comenten cuáles son más saludables que otras.*

Pida a los niños que trabajen en parejas para preparar una merienda saludable. Reparta los platos y cuchillos plásticos, así como también los ingredientes necesarios para la merienda: galletas con queso o tallitos de apio con queso crema y pasas. Reparta ingredientes suficientes para que cada niño(a) pueda preparar dos o tres meriendas.

- Después que los niños se hayan lavado y secado las manos, pídeles que preparen sus meriendas, esparciendo el queso sobre las galletas o untando con queso los tallitos de apio. Luego, pídeles que averigüen cuántas meriendas le corresponden a cada uno si las reparten de manera equitativa. Observe a los niños mientras trabajan.
- Mientras los niños disfrutan de sus meriendas, pregúnteles: *¿Cómo prepararon sus meriendas? ¿Qué hicieron para averiguar cuántas meriendas le correspondía a cada uno?*

Cuando hayan terminado, anímelos a jugar. Prepare un juego de tarjetas en el que cada tarjeta muestre una parte de un sándwich. Para completar cada sándwich se necesitarán cuatro tarjetas: dos mostrarán las rodajas de pan, una mostrará la mantequilla de maní y la otra, mermelada.

- Muéstrelas las tarjetas mientras comentan cómo preparar un sándwich para la merienda. Pregunte: *¿Cómo hacemos un sándwich de mantequilla de maní y mermelada? ¿Qué hacemos primero? ¿Qué hacemos después?* Cerciórese de que los niños comprenden que necesitan dos rodajas de pan para hacer un sándwich, así como también, un poco de mantequilla de maní y de mermelada.
- Invite a los niños a ponerse de pie y pasarse las tarjetas para que las observen. A la señal de *¡Ya!* los niños formarán grupos y prepararán sus sándwich poniendo en orden las tarjetas. Compruebe el trabajo de cada grupo. Vuelva a repartir las tarjetas y repitan la actividad.
- Pida a cada niño(a) que complete la Hoja de actividades: Preparar la merienda.



Los niños aprenden una forma divertida de lavarse las manos

Materiales

- líquido o espuma de jabón
- toallas de papel
- aceite de cocinar o vaselina
- canela

¡Fuera los gérmenes!

Diga a los niños: *Como Dilly y sus amigos están investigando y tocando las cosas con las manos, se cuidan lavándose las manos con agua y jabón para eliminar los gérmenes y la suciedad.*

- Comience esta actividad diciéndole a los niños que deben tener las manos limpias. Pídales que usen jabón líquido o espuma para lavarse y enjuagarse bien las manos.
- Explíqueles: *Ensuciarnos las manos y acumular gérmenes es muy fácil. Como los gérmenes no se ven, muchas veces pensamos que tenemos las manos limpias, pero no es así.*
- Explíqueles que juntos harán una investigación acerca de los gérmenes. Esparza un poco de aceite o vaselina en las manos de algunos niños. Agréguele una pizca de canela para que se les pegue en las manos. Diga: *Imaginemos que la canela representa los gérmenes.*
- Pídales que le den la mano a otros niños que tengan las manos limpias. Pregunte: *¿Qué le ocurrió a las manos limpias de tu compañero(a)? ¿Se pasaron los gérmenes a las manos de tu compañero(a)?*
- Explique a los niños que si no tenemos nuestras manos limpias le podemos transmitir los gérmenes a otras personas. Pregunte: *¿Qué podemos hacer para eliminar los gérmenes?* Enfatique en la importancia de lavarnos las manos con abundante agua y jabón, y de mantener las manos sucias alejadas de nuestros ojos, boca, oídos y la cara en general.
- Invite a todos los niños a lavarse las manos de nuevo. ¿Qué tiempo es suficiente para lavarnos las manos? Pídales que canten la canción ABC dos veces o que cuenten hasta 20 segundos. Entonces, podrán enjuagarse bien las manos y secarlas.



Los niños se mueven al compás de la música en una divertida actividad que incluye crear un baile con sus nombres.

Materiales

- música grabada de estilos diferentes

¡Muévete con ritmo!

Diga a los niños: *Rosalita Sausalita no es la única de los InvestiGators que le gusta bailar. Dilly, JT, Manny, Chuck y Bruno disfrutan bailar en cuanto escuchan la música. ¿Quién quiere bailar como los InvestiGators?*

- Toque música movida y pida a los niños que sigan las instrucciones para moverse:

*muévete, muévete
trota que trota
agáchate y salta*

*salta en un pie
date la vuelta
mueve tu cuerpo arriba y abajo*

- Cambie la música a un ritmo más lento y cambie las instrucciones a:

*salta una vez y agáchate
estírate un poco y date una vuelta
flota como una nube
muévete como la brisa*

*inclínate hacia adelante y hacia atrás
agáchate y mueve los brazos
vuela como la mariposa
camina en la punta de los pies con los brazos sobre la cabeza*

¡Bailemos el Dilly!



- Invite a los niños a crear sus propios bailes. Presente la actividad con la siguiente canción:

*Hagamos el baile de los nombres.
Todos queremos una oportunidad.
Muévete un poco, baila un poco más.
¡Y este baile, tu nombre tendrá!*

- Toque música grabada. Diga a los niños: El primer baile tendrá mi nombre. Comience los movimientos y pida a los niños que los sigan. Diga: *¡Bailemos todos el (Miss Amanda)!*
- Invite a cada niño a guiar a los demás en los movimientos de su propio baile. Luego diga: *¡Bailemos todos el (Eli)!*

Los niños interpretan roles para conocer la importancia del número 911 y cómo actuar ante una emergencia.

Materiales

- mural
- marcadores
- teléfono de juguete

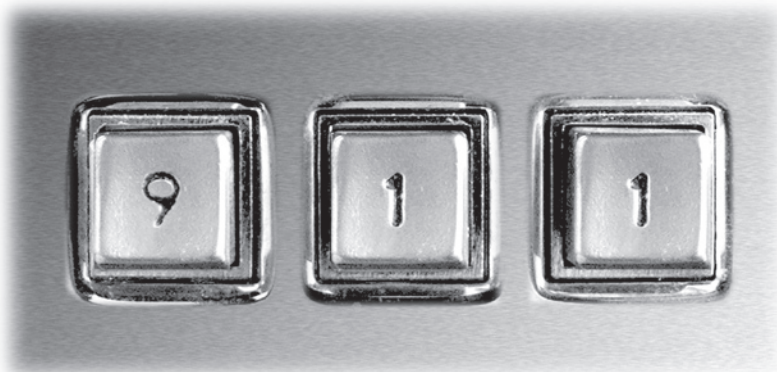
Nota: Preste especial atención a los niños que se asusten con este tipo de actividades. Individualice la instrucción para que se sientan más protegidos. Si lo desea puede invitar a un bombero, un médico o un policía para que les hable a los niños sobre cómo actuar en los casos de emergencia.

¡Emergencia!

Para comenzar esta actividad, dibuje un teléfono grande en que se vean bien los números. Destaque los números 1 y 9. Muestre el cartel y reúna a los niños. Dígalos: *Bruno Buzzbee siempre aparece cuando los InvestiGators necesitan ayuda. Bruno es muy rápido y sabe qué hacer en caso de una emergencia.* Explique a los niños que una emergencia ocurre cuando alguien se encuentra en problemas y necesita ayuda de inmediato. Enfaticé en que existen varios tipos de emergencias, por ejemplo, cuando alguien ha sufrido un accidente o se ha caído o cuando una persona se siente muy enferma. Los incendios, los terremotos y las inundaciones son también tipos de emergencias.

- Muestre a los niños el cartel del teléfono. Dígalos que si están en casa y ocurre una emergencia, pueden llamar al 911 para pedir ayuda si ningún adulto puede hacerlo. Invítelos a acercarse al dibujo y tocar el 9, el 1 y otra vez el 1. Explíqueles que una persona contestará la llamada y preguntará qué tipo de emergencia es. Dígalos que es muy importante que sepan cuál es la dirección de su casa, pues en caso de una emergencia se la preguntarán.
- Diga a los niños que imaginen que hay un fuego en sus casas mientras duermen. Dígalos que actúen cómo harían para salvarse de las llamas.
- Imité el sonido de un detector de humo para que los niños se despierten. Luego, guíelos en cómo agacharse y acercarse hasta la puerta para saber si hay fuego del otro lado antes de abrirla.
- Practiquen: para, agáchate y da vueltas.
- Pida a un niño(a) que marque el 911 en un teléfono de juguete. Recuérdeles que el 911 es sólo para casos de emergencia.

Si la escuela está en un área de tornados o terremotos, escoja otro día para practicar cómo evacuar en caso de emergencia. Diga a los niños que se mantengan alejados de las ventanas, puertas de cristal y de los estantes. Enséñeles cómo refugiarse debajo de una mesa, en el pasillo bajo techo o en las zonas designadas por la escuela para este tipo de casos. Dígalos que siempre que estén en una evacuación, traten de cubrirse la cabeza y el cuello con las manos para evitar heridas.



Los niños investigan los artículos de primeros auxilios mientras cuidan de una papa que se ha lastimado.

Materiales

- artículos de primeros auxilios (curitas, gasa, cinta adhesiva, bolitas de algodón)
- papa (ñame, zanahoria o cualquier otra vianda) (1 para cada niño(a))
- cuchillo

Los primeros auxilios

Para comenzar esta actividad, haga varios cortes con el cuchillo en la piel de la vianda o vegetal que escoja cada niño. Haga algunos cortes más grandes que otros. Reparta las viandas.

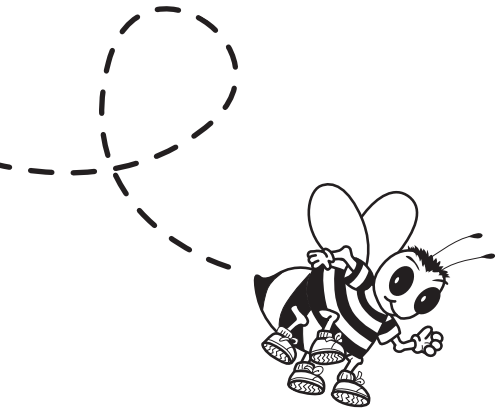
- Explique: *La papa tiene piel igual que nosotros. Tal y como nuestra piel cubre y protege nuestro cuerpo, la piel de la papa cubre y protege su interior.*
- Pida a los niños que examinen las papas. Pregunte: *¿Ven algún corte en la piel de la papa? Ese corte es igual al que nos daríamos en nuestras rodillas o codos si nos caemos.* Explíqueles que en esta actividad se encargarán de cuidar la papa mientras aprenden sobre cómo administrar los primeros auxilios.
- Muéstreles e identifíqueles materiales para primeros auxilios: *gasa, cinta adhesiva, curitas y bolitas de algodón.* Pregunte a la clase si algún niño(a) tiene puesta una curita ese día y por qué. Demuestre cómo usar los instrumentos de primeros auxilios en una papa. Actúe cómo usar una bolita de algodón para limpiar la herida y luego aplicar una curita. Si la herida es grande y profunda, necesitará colocar gasa y pegarla con la cinta adhesiva.
- Pídeles que cuiden sus papas, limpiando el área de la herida y que decidan qué tipo de adhesivo usarán, si una curita o una gasa.
- Dígales que se lleven la papa a la casa y que les expliquen a sus familias los primeros auxilios que aprendieron en la escuela.
- Para ayudarlos a recordar los pasos a seguir en los primeros auxilios, dígales que Manny Salamander creó una canción para ellos:

Me caí y me lastimé la rodilla.

Me duele, me duele.

Mamá, enseguida, me limpió la herida

y cuando estuvo limpia me puso una curita.



Los niños aprenden acerca de la cooperación y cómo compartir mientras hacen ejercicios con música.

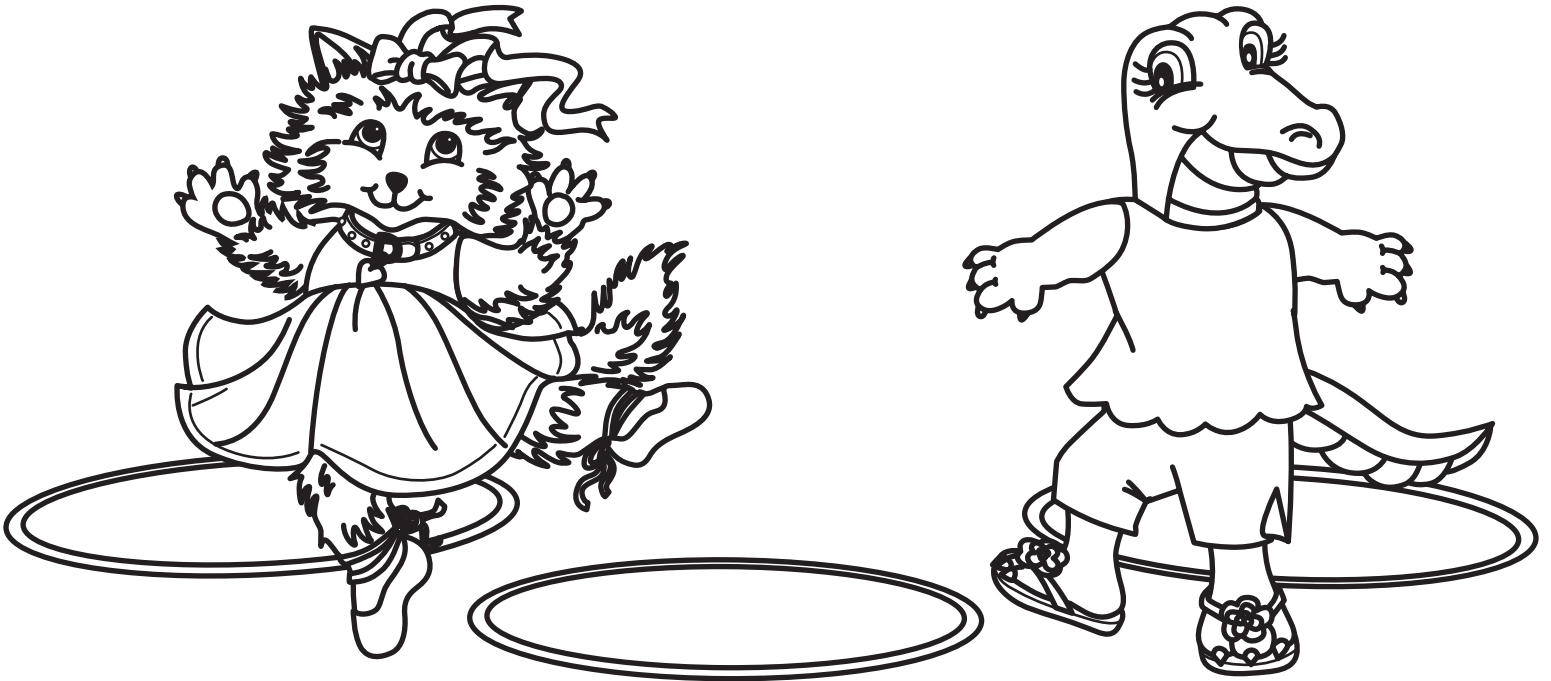
Materiales

- música rápida
- aros de hula hoops

¡Al ritmo de la música!

Diga a los niños: *A Rosalita le gusta enseñarle nuevos pasos de baile a los InvestiGators. Siempre les dice que bailar es una forma divertida de hacer ejercicios. Invite a los niños a experimentar con movimientos de baile que se les ocurran.*

- Antes de comenzar, coloque varios aros de hula hoops en el área de baile. Dígalos que, cuando escuchen la música, bailarán alrededor de los aros. Pero en cuanto la música pare, tendrán que meterse dentro de un aro. Explíqueles: *Hay menos aros que niños por lo que tendrán que compartir el espacio de los aros con sus compañeros.*
- Comience la música. Al cabo de unos minutos, párela. Anime a los niños a ayudarse unos a otros para que todos estén dentro de los aros.
- Cuando comience la música de nuevo, quite otro aro. Repita el paso anterior. Recuérdeles que deberán ayudarse para que todos puedan estar dentro de los aros.
- Repita esta actividad hasta que queden unos pocos aros. Cuando la música pare, sugiérale a los niños que coloquen sólo un pie dentro del aro, o un brazo o un codo para que todos puedan compartir el espacio.



Los niños disfrutan de un cuento tradicional y después podrán clasificar los alimentos como "riquísimos" o "simplemente OK."

Materials

- copia de la versión en español de *The Gingerbread Man* (*Hombrecito de jengibre*)
- materiales para apoyar la lectura del cuento, estuche para el almuerzo (opcional)
- flanelógrafo u organizador con bolsillos
- galleticas de jengibre (1 para cada niño(a))
- pliegos grandes de papel, marcadores
- Hoja de actividades: ¿Ríquísimo o simplemente OK? para cada niño(a)

¿Ríquísimo o simplemente OK?

Antes de contarles la historia del *Hombrecito de jengibre*, reúna materiales que sirvan de apoyo a la narración: ilustraciones de un hombrecito de jengibre, fotos de un anciano, una anciana, un cerdo, una vaca, un caballo y una zorra. Pegue un trocito de felpa detrás de cada ilustración y colóquelas en el estuche para el almuerzo. Sáquelas a medida que cuenta la historia y péguelas en el flanelógrafo.

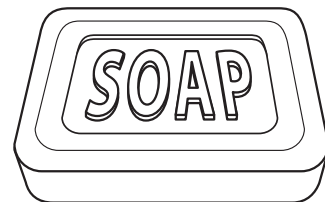
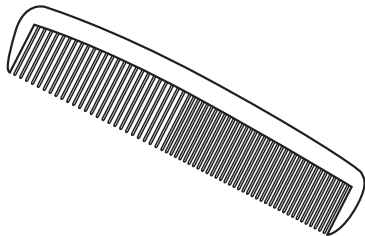
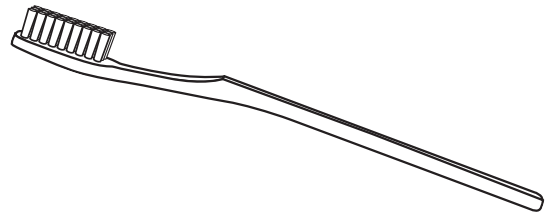
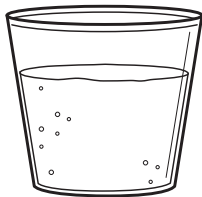
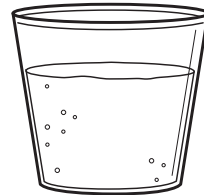
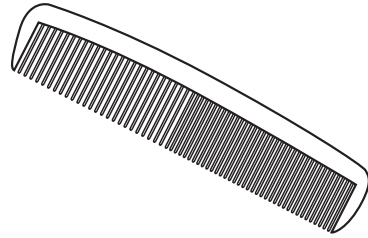
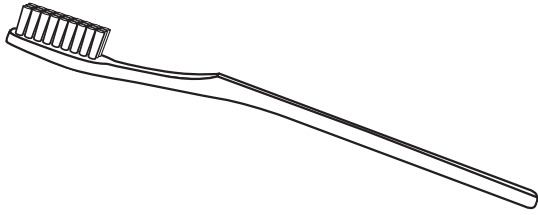
Diga a los niños: *Great Auntie Lu es muy buena contando cuentos. Todos en Triangle Beach la conocen y se detienen a escuchar sus relatos con mucho interés. Great Auntie Lu le contó, hace a poco, a Dilly y a JT la historia del Hombrecito de jengibre. Escuchen.*

- Lea su versión favorita del *Hombrecito de jengibre*.
- Si está usando materiales de apoyo, colóquelos en el flanelógrafo o en el organizador de bolsillos a medida que lea el cuento.
- Cuando termine la lectura, pregunte: *¿Cómo creen que se sintieron el anciano y la ancianita cuando el hombrecito de jengibre se escapó? ¿Por qué querían atraparlo? ¿Por qué el cerdo, la vaca y el caballo querían atraparlo? ¿Por qué la zorra se ofreció para ayudar al hombrecito de jengibre a cruzar el río?*
- Invite a los niños a usar los materiales de apoyo para contar este cuento.
- Recuérdeles que los animales de este cuento querían atrapar al hombrecito de jengibre para comérselo. Todos pensaban que sabría riquísimo. Reparta galleticas para que los niños las prueben. Anote los resultados en un pliego de papel. Diga a los niños que coloquen una X en la columna *Ríquísimo* o en la *Simplemente OK* según les parezca.
- Comenten acerca de otros alimentos que conozcan. A medida que nombran otras comidas, pregunte: *¿Quién la ha probado? ¿Quiénes creen que (la mantequilla de maní) es riquísima? ¿Quiénes creen que (la ensalada de atún) es simplemente OK?* Invite a los niños a responder levantando las manos. Distribuya copias de la Hoja de actividades: ¿Ríquísimo o simplemente OK?. Pídales que dibujen ilustraciones de comidas que hayan probado en la clase. Invítelos a clasificarlas como *Ríquísimo* o *Simplemente OK* colocando una X debajo de cada una.

Name _____

Hábitos de higiene

Recorta las tarjetas para emparejarlas según corresponda.
Menciona el hábito de higiene que corresponde a cada par.



Investigación: ¡Soy especial!/Parte 3

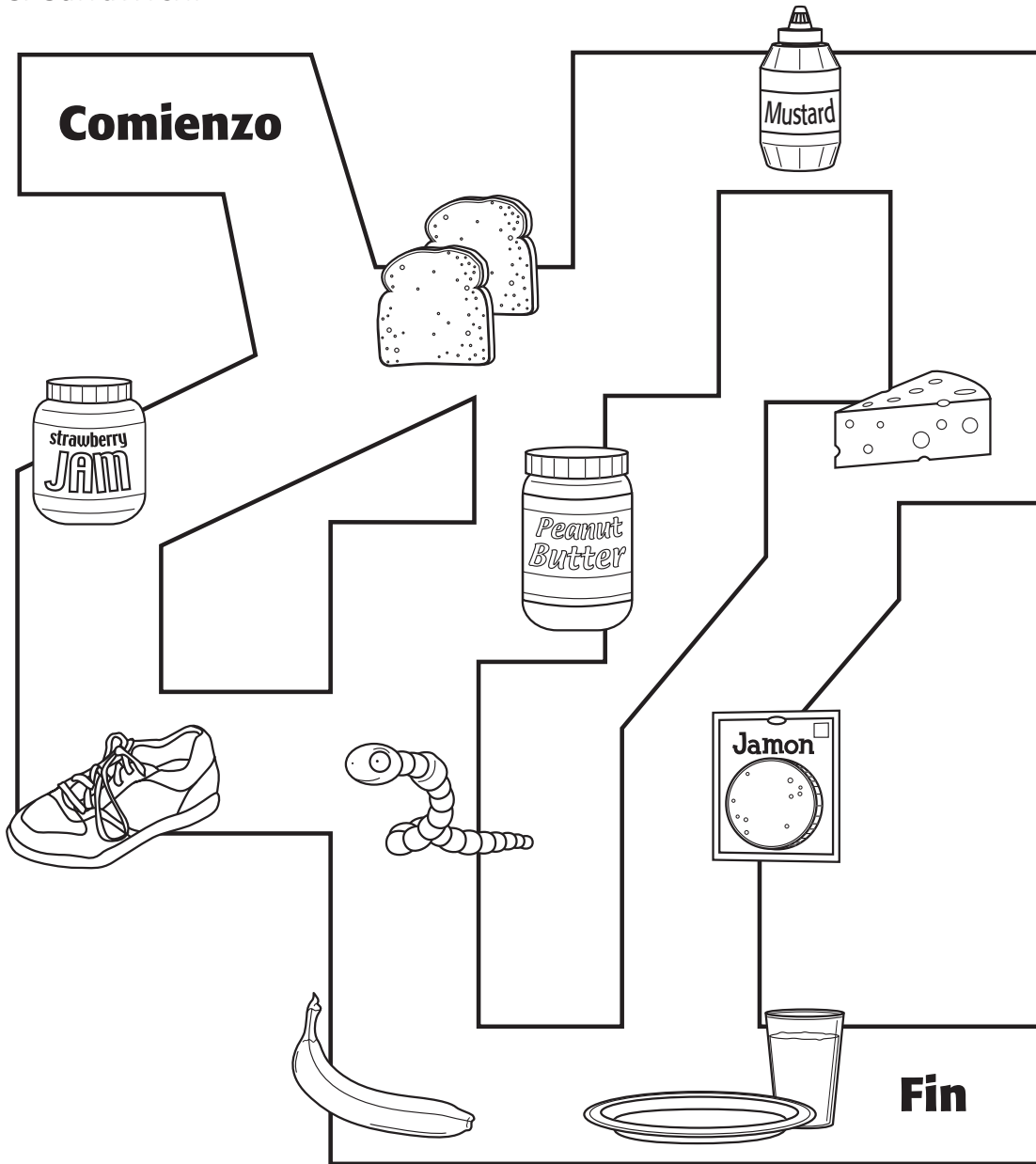
www.investigadorclub.com



Name _____

Preparar la merienda

Quieres hacer un sándwich. Traza los pasos en el orden correcto para hacer el sándwich.



¿Cuál es tu sándwich favorito? _____

Investigación: ¡Soy especial!/Parte 3

www.investigadorclub.com



Name _____

¿Riquísimo o simplemente OK?

Dibuja ilustraciones de comidas que hayas probado. Pon una X bajo *Riquísimo* o *Simplemente OK* según corresponda.

Comida	Riquísimo	Simplemente OK

Investigación: ¡Soy especial!/Parte 3

www.investigadorclub.com

