



Sugerencia Didáctica “Galletas”

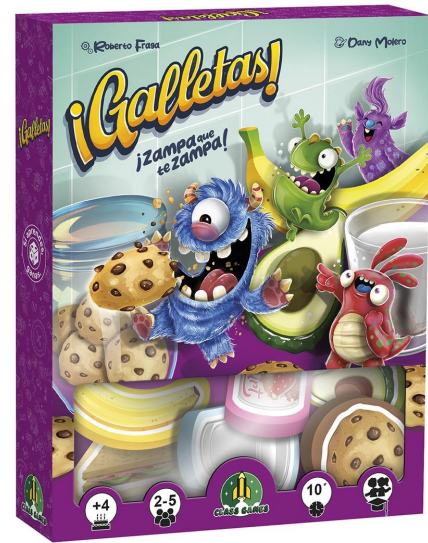
Curso: 8° Básico.

Asignatura: Orientación

Eje: Bienestar y autocuidado.

Competencia Socioemocional:

Autocontrol



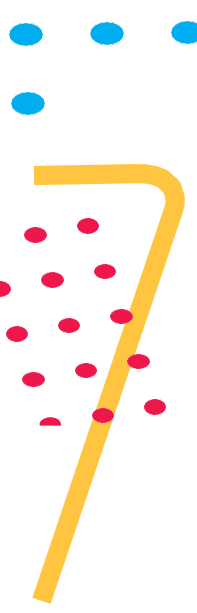
Características generales del juego:

"Galletas" es un juego rápido de agilidad mental y observación, ideal para niños. Los jugadores representan monstruos y deben seguir secuencias de alimentos (galleta, yogur, plátano, etc.) mostradas en cartas. No hay turnos, todos participan simultáneamente y el primero en identificar correctamente el último alimento de la secuencia gana la carta como punto. El objetivo es obtener cinco cartas para ganar la partida. Es fácil de aprender, divertido y estimula la rapidez y la atención.

Objetivo de aprendizaje

OR08 OA 04: Integrar a su vida cotidiana acciones que favorezcan el bienestar y la vida saludable en el plano personal y en la comunidad escolar, optando por una alimentación saludable, un descanso apropiado, realizando actividad física o practicando deporte, resguardando la intimidad e integridad del cuerpo, incorporando medidas de seguridad en el uso de redes sociales, entre otros.

Objetivo de aprendizaje	Sugerencia didáctica
 OA 04	El juego se usa como pieza central de la clase. Juega "Galletas" siguiendo las reglas originales, pero con una modificación: cada vez que un jugador gane una carta, deberá explicar si el alimento que aparece en ella es saludable o no, y por qué. A los alimentos del juego (galleta, vaso de leche, yogur, plátano, sándwich, aguacate) se les agregarán otros alimentos saludables como frutas, verduras, agua, y alimentos poco saludables como golosinas y refrescos. Al finalizar la ronda, el grupo discutirá sobre las elecciones alimenticias que hicieron durante el juego y cómo estas se relacionan con el bienestar físico y mental. Pide a los y las estudiantes que identifiquen cómo estos alimentos pueden formar parte de una dieta equilibrada y cómo podrían mejorar su alimentación en el día a día. Reflexionen juntos sobre la importancia de elegir alimentos saludables y cómo pueden tomar mejores decisiones para mejorar su bienestar tanto personal como en la comunidad escolar. Como extensión, pueden proponer ideas para crear menús saludables que incluyan alimentos del juego y que puedan aplicar en la escuela o en casa. Cada grupo puede crear una breve presentación sobre la importancia de la alimentación saludable, el descanso, y el ejercicio, usando ejemplos de la actividad.



Pauta General de cotejo de aplicación y uso del juego:

Técnicas de aplicación y uso del juego	Si	No
Los estudiantes identifican las partes del juego correctamente		
Los estudiantes usan los implementos del juego para trabajar el objetivo de aprendizaje.		
Los estudiantes resuelven de manera individual ejercicios de aplicación utilizando para ello partes o el total del juego		
Los estudiantes resuelven de manera colaborativa ejercicios de aplicación utilizando para ello partes o el total del juego		
Los estudiantes valoran el juego como herramienta de aprendizaje a través de su uso.		

Pauta de cotejo específica Galletas:

Técnicas de aplicación y uso del juego	Si	No
Los estudiantes identifican el alimento correcto siguiendo la secuencia.		
Los estudiantes pueden distinguir entre alimentos saludables y no saludables.		
Los estudiantes explican si un alimento es saludable o no, utilizando información válida.		
Los estudiantes se involucran en las reflexiones grupales sobre bienestar y vida saludable.		

Intervenciones docentes:

- 
- ✓ Presentación del juego y lectura de instrucciones.
 - ✓ Explicaciones de las formas de realizar los ejercicios.
 - ✓ Comprobar y reforzar la correcta realización de los ejercicios