Bitácora de exploradores

Educación inicial

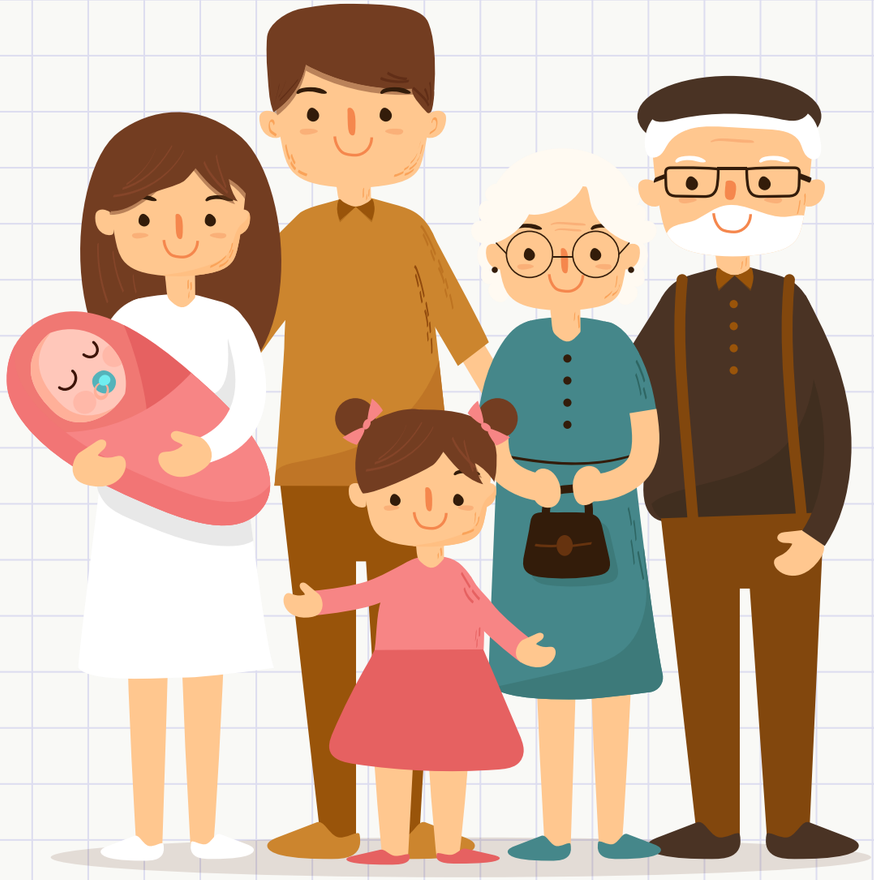
Dirección de Bienestar Estudiantil

Dirección de Educación Preescolar y Básica

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN

BOGOTÁ

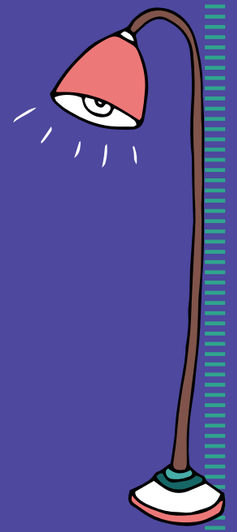


Retrato de los exploradores

Nombre de las y los exploradores

Antes de iniciar la aventura

Uno de los espacios más importantes en la vida de las niñas y los niños es su hogar, su casa. En ella comparten y viven con quienes los cuidan y son sus referentes para construir hábitos y acciones de cuidado de sí, de los otros y de lo otro, además de identificar aquello que los hace sentir seguros y lo que no, para buscar ayuda, comunicarlo o tomar decisiones autónomas frente a la situación o lugar. Lo anterior tiene que ver con la forma en que cada familia construye su espacio, a partir de rutinas y rituales que incluyen la manera de habitar el hogar, decidir sobre los objetos que ubican en los espacios, las formas en que experimentan el momento de la alimentación y los sitios destinados para que las niñas y los niños jueguen o no, entre otras decisiones cotidianas.



Así, la casa tiene que ver con varios factores: las emociones -¿cómo me siento allí? ¿Puedo hablar y soy tenido en cuenta para la toma de decisiones?-, la disposición física -¿podemos estar y transitar protegidos de peligros prevenibles?-, la libertad de construir identidad en medio de un colectivo -¿tenemos espacios para ser y estar desde nuestra autenticidad?-, y con la construcción de hábitos y comportamientos saludables, que tienen su origen en las costumbres de cada familia, en lo que consideran sano o saludable y, además, en la atención que le prestan al alimento y a la manera en que lo comparten.

Esta bitácora busca promover acciones en familia, mediadas por las interacciones creativas y la exploración, vinculadas a los ambientes seguros y protectores y a la alimentación saludable. Los invitamos a probar las experiencias y enriquecerlas en equipo.

¡Bienvenidas familias!

Bitácora de **exploradores**

Mapa del recorrido

1

¡Nos vamos de safari!

Apropiación y construcción de un espacio seguro

Primera travesía: en la casa
Segunda travesía: en la calle

2

Menú de experiencias con los alimentos

En esta casa nos alimentamos de manera saludable

Primera experiencia: Un té de lágrimas
Segunda experiencia: Exploremos la nevera y los lugares donde guardamos los alimentos
Tercera experiencia: El recetario de la familia
Cuarta experiencia: ¡Llegó la hora de comer!

3

Cómo seguir explorando en familia

I

Nos vamos de safari

El safari es una expedición o un viaje para explorar y escudriñar lugares nuevos o ya visitados con anterioridad, pero con ojos de curiosidad, y con la consigna: *¿cómo podemos vivirlos de otras maneras?*

Los invitamos a conectarse con el alma de explorador y convertir la casa y la ciudad en lugares para irse de safari familiar.

Primera travesía: en casa

La primera invitación es a transitar y observar la casa para identificar los espacios que son seguros y los que no, con el fin de transformarlos y mantenerlos en armonía.

NECESITAMOS

Señales para recorrer la casa

(⭐ Fichas de viaje)
Pueden crear las propias en familia y usar las que aparecen al final de esta travesía.

Gafas para ver mejor

(Construidas por la familia, con materiales reciclables).

Esta bitácora de los exploradores.

Lápiz o esfero para escribir o dibujar

Maletas o baldes para recolectar cosas

I

¿Qué vamos a hacer?

Ya que tenemos el equipaje listo, comencemos un recorrido por la casa, con ojos y sentidos atentos. La idea es que en familia recorramos todos los espacios de la casa, y los señalemos con ayuda de las tarjetas previamente recortadas, eligiendo la mejor para cada lugar. Haremos el recorrido hasta que se abarquen todos los espacios del hogar.

Sigamos estos pasos

1. Observemos y escuchemos:

Como los exploradores de un safari, vamos a llegar a todos los lugares con los ojos bien atentos y buscaremos entre la baraja de señales cuáles se pueden usar en cada espacio y por qué.

Se escucharán unos a otros muy atentamente, llenarán la tarjeta y la pondrán en un lugar visible.

Mientras hacemos el recorrido, podemos recoger los objetos que no pertenecen a cada lugar, para ubicarlos en donde pertenecen.

Tomemos nota de los cambios que queremos hacer

2. Tomemos decisiones saludables:

Una vez terminemos la travesía, conversemos a partir de las siguientes preguntas:

¿Qué espacios podemos transformar para sentirnos seguros en casa?

¿Qué les gustaría que pasara allí?

¿A quiénes les corresponde dicha transformación?

3. Nos disponemos para...

Ahora que nos pusimos de acuerdo sobre qué cambios hacer y cómo cuidarnos en casa, escribiremos un pacto familiar en el que registremos los acuerdos para mantener los lugares en orden, hacerlos más seguros y entre todos cuidarnos y cuidar el espacio.

Estos son nuestros acuerdos:

4. ¿Aprendimos algo nuevo de las niñas y los niños?

- ¿Cómo lograron construir con las niñas y los niños un lugar distinto?
- ¿Recuperaron algunos espacios que tenían olvidados?

Un espacio para registrar hallazgos

_____ _____

_____ _____

_____ _____

_____ _____

_____ _____

Recordemos:

Todos en el hogar necesitamos:
Tiempos y espacios para estar solos
Tiempos para compartir
Respetar los acuerdos construidos entre todos

Fichas

- Diligenciemos y creemos las fichas para nuestra travesía.

Estos elementos son de especial cuidado porque:

_____

_____

_____

(Tijeras, líquidos de limpieza, medicinas, cuchillos)

En este espacio puedo estar solo porque:

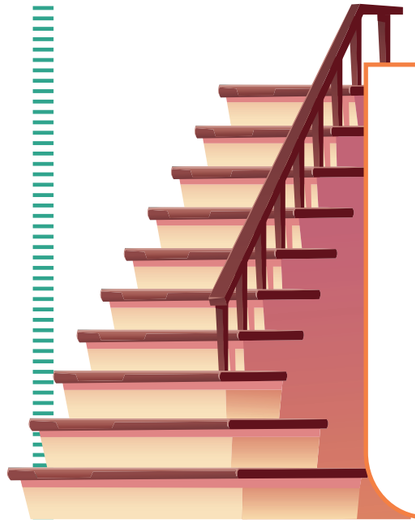
_____

_____

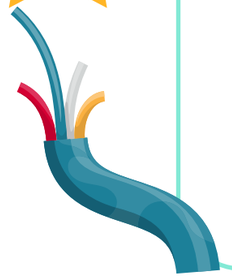
_____

Aquí debemos movernos con cuidado porque:

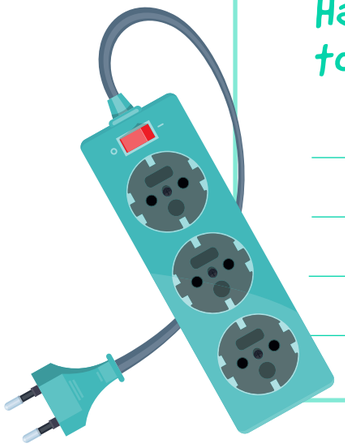
(Escaleras, patio, ventanas)



Aquí podemos jugar. Cuando juguemos nos cuidaremos así:



En este espacio las niñas y los niños, deben estar acompañados, porque:



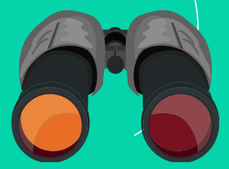
Hay que tener cuidado con los tomacorrientes, porque:

Segunda travesía: en la calle

NECESITAMOS

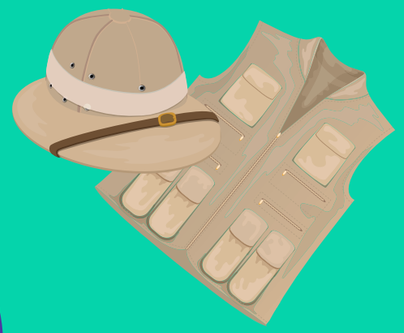
Un kit de exploración

Gafas para ver mejor
(Construidas por la familia).



Un teléfono móvil para captar fotos de la travesía
(Si el espacio a explorar es seguro).

Ropa cómoda para explorar.



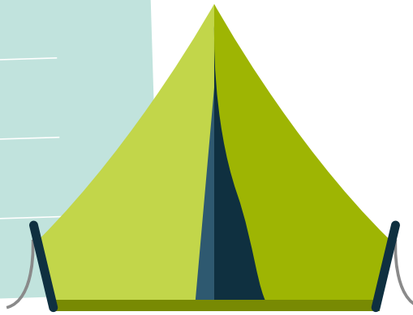
Un tapabocas para cada uno.

Gel o alcohol para mantener las manos limpias.

¿Qué vamos a hacer?

Ahora, acordemos qué lugares queremos visitar, como el parque, dar una vuelta a la cuadra, ir al mercado, el barrio, entre otros... ¡A donde la imaginación y los planes nos lleven!

Lista de lugares para visitar en familia



Luego de escoger uno de esos lugares y tener el equipaje listo, comencemos el recorrido con ojos y sentidos atentos.

Sigamos estos pasos:

1. Observemos y escuchemos:

Antes de salir de casa, hagamos entre todos un "recorrido mental" del camino hacia donde nos dirigimos y el lugar en donde estaremos.

- Mientras lo hacemos, podemos identificar posibles riesgos y cómo podemos prevenirlos.

* Podemos dibujar otros recorridos a otros lugares y agregar más hojas.

Dibujemos el recorrido desde nuestra casa hasta el lugar que visitaremos, y sus riesgos.

2. Tomemos decisiones saludables:

Entre todos recordaremos los acuerdos para prevenir los posibles riesgos, como: pasar la calle por la cebra (o por las esquinas mirando a ambos lados antes de cruzar), esperar a que el semáforo se ponga en rojo, evitar botar basura en las calles, respetar a los animales que viven en la calle, entre otros.

Podemos escribir, o grabar un audio o un video, para recordar los acuerdos, y así tenerlos presentes en cualquier momento.

3. A la hora de salir:

Creemos formas divertidas para transitar por el espacio y observar qué ocurre a nuestro alrededor.

¡Juguemos a...!

- Buscar las líneas de los andenes y saltarlas.
- Encontrar colores específicos en las casas.
- Al que menos toque superficies en la calle, como barandas, rejas, puertas, entre otras cosas.

¿Qué otros juegos se les ocurren en familia?

No olvidemos

Mantener puesto el tapabocas, mantener las manos lejos de la cara y limpiarlas de vez en cuando con alcohol o gel antibacterial.
Al final de cada juego debemos limpiarnos bien las manos.
Los pequeños deben ir de la mano del adulto que acompaña el recorrido.

*** Recordemos registrar el recorrido a través de fotos, videos o audios.**

4. ¿Aprendimos algo nuevo de las niñas y los niños?

Aprovechen este espacio para ver en familia las fotos y los videos de la travesía y conversar sobre:

- ¿Cómo se sintieron sobre el espacio que visitaron?
- ¿Encontraron alternativas para prevenir riesgos en la calle?
- ¿Cómo se cuidaron?
- ¿Qué escucharon en los diferentes espacios? ¿Qué les gustó de la visita? ¿Qué no tanto?

Un espacio para registrar hallazgos:

Recordemos

- Todos en familia nos cuidamos y estamos atentos en la calle.
- Es necesario estar alerta de los riesgos que hay en la calle y conversar con las niñas y los niños sobre cómo prevenirlos.
- Hacer salidas cortas para ir preparando a las niñas y a los niños para el retorno tranquilo y seguro a la cotidianidad. Recordemos que todos podemos experimentar ansiedad al salir de nuevo a la calle con nueva indumentaria: tapabocas y kit de limpieza.

2 Un menú de experiencias con los alimentos

2

Conversemos alrededor de los alimentos y compartamos nuestras vivencias.

Conversemos en familia

Pensemos en la hora de comer: en la anterior comida que tomamos:

- ¿Cómo nos sentimos?
- ¿Con quién estábamos? ¿En dónde?
- ¿A quién o a dónde mirábamos?
- ¿En qué pensábamos?

Alimentarnos en familia es toda una aventura: es preguntarnos por aquellas experiencias que alimentan el corazón, el afecto, y también el cuerpo, para que estemos sanos. *¿Qué tal si exploramos las diversas maneras que tenemos para recibir la energía y los nutrientes suficientes para construir hábitos saludables que nos permitan crecer, querernos y comer en familia?*

2

La invitación:

Recordar las formas en las que participan en los momentos de la alimentación y la experiencia y sensaciones de los integrantes de la familia, a la vez que revisan sus hábitos de alimentación.

Para ello, les proponemos un menú de experiencias con los alimentos. ¡Los invitamos a revisar la carta!

¿Qué necesitamos?

- Elegir un momento de la semana en el que vamos a compartir el alimento con las niñas y los niños de varias maneras.
- Escoger en familia una de las experiencias que proponemos en el menú.

¿Qué vamos a hacer?

- Como entre todos hemos escogido el momento familiar para cocinar, y una de las experiencias ofrecidas en el menú, vamos... ¡Manos a la obra!

2

Primera experiencia: Un té de lágrimas

¿Qué vamos a hacer?

Cocinar es una experiencia en la que se usan ingredientes y se siguen unos pasos para que salga la preparación buscada. En esta ocasión, los niños y niñas con sus familias usarán su imaginación para crear preparaciones que alimenten sus emociones, para incentivar la alegría y los sueños, pero también para enfrentar sensaciones como el miedo, la tristeza o la rabia.

2

Observemos y escuchemos:

Leamos en familia el siguiente cuento.

Té de lágrimas

Búho tomó la tetera de la alacena.
Esta noche voy a hacer el té de lágrimas, dijo.
Puso la tetera en su regazo.
Ahora, dijo Búho, voy a comenzar.

Búho se sentó muy quieto.
Empezó a pensar en cosas muy tristes.
Las sillas con las patas rotas, dijo Búho.
Sus ojos empezaron a aguarse.

Canciones que no pueden ser cantadas, dijo Búho,
porque se han olvidado las palabras.
Búho comenzó a llorar.
Una gran lágrima rodó y cayó en la tetera.

Cucharas que cayeron detrás del horno
y nunca volvieron a verse, dijo Búho.
Más lágrimas cayeron en la tetera.
Libros que no pueden ser leídos, dijo Búho,
porque se han arrancado algunas páginas.
Relojes que se han detenido, dijo Búho,

2

sin nadie cerca para darles cuerda.
Búho estaba llorando.
Muchas lágrimas grandes cayeron en la tetera.
Mañanas que nadie vio
porque todos estaban durmiendo, sollozó Búho.

Puré de papas dejado en un plato, lloró,
porque nadie quería comerlo.
Y lápices que son demasiado cortos para ser usados.

Búho pensó en muchas otras cosas tristes.
Lloró y lloró.

Pronto, la tetera se llenó de lágrimas.

Listo, dijo Búho.
¡Ya está!
Búho dejó de llorar.
Puso la tetera a hervir para el té.
Mientras llenaba su taza, Búho estaba feliz.
El sabor es un poco salado, dijo,
pero el té de lágrimas siempre es bueno.

Lobel, Arnold. "Búho en casa".
Barcelona, España: Ediciones Ekaré, 2000

2

2. Ahora, conversemos un rato

Así como Búho hizo un té de lágrimas para sacar su tristeza, qué se nos ocurre preparar para:

- Poner feliz el corazón.
- Soñar tranquilamente.
- Entender la rabia.
- Combatir el miedo.

¿Qué otras recetas se nos ocurren?

2

3. Tomemos decisiones saludables

Las emociones son parte de la salud, por eso jugamos a imaginar cómo preparar recetas con ellas.

¿Qué pueden hacer para continuar expresando las emociones?

2

4. Nos disponemos para...

Ahora, hagamos realidad una de las recetas inspiradas en el té para lágrimas.

Tomemos fotos mientras la practican; así las recordaremos mejor.

2

5. ¿Aprendimos algo de las niñas y los niños cocinando con ellos al modo de Búho?

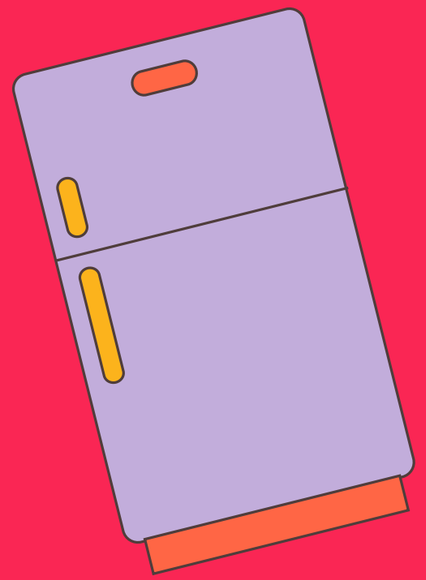
¿Cuáles de las recetas quieren seguir practicando?

Recordemos

- Cuidarse en familia significa "preparar" acciones para atender y manifestar variedad de emociones y sensaciones. Además de divertido, es una oportunidad para expresarse.
- La imaginación es uno de los ingredientes importantes para cocinar y jugar en familia.

2

Segunda experiencia: exploremos la nevera y los lugares donde guardamos los alimentos



Los niños y las niñas no son visitantes habituales de las alacenas o de las neveras y puede ser una gran aventura para que entre todos miremos qué hay allí, qué sabores se esconden detrás de los alimentos y de las preparaciones, qué es lo que más se compra y qué es lo que menos hay. Intentemos armar un arcoíris con algunos de los alimentos que tenemos en casa.

2

1. Observemos y escuchemos:

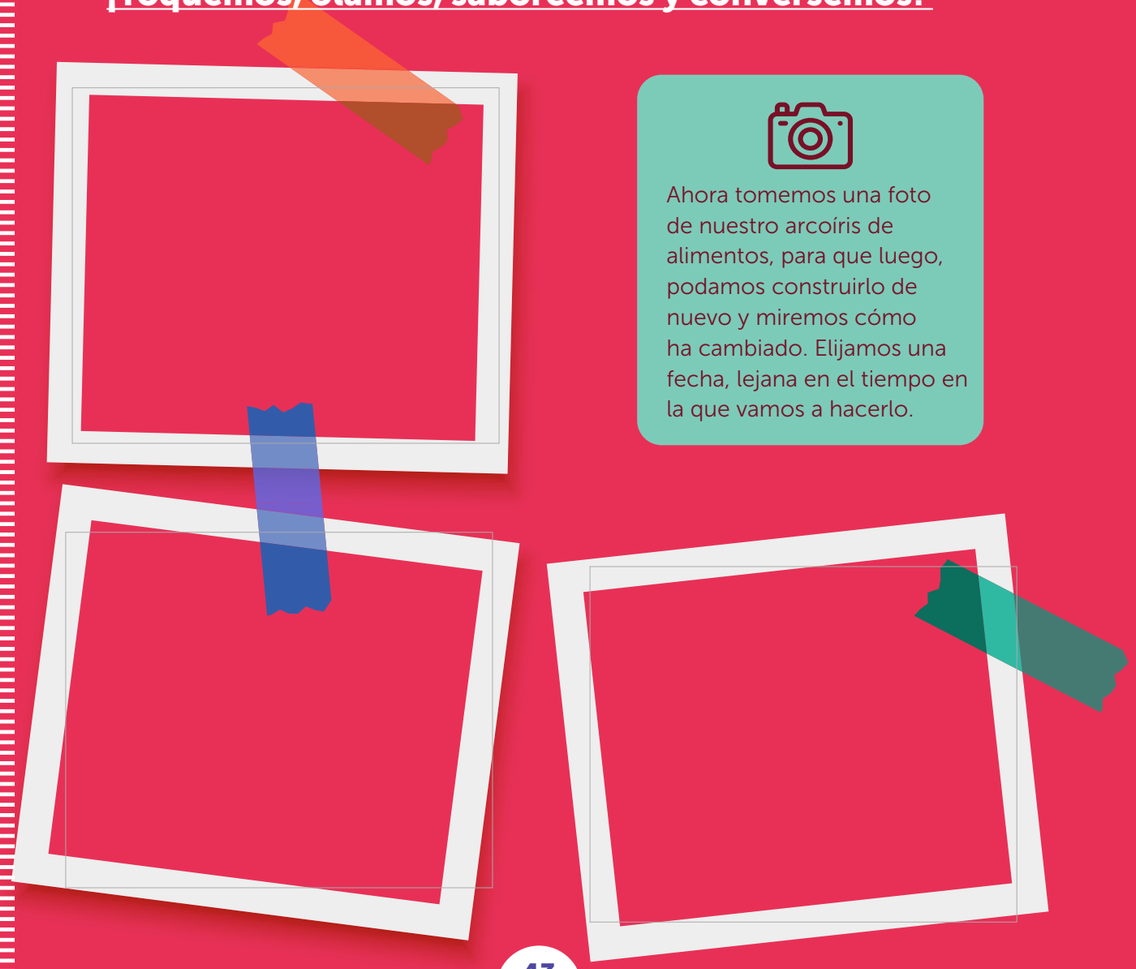
Organicemos en la mesa algunos de los alimentos que se encuentran en la casa, clasificándolos por colores, hasta hacer un arcoíris. Te proponemos la siguiente forma.

Podemos adicionar más colores, además de los que están propuestos.

2

¡Vamos a explorar nuestro arcoíris de alimentos!

¡Toquemos, olamos, saboreemos y conversemos!



Ahora tomemos una foto de nuestro arcoíris de alimentos, para que luego, podamos construirlo de nuevo y miremos cómo ha cambiado. Elijamos una fecha, lejana en el tiempo en la que vamos a hacerlo.

2

2. Tomemos decisiones saludables:

Ahora, entre todos observemos nuestro arcoíris.

¿Qué colores de alimentos predominan?

¿Cuáles menos?

2

¿Cuáles quisiéramos adicionar?

3. Conversemos en familia sobre...

¿Cuáles alimentos consumimos con frecuencia y cuáles faltarían para tener mayor variedad de opciones en las preparaciones?

2

4. Nos disponemos a...

Comprometernos a equilibrar nuestro arcoíris con alimentos naturales.

Por ejemplo:

Si no aparece el rojo: completamos con manzanas o tomates.

- Si hace falta el verde, agregamos espinaca o brócoli.

- Si hace falta anaranjado, agregamos zanahoria o ahuyama, entre otros.

- Si...

Lista de mercado

Para hacer de nuestras comidas un arcoíris

2

5. ¿Aprendimos algo nuevo de las niñas y los niños a partir de la experiencia del arcoíris de alimentos?

¿Qué ideas se les ocurrió para equilibrar el arcoíris de colores?

2

¿Hay alimentos nuevos o que se consumen menos en el hogar?

Recordemos

Una buena guía para una alimentación equilibrada es que nuestros platos sean un arcoíris. La variedad de color nos invita a incluir muchos alimentos naturales que brindan un adecuado aporte nutricional.

¡Que nuestras comidas sean un arcoíris!

* Si queremos saber más sobre el arcoíris de la alimentación, encontraremos más información en este enlace: https://www.icbf.gov.co/cartilla-mi-plato-un-arcoiris-divertido-de-sabores

2

Tercera experiencia: El recetario de la familia

Cocinar con los niños y las niñas es una experiencia emocionante: planear el plato que desean preparar, seleccionar los ingredientes, medir las cantidades, combinar, mezclar, probar y observar cómo se van transformando los alimentos hasta convertirse en ese plato imaginado.

Un menú de posibilidades para cocinar

Conversemos en familia sobre aquellas recetas que nos gustaría preparar, tal vez un plato que realizaban las abuelas, del lugar de origen de la familia, de un vecino, tal vez uno nuevo...

Hablen de los ingredientes que contienen y de aquellos que son claves o secretos que se utilizarían para lograr que estas recetas queden deliciosas. Vamos a preparar recetas a partir de lo que conocemos, pero también desde las nuevas ideas para combinar y recrear sabores y olores.

2

1. Observemos y escuchemos:

Miremos qué tenemos en la nevera o en la alacena. ¿Qué tal si imaginamos qué recetas podemos preparar con cada alimento?

Algunos ejemplos:

- Una papa se puede convertir en una ensalada con arveja.
- Una coliflor en un puré
- Una cebolla en aros para poner encima de la carne.
- Una zanahoria en tiras delgadas de ensalada.

Alimento

Lo convertiremos en:

Alimento

Lo convertiremos en:

2

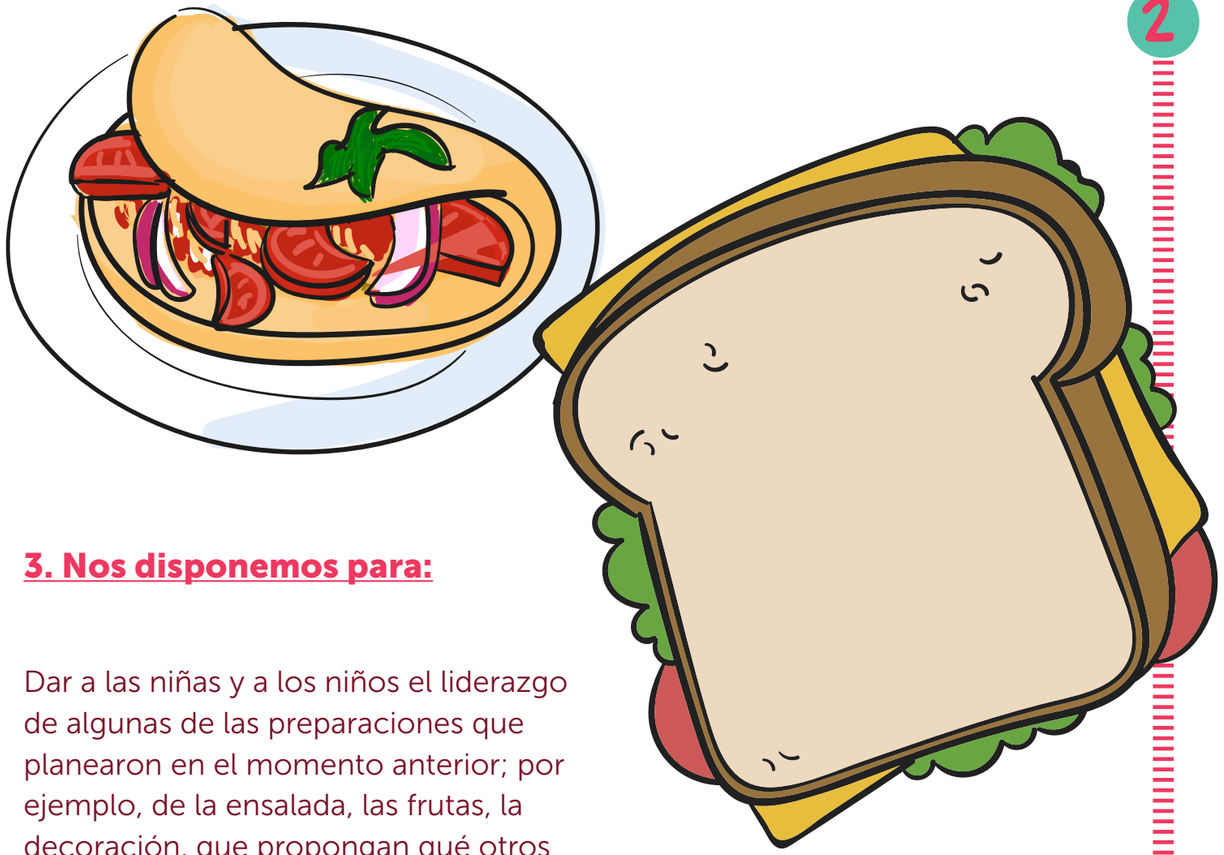
2. Tomemos decisiones saludables:

Una vez definida la receta, es importante que acordemos:

- Alistar los espacios de la cocina o el lugar donde se prepararán los alimentos, los ingredientes, los utensilios que se requieren.
- Acordar cómo participarán los niños y niñas en su preparación. Por ejemplo, si hay que cortar, utilizar la estufa, manipular objetos calientes, en estos momentos serán los adultos quienes lideren.
- Tener en cuenta los cuidados e higiene previos a la cocción, como el lavado y la desinfección de manos, de los alimentos, etc.

Estos son nuestros acuerdos

2



3. Nos disponemos para:

Dar a las niñas y a los niños el liderazgo de algunas de las preparaciones que planearon en el momento anterior; por ejemplo, de la ensalada, las frutas, la decoración, que propongan qué otros ingredientes les gustaría agregar y otros que no requieran el uso de cuchillo o la estufa.

2

Qué tal experimentar con ingredientes que se podrían agregar partiendo de las posibilidades de nuevos sabores. Aquí algunas posibles combinaciones:

- Miel y naranja para el pollo
- Trozos de mango para la salsa del pescado
- Trozos de manzana asada para una salsa de la ensalada

¿Mientras preparamos los alimentos qué tal si compartimos canciones o relatos?

Se le echa ajo, cebolla, hojitas de laurel, se pasan a la cazuela...

Llegó la hora de comer...

La gallina cocinera...

¿Qué otras canciones o estribillos conocen?

Pueden encontrar algunas opciones de música en:

https://maguare.gov.co/

2

4. ¿Aprendimos algo nuevo de las niñas y los niños?

¿Cómo participaron los niños y las niñas en la preparación de los alimentos?

¿Cómo tuvieron en cuenta el arcoíris de alimentos para esta receta?

Escribamos y dibujemos nuestra receta:

Nombre de la receta:

Ingredientes:

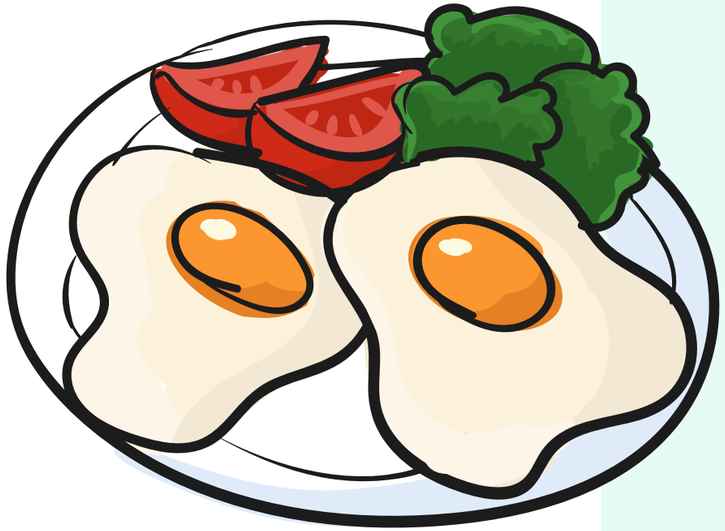
Preparación

2

5. Conversemos en familia:

Luego de tener una preparación, pueden surgir nuevas ideas:

- ¿Qué cambio le harían mañana al arroz o a otra de las preparaciones?
- ¿Qué otros ingredientes usarían para el guiso del pollo u otro alimento



Recordemos

Que los ingredientes se pueden ampliar a nuevos usos.

Ejemplo, la cebolla, las hierbas y el ajo como condimento natural; las frutas para consumir enteras o en ensaladas, las verduras para las sopas...

Hagamos un compromiso en familia...

Estos son nuestros acuerdos

2

Cuarta experiencia: ¡Llegó la hora de comer!

¡Qué rico comer lo que nos gusta! Compartir los alimentos en familia, al tiempo que vamos disfrutando de una amena conversación de temas que nos involucran a todos.

Comer es un momento que brinda posibilidades infinitas para que los niños y las niñas exploren, disfruten de los alimentos e involucren sus sentidos al olerlos, probarlos y sentirlos.

También es un momento que moviliza los afectos, la interacción espontánea con cantos, narraciones, risas, el respeto por el propio ritmo para comer con la mano o tomando la cuchara, y también la posibilidad de elegir o dejar de comer algún alimento que no sea de nuestro agrado.

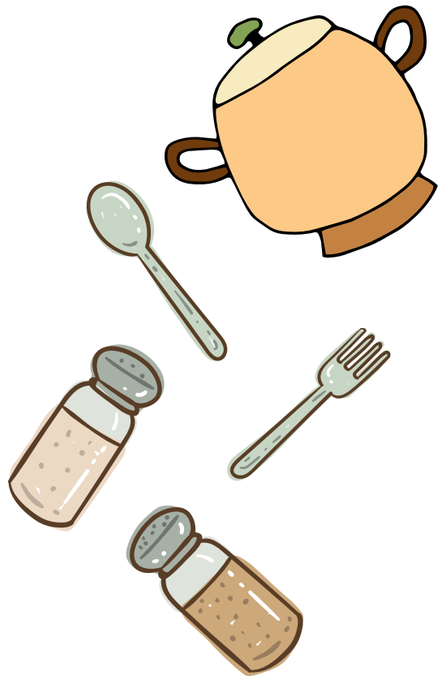
2

1. Observemos y escuchemos:

- ¿Cómo disponemos el ambiente en casa a la hora de comer?
- ¿Cómo se organiza la familia para preparar la mesa y servir los alimentos?
- ¿Cómo participan los niños y las niñas de este momento?

De acuerdo con las respuestas, los invitamos a que en familia propicien el espacio para comer.

- Qué tal si crean nuevas experiencias para alistar la mesa como:



Cambio de puestos en el comedor.

Tomar el alimento en otros espacios de la casa en modo picnic.

Cambio de roles a la hora de alistar la mesa.

2

- Una vez se decida cómo vamos a compartir la hora de comer, alistemos aquello que necesitamos como: mantel si es un picnic, servilletas, individuales entre otros utensilios importantes para la familia.

Dibujemos opciones diferentes para comer en casa.

Un picnic

En carpa

En la mesa

En el jardín

2

Recordemos que podemos acompañar las acciones con cantos, estribillos y retahílas, como:

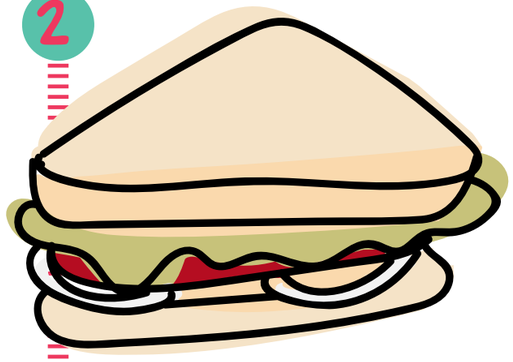
Canción de los cubiertos

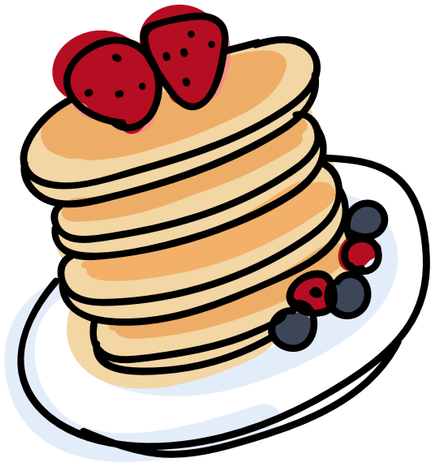
La cuchara y el cuchillo
y el tenedor emprendedor,
se fueron de paseo
y llegaron al comedor.
Yo recojo la comida
con mi hondo paletón.
Y yo corto, corto y corto
sin decanso, ¡soy mejor!
Pero sin mi ayuda tú no puedes
pues mis dientes... ¡hacen presión!

Retahíla

La cuchara en la servilleta,
la servilleta en el individual,
el individual en la mesa,
la mesa en la casa,
la casa en mi barrio,
mi barrio en la localidad de ___,
la localidad ___ en mi ciudad "Bogotá".

2





2. Tomemos decisiones saludables:

Alimentarnos atraviesa decisiones y emociones que hacen que este momento sea significativo y agradable para los integrantes de la familia; pasa por reconocer que cada uno tiene sus propias preferencias sobre los alimentos y por comer a un ritmo propio.

Aprovechemos el momento de la comida para observar:

- ¿Cuáles son los alimentos favoritos en ese momento?
- ¿Cuáles son los que menos disfrutan?
- ¿Qué se comen los niños y las niñas primero?
- ¿Por qué con algunos alimentos muestran resistencia?

2

Dibujemos el plato y los alimentos favoritos de cada miembro de la familia.

Recordemos poner también los recipientes en donde preferimos tomar el alimento.

2

3. Nos disponemos para:

Establecer acuerdos en familia al momento de comer. Para ello pueden partir de los momentos descritos anteriormente, **"observemos y escuchemos"** y **"tomemos decisiones saludables"** y de las siguientes ideas:

La comida sabe más rica y es saludable si...

- Tiene una presentación agradable y colorida. Podemos consultar en este enlace https://www.rtvcplay.co/ninos/asquerosamente-rico
- Se reconocen los alimentos favoritos de cada uno y se procura que estos hagan parte de los platos.
- Se sirven cantidades adecuadas para los niños, las niñas y los adultos de las familias.
- Nos animamos a probar y explorar nuevas posibilidades.
- Se incluyen alimentos naturales, nutritivos y coloridos preparados en casa.
- Se incluyen verduras en diferentes preparaciones (ensaladas, purés, combinadas con frutas, en crema).
- Se incluyen frutas durante el día (enteras, combinadas con yogur, cortadas con formas).
- Los niños y las niñas comen a su propio ritmo, sin importar si hacen reguero o no se comen todo.
- Vemos este momento más allá de tomar el alimento, como un espacio para compartir en familia, para conversar y disfrutar; por eso es importante evitar distractores como la televisión
o los aparatos celulares.

¿Qué otras ideas se les ocurren?
¿Qué opinan los niños y las niñas?

2

4. ¿Aprendimos algo nuevo de las niñas y los niños?

Los adultos de la familia observarán a los niños y las niñas, sobre todo en los momentos que no quieren comer o comen más, para acompañarlos de manera sensible y asertiva teniendo en cuenta las ideas de "La comida sabe más rica y es saludable si..."

También establecerán acuerdos para que el momento de la comida también se alimenten la convivencia y los vínculos afectivos en la familia.

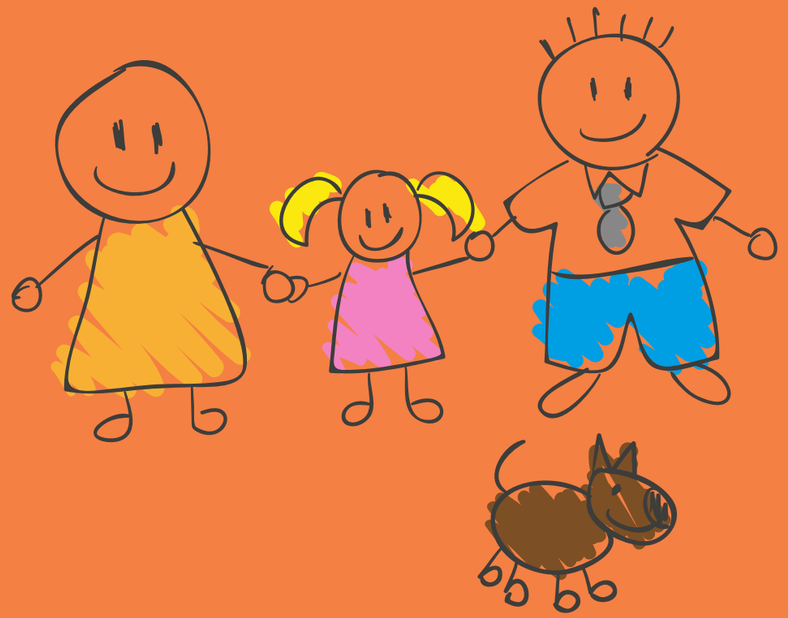
Recordemos

La alimentación no es un premio o un castigo para los niños y niñas; debe ser un proceso natural que se disfrute y se acompañe en familia buscando formar adecuados hábitos para la vida.

Así que la experiencia le va abriendo caminos a la alimentación del cuerpo, pero también a la alimentación del ser y de las emociones.

3

¿Cómo seguir explorando en familia?



3

Al terminar de vivir esta experiencia de exploración, pueden en familia seguir replicando las actividades y sugerencias hechas en esta bitácora o crear unas nuevas a partir de lo vivido.

Lo importante es que para ser buenos exploradores, no debemos olvidar:

Observar

Registrar

Escuchar

Explorar

Conversemos en familia

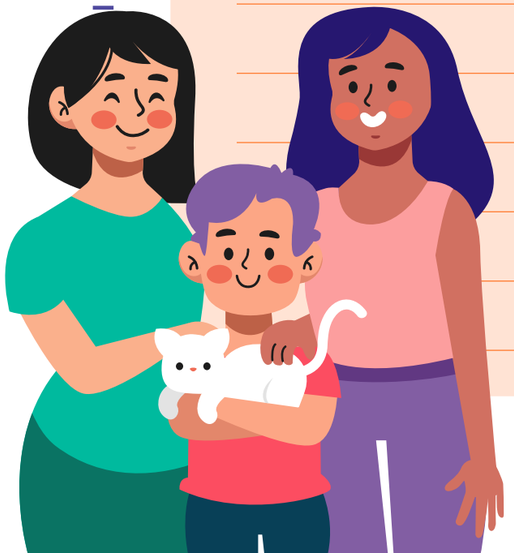
¿Cuál fue la actividad que más les gustó?

¿Cómo se sintieron durante la travesía ?

¿Qué fue lo que no les gustó?

3

Ideas para seguir explorando en familia:



3

Espacio para dibujar cómo vivimos la experiencia.

Secretaría de Educación del Distrito
Avenida El Dorado No. 66 - 63
Teléfono: (57+1) 324 1000
Bogotá, D. C. - Colombia

www.educacionbogota.edu.co

@Educacionbogota

Educacionbogota

@Educacionbogota

@educacion_bogota

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN

BOGOTÁ