



**Gobierno del Estado de Yucatán
Secretaría de Educación Pública
Universidad Pedagógica Nacional
Unidad 31-A Mérida, Yucatán**



" La Importancia de una Adecuada Alimentación en el Nivel Preescolar "

Lizbeth Patricia Novelto Estrella

**Propuesta Pedagógica Presentada para Obtener el Título de:
LICENCIADO EN EDUCACION PREESCOLAR**

**MÉRIDA, YUCATÁN; MÉXICO
1995**

DICTAMEN DEL TRABAJO PARA TITULACION

Mérida, Yuc., 4 de noviembre de 1995.

C. PROFR. (A) LIZBETH PATRICIA NOVELO ESTRELLA.
PRESENTE.

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Titulación de esta
Unidad y como resultado del análisis a su trabajo intitulado:

"LA IMPORTANCIA DE UNA ADECUADA ALIMENTACION EN EL
NIVEL PREESCOLAR"

Opción PROPUESTA PEDAGOGICA a propuesta del C. Profr. (a)
Ligia María Espadas Sosa Secretario (a) de esta Comi—
sión, manifiesto a usted que reúne los requisitos académicos es-
tablecidos al respecto por la Institución.

Por lo anterior, se Dictamina favorablemente su trabajo y se le
autoriza a presentar su Examen Profesional.

ATENTAMENTE

MTRO. FREDDY JAVIER ESPADAS SOSA.
PRESIDENTE DE LA COMISION DE TITULACION.

FJES/LMES/mega

oct-94



S.
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA
NACIONAL
UNIDAD 311
MERIDA

INDICE

	Pág.
INTRODUCCION	
I.LA ALIMENTACION Y LAS REPERCUSIONES EN EL NIVEL PREESCOLAR.	
A. Definición del objeto de estudio	4
B. Justificación.....	7
C. Propósitos.....	8
II LA ALIMENTACION Y LOS ELEMENTOS QUE LA CONFORMAN PARA UNA BUENA NUTRICIÓN.	
A. Concepto de Nutrición.....	10
B: Alimentación mexicana.....	11
C: Alimentación del niño preescolar.....	12
D. Clasificación de los alimentos.....	15
E. Causas de una inadecuada alimentación.....	16
III LA EDUCACION EN EL PROCESO DE ENSEÑANZA	
A. El niño preescolar.....	23
B: Contexto de la comunidad.....	33
C: Contexto nstitucional.....	35
IV ANALISIS DEL PROGRAMA DE EDUCACION PREESCOLAR	
A. Método globalizador.....	40
B: Campos de los conocimientos.....	41
C: Dimensiones.....	44
D: Areas de trabajo.....	45
E. La observación en el Jardín de Niños.....	48
V ALTERNATIVAS A LA PROBLEMATICA PLANTEADA	
A. Estrategia didáctica.....	50
B: Bloques de juegos y actividades.....	55
C: Aplicación de las estrategias didácticas.....	56
D. Metodología.....	68
CONCLUSIONES.....	70
BIBLIOGRAFIA	
ANEXOS	

INTRODUCCION

La Propuesta Pedagógica surge del interés para valorar en los niños la alimentación y promover en ellos un análisis crítico de los alimentos que se conjugan para que el educando adquiriera una salud más estable.

La alimentación es uno de los aspectos más importantes para cada individuo, familia o población. Ya que todas las personas de una u otra forma realizan la ingestión diaria de los alimentos, aunque en la mayoría de las veces sin estar conscientes de lo importante que es consumir y balancearlos de tal manera que los nutrientes sirvan para lograr un mejor desarrollo físico y de salud en la población.

Para tener una idea clara de este trabajo se presenta la Propuesta en capítulos, mencionados a continuación.

En el primer capítulo "La Alimentación y las Repercusiones en el Nivel Preescolar", se encuentra el objeto de estudio, donde se mencionan los obstáculos que se encontraron en el proceso Enseñanza-Aprendizaje la justificación en que plasmo mis inquietudes y motivos para la realización de este trabajo, así como los propósitos del mismo.

En el segundo se encuentra el tema sobre "La Alimentación con los Elementos que la Conforman para una Buena Nutrición" que es una reseña de los aspectos más sobresalientes de la alimentación y la conceptualización de la misma, de las características de la alimentación mexicana y el análisis de los nutrientes que se ingieren al día.

También se prioriza a los niños desde su concepción y durante el crecimiento, puesto que es donde necesitan una variedad rica en nutrientes para que vayan fortaleciéndose corporalmente y crezcan teniendo más condiciones para resistir cualquier enfermedad que se les presente.

Se menciona la clasificación de los elementos y la importancia de estos para evitar las consecuencias de una insuficiencia de nutrientes que conlleva la desnutrición, de la cual se mencionan algunas manifestaciones que pueden presentarse en el educando, enfermedades que le favorecen, manifestaciones como la anemia que hay que detectar a tiempo evitando que influya en el desarrollo y el funcionamiento del aparato digestivo.

En el tercer capítulo "La Educación en el Proceso de Enseñanza-Aprendizaje". Es primordial identificar las características del niño en sus distintos momentos en los que se desenvuelve a lo largo del proceso Enseñanza-Aprendizaje, considerando su medio social, desarrollo afectivo, cognoscitivo y psicomotriz, para lo cual me apoyé en Piaget y Wallon.

Se menciona la comunidad en donde se encuentra el Jardín de Niños porque considero importante conocer las condiciones en la que se realiza la práctica docente y su influencia en el contexto.

El cuarto capítulo es la "Presentación del Programa de Educación Preescolar" sirve para analizar la práctica docente de la educadora, la cual propicia el aprendizaje a través de métodos globalizados y la organización de los materiales de trabajo.

En el quinto capítulo "Alternativa a la Problemática Planteada". Se encuentran

los elementos necesarios para llevar a cabo como se hace la planeación, realización y evaluación, así mismo, está la metodología seguida en la construcción de la Propuesta.

Finalizo el trabajo dando a conocer las conclusiones a que se llegó al final del mismo, la bibliografía consultada durante su elaboración y los anexos que consideré importantes.

CAPITULO I

IMPORTANCIA DE LA ALIMENTACION EN LOS NIÑOS

A.- DEFINICION DEL OBJETO DE ESTUDIO

Los seres humanos necesitan ingerir alimentos para subsistir, siendo primordial analizar el consumo y propiedad de los mismos para obtener una alimentación balanceada con los nutrientes necesarios que nos proporcionan fortaleza.

Las Ciencias Naturales son el área dedicada a investigar los aspectos centrales de la alimentación, y que sean aptos para el consumo humano, de lo contrario su insuficiencia repercutirá en el crecimiento físico de los niños que se encuentran en un continuo proceso evolutivo, que es el punto principal de su organismo, como el crecimiento óseo que se obstruye durante el transcurso de su vida hasta llegar a la edad adulta, si no se logra una adecuada alimentación balanceada en nutrientes para el organismo.

Se considera de gran importancia el estudio de la nutrición porque involucra a los educandos, ya que estos no tienen la alimentación adecuada lo cual se refleja en ellos porque el proceso de aprendizaje se da con lentitud, falta de iniciativa y desgano para realizar actividades.

En el Jardín de Niños donde laboro, se realizan actividades que emplean en su mayoría acciones del cuerpo humano complementándose con la intelectual y social con la finalidad de enriquecer el aprendizaje.

El Programa de Educación Preescolar estimula el desarrollo del educando de manera integral contemplando las dimensiones afectiva, intelectual y social

El infante debe contar con una alimentación adecuada a sus características individuales ya que el peso y estatura varía de acuerdo a la velocidad del desarrollo.

En las juntas de padres de familia se ha percibido que no proporcionan la debida formación sobre los aspectos centrales de una nutrición propia para los educandos por que sólo se enfocan al aspecto económico para recaudar fondos, así mismo, realizar las mejoras del plantel y actividades involucradas en los aspectos educativos que están inmersos a la organización del mismo.

La práctica docente la realizo en el Jardín de Niños "Lázaro Cárdenas del Río" con clave 31DJNO141Z en la Villa de Baca y el grupo que se atiende es el 2o. grado grupo A.

Entre los factores que perjudican el proceso de Enseñanza-Aprendizaje son los siguientes:

- Se ha palpado en su mayoría, que los niños se cansan con facilidad y no tienen fortaleza física para seguir el ritmo de los diferentes momentos de aprendizaje que marca dicho esfuerzo.

En la realización de los ejercicios de Educación física que se proponen en el Programa de Educación Preescolar, los niños se agotan y se cansan notoriamente en los cantos y juegos que requieren las acciones de los movimientos corporales.

- Los educandos no están habituados a desayunar en el hogar y es hasta la hora del recreo que comen galletas y dulces, que no contienen los nutrientes necesarios para su desarrollo físico y su salud.

- La desinformación nutricional ocasiona desinterés entre los padres de familia, sobre la preparación y el valor nutritivo de los alimentos que se consumen.

- La situación económica con el alza excesivo en los productos de la canasta básica hace que la desnutrición se acentúe más en los niños ante la escasa adquisición de los productos necesarios para su subsistencia.

Al respecto Rafael Gómez Chi señala que:

"El alza escalonada de precios afecta a miles de familias yucatecas, a raíz de la crisis económica; provocó el aumento del 21.4% en el costo promedio de la canasta básica en tan sólo tres meses.".(1)

- La influencia de los medios de comunicación particularmente de la televisión y la radio envían mensajes subliminales que antojan adquirir el producto inmediatamente sin considerar su valor nutricional. Sobre todo en los niños que se quedan varias horas viendo las caricaturas por la tarde, ver televisión los orilla a ser consumistas desde temprana edad.

- Otro factor que hay que considerar es el de los parásitos que obstaculizan el desarrollo físico del niño al intervenir directamente en los organismos internos que provocan enfermedades en los mismos.

Es necesario que a través de esta proposición se estimule a los pequeños a ser reflexivos y críticos en la importancia de elegir lo que les proporciona una mejor nutrición siendo necesario esta en la etapa de su crecimiento.

Por todo lo antes señalado se plantea lo siguiente interrogante ¿Como favorecer en los niños de preescolar el consumo de los alimentos nutritivos que los ayuden a mantenerse sanos.

(1) Rafael Gómez Chi. Subió la Canasta Básica. Por Esto!. 6 de mayo de 1995. Sección La Ciudad. Mérida, Yuc. p. 17

B.- JUSTIFICACION

La alimentación es para el cuerpo humano el combustible que le da la fuerza para seguir funcionando (dependiendo primordialmente de ésta) desde su crecimiento hasta la vida adulta.

Se considera de gran importancia que los educandos desde pequeños adquieran conciencia de sus características psicológicas, afectivas, intelectuales y también las nociones nutricionales, porque conociéndolas pueden cuidar mejor su cuerpo al adquirir los hábitos encaminados a preservar el crecimiento del cuerpo humano, para lo cual el estudio de la alimentación es indispensable para desarrollar en los educandos una conciencia alimenticia.

Esta investigación es relevante porque los niños son el futuro de nuestro país, siendo prioritario que se desarrollen como niños sanos bien alimentados y en su crecimiento se les proporcione las mejores condiciones alimenticias que requieran, por que es preocupante observar la desnutrición que prevalece en los niños desde temprana edad, siendo necesario ese tema para reflexionar sobre las causas que originan este problema alimenticio en el aula escolar , para involucrarse a analizar al educando acerca de la insuficiencia nutricional que padece y que repercute en su educación, salud y desarrollo.

El estado nutricional es un reflejo de los problemas que se tienen por el escaso poder adquisitivo de los padres, aunado a la asiedad e impotencia, al no tener los recursos suficientes para ayudar a sus hijos, así como los hábitos alimenticios erróneos que se les inculca a los niños en el seno familiar.

Esta propuesta es una alternativa para aunarse al esfuerzo de los maestros en

la labor educativa y encaminar en las actividades educativas a los niños para que reflexionen acerca de la situación alimenticia que tienen.

Para el docente representa un obstáculo en el sentido de que un niño mal alimentado no tiene la entereza física igual a otro que sí está bien nutrido, en el proceso de una enseñanza-aprendizaje, ya que el educando no se encuentra con la disposición idónea para participar en la elaboración de los proyectos que se realizan en el Programa de Educación Preescolar.

Como educadora tengo la responsabilidad de ir guiando al educando, verlo y analizarlo de manera individual, para conocer sus deficiencias y analizar el desenvolvimiento del educando en los diferentes momentos de aprendizaje que se dan de manera cotidiana en el aula.

Si el educando " Se queja de propensión a la fatiga disnea del esfuerzo físico y a veces también desfallecimiento, vértigos y palpitaciones, es frecuente el dolor de cabeza y en ocasiones se menciona el zumbido de oídos".(2)

En estas condiciones físicas no se pueden aprovechar de manera efectiva el proceso de Enseñanza-Aprendizaje que merma la adquisición de conocimientos de los niños sobre su insuficiencia nutricional que padecen.

C.-PROPOSITOS

Promover la adquisición de las nociones nutricionales en los padres de familia y los niños para que adquieran conciencia de la importancia de un desarrollo físico e intelectual en el niño.

(2) Israel, Davishon. Diagnóstico Clínico por Laboratorio. Salvat Editores. S. A. Barcelona 1979, p.1

Profundizar sobre los aspectos que están inmersos en el problema alimenticio para analizarlos según las posibilidades del educando.

Proponer diversas actividades que servirán de apoyo para los alumnos con problemas nutricionales y éstas puedan ir mejorando su condición física e intelectual.

Establecer relaciones interpersonales por medio de trabajos colectivos y la participación de los alumnos en el ámbito educativo.

CAPITULO II

LA ALIMENTACION Y LOS ELEMENTOS QUE LA CONFORMAN

PARA UNA BUENA NUTRICION

A. CONCEPTO DE NUTRICION

Los individuos necesitan alimentarse con los requerimientos indispensables que emplean los organismos para contar con la energía necesaria para el trabajo del metabolismo.

Es primordial esclarecer los conceptos que se utilizan en ésta investigación para situarnos correctamente en el contenido de la propuesta.

Por lo tanto una persona puede ingerir cualquier clase de alimento para llenar su estómago, por ejemplo comer charritos con su refresco embotellado, chocolates, papas fritas, etc. Aclaro que ingerir golosinas no es negativo, sino en el sentido de suplirlos por alimentos nutritivos tales como verdura, frutas, carne, pescados, en el horario de la ingestión de los alimentos.

Se da el caso en los educandos que no están habituados a desayunar en los hogares porque no les da tiempo de hacerlo ya sea por que se levantan tarde o para las madres de familia es más fácil pasar a la tienda a comprar cualquier golosina para suplir el desayuno del infante, algunos niños antes de empezar con la labor educativa se encuentran comiendo sabritas siendo el primer alimento que recibe el estómago, es dañino por el contenido picante y los aderezos y conservadores que tiene para preservar el contenido, además no tienen valor nutritivo.

Se entiende por nutrición: "Al conjunto de funciones armónicas y coordinadas entre sí que tienen lugar en todas y cada una de las células del organismo y de las

cuales depende de la composición corporal , la salud y la vida misma".(3)

Nutrientes: Es toda sustancia con energía química almacenada, capaz de ser utilizada por el organismo como energía metabólica. Para fines prácticos se pueden clasificar los nutrientes de acuerdo a su función más importante.

Nutrimientos energéticos: carbohidratos, grasas y proteínas.

Nutrimientos estructurales: agua, minerales y proteínas.

Nutrimientos regulares de procesos metabólicos: vitaminas, agua, proteínas y minerales.

B.- ALIMENTACION MEXICANA

Los asentamientos humanos a lo largo de la historia han transmitido sus costumbres e ideologías a las generaciones, dejando los cultivos que han servido de base para su sobrevivencia y que han adoptado para su manera de sobrevivir.

En el período 3000 y 2300 A.C. en México se afianzó el cultivo de maíz y poco a poco ha mejorando en el transcurso del tiempo.

Antes de la colonia se consumían un sin fin de alimentos como nopales, hongos, huitlacoques, calabazas, maguey, ajonjolí, carne de rana tepezcuintles, gusano de maguey y había frutas como el zapote amarillo y negro además del chico zapote.

El maíz se utilizaba de diferentes formas: en tamales, atole, pozole, tostadas, tortillas. Los tres pilares de la alimentación eran el frijol, maíz y chile.

La conquista de los españoles trajo consigo el intercambio de alimentos que se fueron adoptando en la comida mexicana, lo mismo sucedió con la mezcla de los alimentos que trajeron los españoles, frutas del continente europeo para enriquecerla variedad de alimentos que hay en las diferentes zonas geográficas de

la República Mexicana.

En un plantío el poblador cultivava maiz, tomate, chile y frijol, surtiendo a la familia de los alimentos necesario para subsistir.

En nuestro Estado, se estableció la Civilización Maya, cuyo principal cultivo era el maiz en mazorca, frijoles, camote.

“Se estima que entre las familias campesinas existe la desnutrición de tercer grado en el grupo de niños desnutridos”.(4)

Las poblaciones rurales son las más resentidas en la alimentación, sobre todo en los infantes, son los más desprotegidos y propensos a enfermedades y fomentan así la desnutrición infantil.

C. ALIMENTACION DEL NIÑO PREESCOLAR

La alimentación debe ser de acuerdo a las necesidades individuales de las personas en especial de los niño, para las personas que tienen exceso de trabajo, es necesario que consuman los nutrientes suficientes para poder desempeñar en sus diferentes trabajo sin agotarse y para rendir lo suficiente en sus labores.

Si las personas desempeñan un trabajo que requieren de un excesivo desgaste físico, es indispensable que la alimentación sea rica en energéticos y vitaminas que repongan la vitalidad suficiente, a diferencia de las que realizan una actividad sedentaria, cuya alimentación debe ser de menor cantidad de energéticos porque su esfuerzo no es extenuante, por lo contrario es menor.

(4) Dr. Gilberto Balam. Cuadernos de Nutrición. Volúmen 17, Número 1 Enero-Febrero. Quinta Epoca. Año XIV 1994. p. 43

Los estudiantes realizan una actividad más ágil e intelectual, en los diferentes aspectos que se desarrollan en el aula, como la adquisición de los conocimientos y las actividades del área motora, están en una etapa de crecimiento que requieren de más energético, vitaminas, sales minerales y proteínas para su nutrición.

En una familia encontramos variedad de tallas, diferentes actividades que desempeñan las personas, por lo tanto, necesitan diversidad de nutrientes en cada dieta para responder a las necesidades específicas que requiere cada persona, en especial a los niños, los cuales deben contar con una dieta balanceada con los tres grupos de alimentos que existen con sus características en contenido nutricional:

Alimentos energéticos:

- Cereales y raíces: arroz, avena harina de trigo. maiza, masa pan blanco, pan integral, tortilla, camote, papa.

- Azúcares y grasas: azúcar piloncillo, miel, aceite vegetal, manteca de cerdo, manteca vegetal, mantequilla.

Alimentos proteínicos:

- Granos secos: alubias, frijol, garbanzo, habas, lentejas, harina de soya.

- Leche y derivados: entera en polvo, vaca, queso, yogurth.

- Carnes de origen animal: carnero, sesina de res, cerdo, pollo, gallina, pavo.

Vitaminas y minerales:

- Frutas: ciruela, guayaba, jicama, melón, papaya, piña, sandia, pera, manzana.

- Verduras: acelga, aguate, calabacita, cebolla blanca, chile, jitomate, rábano, pepino, zanahoria. sin conservadores ni tener un procedimiento que le reste valores nutritivos, aunado a estos inconvenientes las latas o envases en las cuales se

encuentran estos productos pueden contaminarse con plomo, produciendo enfermedades a las personas que consumen muchos productos envasados, al descomponerse los alimentos al contacto con el plomo.

El alto consumo de refrescos embotellados, jugos de bolsa, papas fritas, es un gusto efímero porque no proporciona los nutrientes necesarios para el cuerpo humano y sí engordan a los consumidores, además el contenido de las papas es tan salado que excitan la lengua produciendo mucha salivación lo cual se refleja en el deseo de seguir comiendo.

Son los medios de comunicación que condicionan a los niños a ser gente de consumo de estos productos, sin reflexionar en el contenido de los alimentos que adquieren, o en su defecto dedicarse a la colección de estampas, figuras de productos, que son promocionales para motivar a los niños a ser consumidores.

“En un mundo más racional podría ser posible establecer normas alimenticias para evitar las funestas campañas de ventas de alimentos”.(5)

Lo importante es saber combinar los alimentos para proporcionar una variedad en los nutrientes porque es indispensable reponer de manera constante las energías, vitaminas y proteínas tan pronto se desgastan. Para aprovechar mejor los alimentos es necesario observar ciertos hábitos que nos van a servir para asimilarlos.

En algunos casos, se desatiende un horario específico en los alimentos al no ingerirlos de manera continua y sin interrupción, aún cuando el organismo no deja

 (5) Jedille B. Derrich. El método experimental en las Ciencias Naturales. “Factores socioculturales”. Antología y anexo. UPN, México 1988, p. 184

de funcionar, es necesario ingerir tres comidas al día: desayuno, almuerzo y cena, para que los alimentos puedan ser asimilados por el organismo.

Los niños que presentan desnutrición, entre más se alimenten es mejor, pues su cuerpo se irá fortaleciendo con los aportes nutricionales que necesitan en las actividades de su desempeño cotidiano.

D.- CLASIFICACION DE LOS ALIMENTOS

Para las personas es primordial conocer la clasificación de los alimentos para emplearlos correctamente y aprovechar la variedad de productos, para que no se presenten deficiencias en el organismo y se eleve la cantidad de nutrientes necesarios en el desarrollo del mismo.

Los hidratos de carbono producen la energía del régimen alimenticio y ésta se obtiene con la mezcla de proteínas y grasas del ácido cítrico.

Las grasas son de difícil digestión porque son absorbidas lentamente, a veces, producen la sensación de estar lleno por contienen proteínas e hidratos de carbono.

Las proteínas son necesarias para las personas que están en crecimiento sobre todo los niños y mujeres embarazadas. Estas proteínas se encuentran en alimentos como la leche, carne, huevo, maíz.

Las sales minerales más necesarias son las de cloruro de sodio, potasio, magnesio, fósforo, calcio, hierro, yodo y cobre, las cuales se pierden a través del sudor, orina y materia fecal.

Las vitaminas son de dos tipos: las solubles (hidrosolubles) o en grasas (liposolubles).

Para las personas que carezcan de la vitamina A (axerofol) vitamina del

crecimiento, tendrán trastornos visuales, de la piel, en el desarrollo de los dientes, el óseo en general y se puede obtener del aceite de hígado de bacalao y animal, aceite vegetal, zanahoria, col, tomate y yema de huevo.

La falta de vitamina B (tiamina y anurina) produce alteraciones en la función muscular y problemas digestivos, siendo su fuente natural el pan integral y las verduras.

La ausencia de vitamina B2 produce trastornos físicos en el desarrollo del embrión y se encuentra en las carnes, pescados, arroz e hígado.

La carencia de vitamina PP (niacina, amida del ácido nítrico, nicotinamida) conduce a la pérdida de la memoria y se obtiene de la cáscara de arroz, carne y pescado.

E.- CAUSAS DE UNA INADECUADA ALIMENTACION

a.- Obesidad.

La obesidad de las personas se produce por la manera impulsiva de alimentarse (gula) esto podría ser a causas psicológicas, desajustes hormonales o problemas emocionales que llevan a refugiarse en la comida como un escape a su situación personal o puede ser la educación errónea que han recibido por parte de sus padres en cuanto a sus costumbres.

“Los factores socioculturales de la obesidad en algunas familias y profesionales, el saber vivir se asocia a una alimentación abundante.”(6)

La responsabilidad de la alimentación familiar recae en las madres de familia

(6) P. Jovillet. Guía de la Alimentación. Daimon. México S:A. 1992 p. 241

que deberían de conocer mejor los alimentos que consumen, considerando los nutrientes para que sea balanceada y evitar la desnutrición según las posibilidades económicas y sociales que rodean el hogar.

Es importante reflexionar acerca de los alimentos que se van adquirir porque no por ser costoso responde a los requerimientos con los nutrientes necesarios para la persona o por el hecho de comprar los alimentos en cantidades grandes sean de calidad con los nutrientes necesarios.

b).- Desnutrición infantil.

La desnutrición se puede catalogar de la siguiente manera:

"Es un estado de desequilibrio en que la persona afectada consume menos alimentos que los necesarios para sus funciones vitales, su actividad física e intelectual. Si este desequilibrio ha persistido por mucho tiempo se habla de desnutrición crónica, si dura poco es aguda".(7)

Entre las características físicas que presentan los niños:

- El niño crece muy lentamente produciéndole daños irreversibles en su estatura y crecimiento físico quedando bajos, comparándolos con un grupo de edad igual se ven de menor peso y estatura.

- Apatía. Desgano para integrarse a las actividades, juegos en los que comúnmente deberían participar no lo hacen, puesto que se sienten sin ánimo para levantarse, hasta la voz es débil, cuando platica casi no se le escucha y no rinde físicamente lo necesario para aprovechar los momentos de interacción que se dan en las actividades escolares.

(7) Juan Solá Mendoza .Introducción a las Ciencias de la Salud. Edit. Trillas. México 1978, p.240

En el seno familiar se le transmite al niño hábitos, costumbres que lo conforman para su vida adulta, siendo necesario conocer las causas que originan la desnutrición infantil, por lo tanto "es importante que el público conozca la estrecha relación que existen entre su forma de vivir y en especial entre su forma de alimentación y su salud".(8)

La vinculación que existe en este trinomio repercute en la salud de los niños porque son el reflejo de la educación y formación que reciben del seno familiar.

Los recursos económicos influyen determinadamente en las familias siendo la pobreza la consecuencia de las escasas posibilidades para adquirir el alimento necesario a sus condiciones físicas y a su vez la ignorancia por no saber elegir los alimentos que sean más nutritivos gastando el dinero en cosas que no cuentan con la calidad alimenticia y que no son necesarias aunado al desinterés de algunas madres de familia en el desarrollo de los hijos.

c).- Aparato Digestivo.

La digestión forma parte del organismo del hombre, empezando por la cavidad bucal en donde se divide el paladar en duro y blando y se realiza la deglución, los alimentos se deben masticar convirtiéndose en una masa llamada bolo, en donde los dientes ayudan a tener una buena masticación.

He observado en algunos niños que tienen caries en las dentaduras, sufren molestias como el dolor y son sensibles a las temperaturas de los alimentos,

(8) F.G.Mosqueira. El Método Experimental en las Ciencias Naturales. "La salud y los alimentos":UPN. México 1988, p. 187

en estos casos la masticación de los alimentos debe ser hecha despacio, con buena trituración para ayudar al organismo a que el alimento pase de la faringe al esófago y las paredes del conducto digestivo.

El esófago tiene tres capas: media, muscular la externa y el tejido conectivo, estos hacen que los alimentos sean de fácil digestión clasificando los que deben ingerirse primero, posteriormente los que llevan más trabajo al organismo de digerir, de esta forma se aprovecha mejor los nutrientes.

La absorción de estos se realiza a través del intestino delgado y esta cubierta la pared abdominal en forma de vello, los aminoácidos se absorben por un transporte en los capilares sanguíneos dirigiéndose hacia el hígado para luego ser diseminados por el cuerpo. A grandes rasgos se ha mencionado como se realiza la digestión de los alimentos.

d). Enfermedades parasitarias.

Las enfermedades infecciosas agravan la desnutrición en el infante por que les produce inapetencia o por el contrario, se alimentan mucho, pero estos nutrientes son absorbidos por los parásitos o lombrices que se encuentran diseminadas en el estómago, intestino delgado u otros órganos vitales del cuerpo, pues según las características de los parásitos y su ciclo de reproducción, se alojan en diferentes partes del organismo y en algunas ocasiones ocasionan diarreas, vómitos o sangrado.

Entre las más conocidos están: entamoeba histolytica, entamoeba coli, endolimas nana, que son amibas de diferentes clases y se introducen en el tubo

digestivo, el ciclo de vida es el trofizoito o fase vegetativa, en donde se producen divisiones, creando una división, es el quiste.

Los parásitos más comunes que se encuentran en los niños del medio rural son: *stroglyoides stercorales*, *hymenolepsis nana*, *trichuras trinchura*.

Dichas lombrices, de diferentes formas, son ingeridas por los niños en la tierra y el agua contaminada, éstos se transforman en adultos en el intestino delgado y son frecuentes en los niños porque, al jugar con tierra no se lavan las manos, no tienen los medios sanitarios adecuados teniendo incluso que defecar al aire libre.

El *strongyloides stercoralis* es otra larva que se reproduce en la tierra y al ser ingerida por el ser humano, perfora los pulmones y se instala en el intestino delgado.

La *trichuris trinchura* es otra lombriz que se reproduce en el suelo y que al ser ingerida en los alimentos sucios, se instala en la región iliocecal.

La *hymenolepsis nana*, se introduce al organismo a través de la ingestión de huevos contaminados, pasa por diferentes etapas para llegar a la edad adulta, como gusano. Se aloja en el intestino y dañan la absorción adecuada de los nutrientes.

Dichos parásitos se anidan en diferentes partes del organismo y no todos producen evacuaciones líquidas, algunas veces las personas ignoran que las poseen.

Las lombrices absorben la sangre del organismo, siendo esa una de las causas para que el hombre sufra de anemia, al perder hierro u no reponerlo de manera inmediata, también producen microhemorráneas por la perforación de los intestinos, por lo cual es necesario hacer un estudio clínico específico para acabar con ésta microhemorragia.

Es primordial conocer dicha información para concientizar a las madres de familia y a los niños sobre la importancia de la higiene al preparar los alimentos y consumirlos, a fin de evitar enfermedades intestinales que agudizan la desnutrición y podrían causar la muerte si no es atendida por personal especializado.

Tomar las medidas necesarias para enseñar a los educandos a prevenirse y alertarse es importante en esta etapa formativa, en la cual adquieren hábitos que se reflejan en la personalidad, como son: higiene corporal respecto a la limpieza de sus cuerpos, lavarse las manos antes y después de comer y después de ir al baño, lavar los alimentos con sumo cuidado, por el manejo previo al llegar a la mesa familiar e incluso, muchos de ellos se cultivan en tierra y agua, factores a considerar para extremar las medidas al preparar los alimentos.

Otro parásito, pero éste de forma interna, es el piojo, en sus tres clasificaciones: *Pediculus humanus var. corporis* (piojo de la cabeza), y *Phthirus pubis* (piojo púbico).

El piojo de la cabeza es frecuente en los niños, el cual obtiene sangre del cuerpo del infante, provocándole pérdida de hierro si no es atendido a tiempo para quitarlos. Puede ser significativa la pérdida de hierro al no ser reemplazada de manera inmediata y es necesario realizar revisiones periódicas para erradicarlos, por ser de fácil transmisión y se reproducen rápidamente.

e). Anemia.

La inexistencia de la vitamina B6 (adamina) produce anemia. Existen diferentes clases, presentando síntomas físicos comunes en el padecimiento.

La anemia posthemorrágica es cuando se produce pérdida de sangre por

cualquier motivo a la persona.

Anemia poshemorrágica crónica es la pérdida de sangre y por último la anemia por deficiencia de hierro, se produce cuando el cuerpo pierde más hierro del necesario, no se recupera por el requerimiento del cuerpo humano.

La escases del ácido fólico también produce anemia y sus fuentes naturales de adquisición son la leche, carne y queso.

CAPITULO III

LA EDUCACION EN EL PROCESO DE ENSEÑANZA

A. El niño preescolar.

Un niño es "Un ser social con historia propia con incentivos y necesidades individuales participantes en su sociedad".(9)

Dentro de la presente concepción podemos observar que el niño se analiza de manera única, es una persona irreplicable diferente a los demás niños. Aún siendo gemelos, cada niño trae su personalidad, formada de la interacción de su crecimiento físico con su desarrollo psico-social.

a). En el contexto social-emocional existen dos niveles: el individual que involucra las emociones, los sentimientos y las relaciones que se establecen en el grupo.

Las emociones que tiene el niño se producen como una readaptación instintiva del momento en que se dió origen al problema afectivo, porque el educando es más sensible al adulto al ser su respuesta más enfatizada e incomprendida muchas veces por los adultos, quienes no entienden el comportamiento del niño.

La alegría del niño será un elemento positivo que fomenta su carácter, la timidez es la necesidad de sentirse protegido y amado, en donde el educador tiene

que acercarse al niño para evitar que éste se repliegue, al buscar evitar el ser agredido por el mundo siendo una persona antisocial.

(9) SEP. Alternativas para la Educación Preescolar. Consejo Nacional para la Cultura y las Artes. México 1992, p. 38

El miedo es perjudicial para el desarrollo del niño, el cual se agiganta con sus fantasías e imaginación y también es conducida por los adultos cuando asustan al niño con algún monstruo o fantasma.

La ira se presenta cuando el niño quiere hacer su voluntad y no le es posible, manifiesta su enojo con un berrinche hasta conseguir su propósito. Si el infante es un niño consentido, sabe que comportándose de esta manera logrará su objetivo.

"Entre las emociones que provocan conductas agresivas se encuentran la ira, celos y el enojo. Las que producen inhibiciones son el miedo, la timidez, la ansiedad, el temor. Las que conducen a una conducta feliz, deben ser reforzadas en el hogar y en la escuela".(10)

Es necesario escuchar al niño cuando expone sus ideas sin imponerle patrones establecidos o reglas, para que vaya conjuntando su personalidad que sentará las bases para su desarrollo integral.

Estas emociones se manifiestan en determinado momento en cada niño, y al estar en contacto diario con ellos, es necesario estimularlos a interesarse en los demás, para ir solucionando las limitaciones que presentan los alumnos.

Este interés hacia los demás se empieza a encausar al observar a los niños que se cansan con facilidad, presentando algunos síntomas de hambre al realizar las actividades cotidianas en clase

Las relaciones entre el niño y sus compañeros empiezan a ser positivas al preocuparse entre ellos mismos en cuidar su alimentación. Se ha observado que

(10) Jaime Rovira Et. al. Cajita de Sorpresas. Vol. 4. México 1983, p. 63

tienen más energía para realizar las actividades, cuando los niños van bien alimentados al Jardín de Niños.

b). Desarrollo cognoscitivo

Este apartado se refiere a la forma de apropiarse del conocimiento a través de la relación que se produzca en el medio en donde se desenvuelven.

Los niños tienen diferentes capacidades para adaptarse al medio, lo cual produce diferentes momentos para establecer su razonamiento sobre el contenido específico de un tema como el de la alimentación, el cual puede presentar un contenido positivo si se vive con una alimentación balanceada, o negativo, si se le da mayor importancia al consumo de comida "chatarra", que posee poco beneficio al desarrollo y aprendizaje formativo del niño.

c). El desarrollo psicomotor.

Abarca tres aspectos, los cuales son: la formación del esquema corporal, la estructuración espacio temporal y lateralidad.

El aspecto físico de los niños es necesario que esté en óptimas condiciones, para que pueda involucrarse en las actividades del Jardín de Niños.

El conocimiento del cuerpo es necesario para que el niño intervenga de forma consciente en las actividades en donde se involucren los movimientos de coordinación fina y gruesa, al realizar las acciones de las canciones, la participación de los juegos tradicionales y organizados. En este proceso en el que el niño va conociendo su cuerpo, es muy importante que aprenda cómo alimentarlo para mantenerlo sano.

d). El juego infantil.

El juego infantil es una necesidad que tiene el niño para desenvolverse, experimentar, palpar, recrear, de representar el entorno e imitar las experiencias y vivencias a través del juego.

Antes de ingresar al Jardín de Niños, el alumno juega con espontaneidad que surge del mismo interés del niño por expresarse, manifestando su fantasía a través de ellos.

Según Winnicott, el juego "contribuye así a la unificación y a la integración de la personalidad y permite al niño entrar en comunicación con los otros".(11)

El juego constituye un espacio importante en el niño preescolar, porque a través de éste se relaciona con la presente Propuesta de la Alimentación. A través del mismo juego va construyendo el aprendizaje de los aspectos necesarios para que el análisis sea reflexivo en el niño.

Según Piaget, existen diferentes niveles de juego en el infante, que se relacionan con el conocimiento del niño en la evolución de su desarrollo

En los juegos de ejercicio obtienen placer a través del mismo.

Juegos de reglas, es cuando tienen que seguir las disposiciones establecidas que implica la participación del mismo.

En el juego simbólico, realiza las imitaciones con la ausencia del modelo en cuestión.

(11) SEP. Apoyo a la Práctica Docente en el Nivel Preescolar. Antología "Funciones y Significado del Juego" 1993, p. 61

Estas maneras diferentes de interpretar el juego infantil, se ha observado en algún momento en los niños, sobre todo, el juego simbólico, en donde intervienen las dramatizaciones que el educando refleja a través del mismo.

Observando el comportamiento de los niños, es necesario reflexionar con ellos utilizando la imaginación y a través del juego, sobre algunos aspectos vinculados con la alimentación y los hábitos de higiene, como el lavarse las manos, comer frutas y verduras, tomar agua en lugar de refrescos embotellados, etc.

Es importante esta actividad lúdica, porque el educando se encuentra en el momento propicio para enriquecer sus conocimientos a través del juego.

e). Características del niño.

Las características del niño varían de acuerdo a su edad para una mayor comprensión, se explican, tomando como base en las cuatro etapas de Piaget:

“Sensorio motor (0-2 años), Preoperacional (2-7 años) Operaciones concretas (7-11 años) y Operaciones formales (de 11-12 años en adelante)”.(12)

El período sensorio motor se basa en los sentidos y el movimiento del niño en relación con los objetos concretos que percibe realizando su estructuración con el mundo exterior.

El período preoperacional, inicia cuando el alumno es capaz de representar alguna vivencia a través del juego, sin la necesidad de representar o tener los objetos concretos como en el período anterior.

Las representaciones gráficas pueden ser de tres tipos:

(12) SEP Alternativas para la Educación Preescolar. Consejo Nacional para la Cultura y las Artes. México 1992, p. 88

-Índice o señales: vagamente se identifica la idea del niño con relación al objeto en cuestión.

-Los símbolos tienen un significado en el dibujo aún cuando veamos algo indefinido corresponde a representaciones gráficas en acción.

Lo más importante del período preoperatorio, es la representación de su realidad fantaseada e imitar lo cual el niño ve con naturalidad el comer "sabritas" y creen que se alimentan.

El juego simbólico: Es la representación de experiencias pasadas en el niño, como el juego del doctor, a la comidita, entre otros, para este proceso lúdico la televisión crea modelos que los niños imitan con facilidad,

El dibujo constituye un medio para manifestar una gran variedad de manifestaciones que estimulan su creatividad gráfica que sean de interés, para integrarlos a las actividades y sean estimulados por los niños

Las características que los niños dan a los dibujos son simbólicas. Muchas veces los niños aseguran haber dibujado algo y no aparece definido, pero insisten que hay determinada figura.

Las proporciones erróneas de las figuras son frecuentes en sus dibujos, por el tamaño que utilizan u omiten detalles en los mismos, por ejemplo, al dibujar una persona no le ponen parte de su cuerpo, omiten detalles o las agrandan excesivamente.

Los materiales constituyen la posibilidad para proporcionar experiencias sensoriales y dan la oportunidad a los niños de construir su conocimiento e interactuar con los demás equipos.

Existen dos etapas del dibujo: garabateado (2-4 años) y la preesquemático.

A nosotros nos corresponde hablar de la preesquemática en donde se pueden observar las siguientes características.

La imagen mental es una imagen interiorizada que tienen los niños y por último el lenguaje que irá estructurándose paulatinamente al ir interactuando con los demás.

El egocentrismo es una característica del niño preoperatorio, cuando se fijan en él quiere llamar la atención sobre su persona y ser el centro de interés para todos, así como los materiales que tienen que compartir, siendo necesario una integración gradual, paso a paso para que el niño se relacione y comparte con los demás sus materiales.

Según Piaget:

“El papel de la acción es fundamentalísimo: conocer un objeto es actuar, operar sobre él y transformarlo para captar los mecanismos de esa transformación en relación con las acciones transformadoras”.(13)

La ideología de Piaget, con prestigio e importancia, es la más adecuada para emplearla en la presente Propuesta, pues el niño tiene que adquirir conocimiento de un medio ambiente cambiante.

Los niños tienen que sentir afecto para que adquieran más confianza en sí mismo.

El aprendizaje se va construyendo en los niños a través de la interacción que él

(13) Jesús Palacios. La Cuestión Escolar. Edit. Laia. Barcelona 1984, p. 71

tiene con los diferentes materiales con que se relacionan: En el caso de la alimentación es importante su interacción con los alimentos nutritivos y el manejo adecuado de los mismos en las diferentes actividades que se realizan en el Jardín de Niños.

El período de las operaciones concretas se caracteriza porque el educando sabe leer, escribir y se ha adaptado tanto a la vida familiar y a la escolar.

En este estadio, el niño ya es capaz de realizar varias operaciones y tendrá características en su razonamiento concreto-operacional, efectuándolo por medio de un análisis.

En el período de las operaciones formales, el pensamiento del niño es mucho más abierto a la construcción de conocimientos y se adapta con mayor facilidad realizando la construcción de hipótesis, pasando por el razonamiento de probabilidades, combinaciones matemáticas. La abstracción es una característica de este periodo en donde el adolescente podrá solucionar las instrucciones abstractas, operaciones concretas, complementándose con los conocimientos teóricos.

f). Alumno-educadora.

La separación del vínculo familiar en algunos niños se manifiesta con gritos y llantos para que sea devuelto al hogar, parte de la labor de la educadora consiste en integrarlos paulatinamente al ambiente escolar según la personalidad de cada niño, adaptándose unos más rápidamente que otros.

El docente en el nivel preescolar en su mayoría es del sexo femenino, para lograr una identificación maternal hacia la educadora (segunda madre), en quien buscará afecto e identificación. "El magisterio visto visto como un trueque efectivo

identificado con la relación mujer/madre con los/as es preciso dar amor y cariño".(14)

La educadora tiene que cumplir con las disposiciones establecidas en cuanto a organización, programas, reglamentos, interactuar con los padres de familia, autoridades gubernamentales, dependencias de salud y todo lo relacionado con los niños en cuanto su salud.

La actitud del docente es relevante porque influye en los niños al abordar el tema de la desnutrición que corresponde a la problemática aquí planteada.

La educadora tienen la necesidad de identificar al niño en su desarrollo preoperatorio, por tal motivo es necesario que el proceso enseñanza-aprendizaje, le proporcione al educando y al contenido de la alimentación, para ir estructurando sus conceptos.

La convivencia con los demás niños del grupo, le proporcionan la posibilidad de adquirir experiencias e ir estructurando los conocimientos. Entre el niño y la educadora existe una vinculación en donde el niño aprende a través del interés que manifiesta por analizar la desnutrición infantil y la maestra es quien proporciona la guía para buscar entre los dos la respuesta a las inquietudes del grupo.

El respeto mutuo es necesario porque anteceden a las relaciones encaminadas a estimular al niño en conocer las características psicológicas, establecer la cooperación de ambas partes, tratando a los educandos con el mismo interés para motivarlos en el tema de la desnutrición.

(14) Guiomar Namó de Mello. "Mujer y Profesionalista". La Sociedad y el Trabajo en la Práctica Docente UPN 1987, p. 151

Es importante conocer a la familia del niño y establecer con ellos relaciones de confianza.

Según Wallon:

"La constitución biológica del niño en su nacimiento no es la ley única de su destino anterior. Sus efectos pueden ser ampliamente transformados por las circunstancias sociales de su existencia, de las que también forma parte de su elección personal".(15)

Los factores del mundo exterior hacen que el niño vaya ajustándose a su entorno, poniéndose en relieve el aspecto social para luego pasar con el físico.

Las características que menciona Wallon es tener una persona en desarrollo; pone énfasis en el rol social siendo el eje principal, para luego pasar a la adquisición de conocimientos en donde los niños tienen que integrarse como grupos para realizar el desarrollo de la alimentación y cómo influye en el crecimiento, estableciéndose relaciones con el grupo para determinar las causas que motivan al educando para sentirse agotado al realizar las actividades, es necesario realizar dicho análisis para que el niño tenga oportunidades de un desarrollo sano.

Wallon menciona tres palabras que son la guía para el entendimiento de estos planteamientos que son de preponderancia, alternancia e integración funcional.

Se caracteriza por una actividad preponderante cuando el niño tienen que resolver algún problema, buscando una respuesta a la necesidad que presenta el indagar sobre el estado nutricional de los niños.

(15) Jesús Palacios Idem, p. 128

La alternativa es cuando el niño va estructurando de acuerdo a su medio social, su personalidad, con valores y actitudes que va adquiriendo condicionado por la forma en que vive cotidianamente.

El niño paulatinamente va conformando su identidad personal en donde el ambiente social tiene gran importancia para el educando, por eso, el Jardín de Niños debe ser idóneo para proporcionarle un ambiente favorable en su desenvolvimiento personal, integrando las actividades que sean necesarias para favorecer su desarrollo integral.

Al niño se le guía en sus actividades, aprende a relacionarse promoviendo un análisis crítico sobre su participación dentro de la comunidad social o familiar.

Es primordial que dichas actividades sean en forma gradual y en relación con los programas, para que el niño, partiendo del contenido de aprendizaje, relacione su proceder con el cuidado y conservación de la salud.

B.Contexto de la comunidad.

Baca, la comunidad donde realizo mis práctica docente, representa un apellido maya cuyo significado es "Ba"-tuza y "Cab"- miel, cuya unión resulta: tierra de la Tuza.

Se encuentra a 31 kms. de la Ciudad de Mérida, catalogada como población rural, tiene 6500 habitantes aproximadamente. Se sitúa en lo que es la zona ejidal, cuyo principal cultivo lo constituye el henequén, pero al deteriorarse dicha actividad no existen fuentes de trabajo y los moradores tienen que emigrar a Cozumel, Can Cun o Mérida para buscar el sustento familiar, solamente una pequeña parte de la población se dedica al comercio

Existen ciertas tiendas como Conasupo, alimentos para animales, tortillerías, panadería y el mercado municipal.

Los servicios públicos con los que cuentan los habitantes de esta población son la energía eléctrica, calles pavimentadas, teléfono y cablevisión. Una minoría de la población cuenta con el servicio del Seguro Social.

Respecto al agua potable, presenta ciertas anomalías, porque la bomba que surte a toda la población falla constantemente, dejando a los habitantes sin el líquido hasta por quince días, perjudicando al plantel educativo, por no tener agua para lavarse las manos, ni la limpieza de los sanitarios, factores que contribuyen a la proliferación de la diarrea. Al existir escases de agua, algunos la acarrean de los pozos cercanos al plantel escolar, la cual es utilizada para la limpieza de los baños y el lavado de las manos.

La construcción de la mayoría de las viviendas de los habitantes es de mampostería en grandes extensiones de terreno con su clásica albarrada; también existen casas de paja en los alrededores de la población.

Los medios de transporte utilizados son los foráneos y servicios de taxis que los comunican a las poblaciones circunvecinas y a la capital del Estado, lo cual facilita la llegada de los productos básicos y mercancías para los moradores.

Las fiestas tradicionales que se celebran en la comunidad son las siguientes:

En el mes de febrero se empieza con una semana de anticipación, cuando se agrupan los adolescentes y se disfrazan de osos, bailando por las calles y son sus actividades asustan a la gente.

El carnaval de la comunidad se realiza una semana después al de Mérida, en

donde se realiza la alborada del carnaval, realizándose hasta el amanecer, despertando a la gente con música, por los soberanos y sus comparsas.

En el mes de mayo, durante la tercera y última semana, se realizan corridas en honor a la Virgen de la Concepción.

En el mes de diciembre, en los días 6,7, y 8, se celebra de nuevo a la Virgen. Durante estos días las personas acostumbran asistir a los gremios quienes previamente se han organizado para solventar los gastos de la fiesta. La razón para mencionar estas actividades es que prolifera la venta de antojitos, chicharrones, mango verde, granizados, refrescos embotellados, que son consumidos por los niños en detrimento de su salud.

Las Instituciones Escolares que dan abrigo a los estudiantes son:

Jardín de Niños "Pitágoras", el cual es binario, es decir, laboran dos educadoras.

Escuela Primaria "Benito Juárez" la cual labora dos turnos: matutino y vespertino

Escuela Primaria "José Torres Cervantes" la cual labora sólo el turno matutino.

Escuela Secundaria "José López Portillo"

Colegio de Bachilleres

En los planteles antes mencionados, puede observarse en el transcurso de las labores educativas la existencia de vendedores ambulantes de comida "chatarra" como sabritas, huayas y grosellas con sal, chile y limón las cuales son elaboradas con pocas o nulas medidas de higiene.

C. Contexto institucional

El Jardín de Niños limita al Oeste con la carretera a Motul, al Sur con la

carretera a Yaxkukul, al norte con la carretera a Dzemul y al Este con la carretera a Mérida

El plantel se encuentra en una amplia extensión de terreno y tiene dos vistas a la calle, cuenta con cuatro aulas, la dirección, dos sanitarios, plaza cívica, el área de juegos infantiles divididos en juegos de herrería (columpio, resbaladilla, pasamanos, sube y baja) y con juegos elaborados en llantas.

El Jardín de Niños fué fundado en el año de 1979. Su primer local fueron los bajos del Palacio Municipal; posteriormente se trasladó al edificio del Centro de Salud, en el cual se construyó posteriormente el local del Jardín de Niños "Lázaro Cárdenas del Río"

Es importante mencionar la colaboración de los padres de familia en la limpieza del terreno, de la basura que se fue encontrando en el proceso de construcción del edificio.

En 1985 el C.A.P.F.C.E. construyó el edificio con las características antes mencionadas.

Entre los padres de familia y el personal docente se han realizado diferentes obras para beneficio de los niños, como el arenero con juegos, un área de jardinería, bancas de cemento para el refrigerio de los niños y también se ha proporcionado material didáctico útil a la tarea del docente.

La escuela entró al programa de Solidaridad "Escuela Digna" en donde se le dió impermeabilización a los techos y pintura en general, ello beneficia y da una mejor imagen al edificio de la escuela.

El plantel en época de lluvias se inunda, los espacios para jugar se reducen y

es necesario esperar un tiempo para que la tierra absorva el agua de lluvia; pero mientras esto sucede, se revuelve la arena con la tierra formándose lodo, por lo que el área ya es menos accesible para los pequeños, por ser un foco de infección jugar el lodo que una vez fué arena blanca.

El personal docente está formado por cinco educadoras, una directora, un auxiliar de intendencia y el maestro de enseñanza musical. El horario del personal es de 7:30 a 11:00 a.m.

las relaciones entre el personal docente son cordiales, en donde se respeta la individualidad de cada educadora en su proceder didáctico cotidiano.

Para el adecuado funcionamiento es necesario crear comisiones, para que la distribución de las tareas sean equitativas y por igual para todo el personal. Tales comisiones se relacionan con una tarea organizativa global.

* Las comisiones son semanales y de dos tipos: las guardias de media hora del recreo, que se realiza en diferentes lugares: los baños, las llantas, los juegos, bancas y honores a la bandera (lunes y viernes), tocar el timbre del horario, cuidar la reja para dar la bienvenida a los padres de familia y educandos, así como los avisos que sean necesarios para el buen funcionamiento del plantel.

"La estructura administrativa y formas de relación al anterior del aparato escolar tienen también una particular historia que ha quedado plasmada en muchas de sus formas de organización y de sus prácticas".(16)

(16) Elsie Rockwel. "Las Normas de la Institución Escolar y la Vida Cotidiana en la Escuela. Análisis de la Práctica Docente. UPN México 1987, p. 201

Con respecto al espacio físico del aula, todos los salones cuentan con las áreas que propone el Programa de Educación Preescolar que son: el área de dramatización, gráfico plástico biblioteca, construcción y los biombos de madera para su división.

La escuela también cuenta con un teatro guiñol con diversos muñecos, utensilios de cocina, material didáctico musical y objetos para el ejercicio corporal y la Educación Física.

El plantel reúne las características adecuadas para favorecer el desarrollo del niño, como lo son los espacios y materiales propicios para las actividades del proceso enseñanza-aprendizaje.

La población escolar es de 152 niños, divididos en primer grado, dos grupos de segundo grado y dos grupos de tercer grado.

El salón del grupo escolar de segundo grado en el cual laboro, es amplio y cuenta con áreas de trabajo de los niños mencionados con anterioridad. El material utilizado se renueva constantemente para así tener lo necesario para los trabajos gráficos de los niños que se han mencionado anteriormente; constantemente se renueva el material utilizado para tenerlo disponible para los trabajos gráficos del niño.

Las relaciones de los padres de familia son cordiales, sobre todo con las madres, donde algunas se interesan por sus hijos y otras no van a la escuela por salir a lavar ropa o alguna otra actividad para ganarse unos centavos.

La economía repercute en las familias al tener que solventar los alimentos con poco dinero, por lo que los niños no son bien alimentados, porque para llenarse

comen mucha tortilla o consumen alimentos no adecuados a la edad de su crecimiento y no tienen la energía necesaria para el desgaste físico del niño, lo cual es notorio en el transcurso de las actividades

CAPITULO IV

ANALISIS DEL PROGRAMA DE EDUCACION PREESCOLAR

A.Método globalizador

El Programa de Educación Preescolar le concede importancia al desarrollo de manera global, porque el niño tiene "tendencia espontánea a captar las cosas por medio de un acto general de percepción".(17),este planteamiento se conoce como sincretismo, y según Piaget, es una característica del pensamiento del educando cuando observa las cosas, hechos, acontecimientos, los ve como un todo, omitiendo los detalles, sólo los relaciona en función a su utilidad o a las experiencias que de alguna manera los ponen en contacto con el hecho en sí, que se favorecen al establecer una comunicación con la realidad que presenta en el juego.

Dentro del Programa Globalizador de Educación Preescolar, se debe de seleccionar el contenido de manera lógica y en un marco de referencia donde se encuentren claramente establecido lo que va a realizar el niño, con base en el interés que manifieste hacia determinada vivencia, problemática o alguna actividad sugerida por ellos.

El Método Globalizador pedagógicamente hablando, se promueve en el niño para que sea miembro activo del grupo y se integre a los diversos momentos de aprendizaje que se dan en el aula y vaya estructurando, reflexionando sobre el aprendizaje que se promueve. Desde el punto de vista social, propone a los niños a involucrarse de manera grupal a donde se les estimula a interesarse en los demás personas inmiscuidas en una sociedad.

(17) SEP Lecturas de Apoyo. México 1992, p. 12

B. Los campos del conocimiento

Los campos del conocimiento que se relacionan con el programa no deben de abordarse de manera aislada, sino que se relacionan entre sí para plantearle al niño que vaya construyendo su conocimiento a través de la interacción de los mismos.

Los que abarca el programa son los siguientes:

-Las Ciencias Sociales.

La socialización del niño es uno de los principales puntos para que se involucre en las actividades del juego y establezca comunicación con sus compañeros. La maestra, al establecer esta interacción tiene la necesidad de darse a entender y lograr su participación cooperando e involucrándose en las actividades que giran con la realidad social que tiene el niño en su comunidad.

-Las Matemáticas.

En el nivel preescolar se realiza de manera concreta en el momento en el cual los niños interactúan con los objetos que les dan la posibilidad de ir construyendo mentalmente las operaciones en un marco de respeto por la forma de representarlo.

-El lenguaje Oral y Escrito

En ese aspecto se propicia que el lenguaje oral y escrito se desarrolle en función del ritmo que establezca el niño según se desarrolle.

-La Expresión Artística.

Representa la manera que tienen los niños de expresarse a través de los dibujos que realizan, así como los diferentes materiales que manipulan y plasman sus sentir y vivencias a través de los mismos.

-Expresión Gráfica-Plástico.

Permite la manipulación de los materiales y que el niño manipule diferentes texturas y realice combinaciones dentro de las actividades.

-Expresión musical.

Acerca a los niños al conocimiento de la música al ir involucrando al niño con las notas musicales, asociándolo con el ritmo, movimientos corporales, en donde se realizan los juegos y canciones de variados temas.

-La Ciencia, Tecnología y la Naturaleza.

En estos aspectos se considera al niño para que desarrolle una actitud científica, basándose en la experimentación y observación de los fenómenos. Cuando se realizan experimentos es necesario que el niño registre y observe todo lo relacionado con el tema.

-Educación Física.

Las clases de Educación Física son formativas, por que se les transmite actitudes, valores y al propiciarles la adquisición de los hábitos, integrándose para que de manera generalizada se les proporcione al educando una integración personal y social.

Esta actividad tiene que estimular el interés del educando en participar y así vaya construyendo su conocimiento a través de las diferentes actividades que se realizan.

La rutina de las actividades colectivas que se realizan todas las mañanas, en donde se promueven los ejercicios diarios para el cuidado del cuerpo, establece una disciplina en los niños para integrarse con otros grupos. Sin embargo, este aspecto se ve obstaculizado porque los educandos no tienen la entereza física para

realizarlos, se cansan con facilidad y empiezan a sentarse en el suelo. Los ejercicios son adecuados al rendimiento que deberían tener los niños y el tiempo es corto, considerando la edad en la cual se encuentran.

Durante las rutinas los niños presentan señales de debilitamiento y es preocupante, porque la alimentación no es la suficiente, que algunos niños no desayunan en sus hogares y el primer alimento del día lo toman al salir al descanso en el jardín, que es durante el recreo, que manifiestan tener hambre y es lamentable que lo lleven generalmente para comer son los denominados alimentos "chatarra".

-La salud en el Jardín de Niños.

Este aspecto ofrece oportunidades para que el niño vaya construyendo los hábitos relacionados con la salud de su cuerpo y se interiorice acerca de la importancia de la salud personal y comunitaria. Hay que hacer incapié en la importancia de la salud en las condiciones biológicas y ambientales en la transmisión cultural de las normas de la familia hacia el educando, que se reflejan en el comportamiento y desenvolvimiento del educando en el aula, este es el campo más favorecido con la presente Propuesta, sin dejar de lado los otros aspectos del desarrollo infantil. El problema que presentan los alumnos al no cuidar su alimentación, se ha observado que esto influye en el aprovechamiento de una salud más adecuada, me he propuesto abordar éste campo del conocimiento y elaborar una propuesta que propicie la reflexión al interactuar con los objetos denominados nutrientes y no nutrientes desde una óptica educativa en el aula. Conservar la salud en las mejores condiciones y considerar continuarlas aplicando en forma permanente y con significado para el educando y fomentar los valores

necesarios que lo lleven a cuidar su alimentación y estimular su interés para preservar la salud.

C. Dimensiones

Una dimensión es "la extensión comprendida por un aspecto de desarrollo en la cual se explicitan los aspectos de la personalidad del sujeto".(18)

Para interpretar el desarrollo global del niño se han considerado los aspectos relevantes en cuatro, interrelacionados entre sí, pero para su entendimiento se han segmentado en los que a continuación se mencionan:

-Dimensión Afectiva.

Son las relaciones que el educando establece en su hogar y posteriormente se irán expandiendo al ingresar a la escuela. El niño preescolar es susceptible a las emociones y sus sentimientos. Así tenemos que: La identidad personal es la imagen que el niño tiene de sí.

La cooperación y participación surge al interactuar en los diferentes momentos con sus compañeros, al realizar trabajos en equipo y en forma grupal, produciendo y estimulando su participación en conjunto con los demás.

La expresión de afectos es cuando el educando pone a flor de piel los sentimiento de tristeza, alegría y enojo, que son los más frecuentes en el trabajo cotidiano con los niños.

La autonomía con los niños se estimula constantemente por medio de las diversas actividades que se realizan en todo momento.

(18) SEP: Bloque de Juegos y Actividades en el Desarrollo de los Proyectos.
México 1993, p. 11

-Dimensión Social.

El niño participa como persona activa en la sociedad, se le transmiten valores, normas que establecen las comunidades en donde viven. En esta dimensión al niño se le estimula a conocer los Símbolos Patrios, acontecimientos históricos y culturales.

La permanencia al grupo se da al establecer las relaciones con las demás personas.

-Dimensión intelectual.

Esta se constuye a través de las experiencias que el niño tiene al interactuar con los objetos, realizando mentalmente su conocimiento, de manera continua, estableciendo diferentes estructuras que dan paso a la formación de nuevos conceptos.

-La Dimensión Física.

Le proporciona al niño experiencias que le permitan crear situaciones de aprendizaje para tener más capacidades motrices finas, gruesas, relaciones temporales y espaciales.

D. Areas de trabajo.

Una área de trabajo es:

"Una alternativa metodológica en la que interactúan tres elementos fundamentales: una actitud facilitadora del docente, una actitud participativa del niño y una organización específica de los recursos materiales".(19)

(19) SEP: Areas de Trabajo. México 1992, p.11

La educadora promoverá en los educandos las técnicas necesarias para intercambiar opiniones e interpretar el contenido del aprendizaje en un trabajo concreto, utilizando los diversos materiales que se conjugan en determinado lugar.

Por las características de los materiales, las áreas están clasificadas de acuerdo con su uso para emplearlos en determinado momento. Los niños para la utilización de las áreas, deben tener una planeación, realización y evaluación como se ha explicado anteriormente. En todo momento deben realizarse las tres clasificaciones ya mencionadas, para que el aprendizaje sea más significativo y organizado.

La planeación les sirve para dar forma a sus ideas planteadas acerca de lo que desea aprender y prevenir lo necesario para la realización de las actividades.

La realización es la utilización de los materiales según lo determinen las actividades abarcativas del proyecto y por último, la evaluación, la cual se realiza a través de preguntas significativas y en las observaciones de la utilización de los materiales por parte de los niños.

Las áreas promueven beneficios a los niños, al desarrollar su autonomía, al elegir libremente el material que van a utilizar, sin imposiciones de ninguna clase. Asimismo, los niños pueden comunicarse entre ellos para la organización de las actividades por equipos o grupales.

Las actividades grupales son para los niños una actitud que los involucra para que se integren y sociabilicen aún más para integrarse a los bloques y juegos del Programa de Educación Preescolar.

Los educandos actúan con la libertad necesaria para conducirse en el aula,

desenvolviéndose con los materiales según lo requiera su interés.

Algunas áreas permanecen durante el año escolar a diferencia de las móviles, por estar elaboradas a base de la elaboración de proyectos.

El mobiliario está en las mejores condiciones para su utilización por parte de los educandos y distribuidas en forma adecuada en el espacio del aula.

Las áreas de trabajo se fueron formando de acuerdo al interés del niño por cada actividad planeada y de acuerdo a las características de utilidad, se acomodaron en el aula.

Los niños pueden utilizar las áreas de manera individual, por equipos o grupal, con el respeto hacia los demás niños para mantener un ambiente armónico en donde se apoyen mutuamente en el desarrollo de las actividades

Los materiales, según el uso que tengan, son renovados constantemente para evitar el entorpecimiento de las actividades de los niños y tengan así la posibilidad de elegir entre varios elementos para propiciar su autonomía y vayan exteriorizando sus inquietudes.

Area de dramatizaciones: se le proporcionan a los educandos los materiales para reproducir algunos aspectos de la vida cotidiana, al contar con trajes, muñecos, guiñol, collares, peines, etc.

Area gráfico-plástico: abarca los materiales que en su mayoría se utilizan para reproducir sus trabajos de manera concreta, como son las pinturas vinílicas, acuarelas, hojas en blanco, tijeras, plantillas, crayolas, papeles de diferentes texturas, estambres, pinceles, materiales de desecho.

Area de construcción: esta área propicia en los niños la seriación, clasificación,

conservación de números, en donde van construyendo su aprendizaje con los diferentes materiales como figuras geométricas de diferentes tamaños y colores, dados desarmables, etc.

Area de biblioteca: abarca la lecto-escritura en los niños, al tener los materiales apropiados que estimulan a los educandos a realizar sus trabajos como cuentos, dominó, rompecabezas, etc.

Area de la naturaleza: esta área acerca a los niños al fomento de una conciencia crítica de los elementos naturales con los que están en continuo contacto, para cuidarlos y fomentarlos, logrando sean participativos desde pequeños en el cuidado de la Naturaleza, conteniendo diferentes materiales como semillas, conchas, hojas, insectos.

Pueden surgir o fomentarse otras áreas de trabajo, según el interés del grupo, así como cambiar y tener la iniciativa de fomentar otros, por ejemplo: carpintería, música, etc., para el desarrollo de esta Propuesta, es factible formar el área de los alimentos que nutren y los que no nutren.

E. La observación en el Jardín de Niños.

La observación es el medio para analizar el comportamiento y desenvolvimiento de los niños, por lo cual resulta importante dejar claro cómo se realiza en el Jardín de Niños:

-La observación continua: se realiza a un grupo determinado de niños por varios días para conocer su comportamiento y desenvolvimiento.

-La observación de áreas y actividades específicas: se efectúa en el área en donde los niños realizan sus actividades, dando la pauta para reforzar el área y así

encaminar los juegos para reforzar a los educandos en su desenvolvimiento.

-La observación espontánea: son los aspectos más significativos externados por los niños en algún momento.

-La observación dirigida: es necesaria para indagar en los alumnos los alcances y limitaciones requeridos en un análisis exhaustivo para reforzar las acciones encaminadas a mejorar las alternativas del proceso de Enseñanza-Aprendizaje.

Durante la aplicación de la presente Propuesta se intentará observar a los niños desde diferentes perspectivas: cómo participa, si trabaja solo o en equipo, si cambia sus alimentos "chatarra" por otros más nutritivos, si involucra a su familia o no en el proyecto, si propone o no alternativas de solución al problema planteado.

CAPITULO V

ALTERNATIVA A LA PROBLEMATICA PRESENTADA

A. Estrategia didáctica

Una estrategia es una organización para lograr un fin. En términos didácticos se refiere al aspecto educativo sobre las posibilidades que conducen hacia un propósito educativo, quedando a criterio de la educadora elegir las propicias para que los educandos tengan un amplio panorama de éstas, relacionándolas de acuerdo al interés para desarrollarlas.

A través de las estrategias didácticas se estimula al educando en su desenvolvimiento, logrando una participación activa, reflexione sobre la alimentación de cómo influye en su crecimiento a través de los juegos y actividades que desarrollaron. Los niños tienen que estar inmiscuidos en el contenido para propiciar la reflexión sobre las actividades a llevar a cabo.

El rol del docente es observar y escuchar las opiniones de los niños para encauzarlos hacia una misma finalidad, rescatando los aspectos más significativos que externan los niños, para conjuntar los intereses de los mismo, guiándolos para que se coordinen dentro de las actividades, adecuando las mismas a las características propias de la edad preescolar.

La educadora brindará la oportunidad a los niños de escoger con libertad los juegos que surjan para desarrollar un análisis reflexivo. Al mismo tiempo, los alumnos deben estar inmiscuidos en el contenido para reflexionar sobre las actividades a realizar en la presente Propuesta, el contenido está relacionado con los alimentos.

La metodología del Programa de Educación Preescolar se realiza con base en

los proyectos, siendo los niños quienes proponen sus experiencias e inquietudes, externándolas en la planeación global de las actividades relacionadas con la elaboración del mismo, las cuales trascienden a la vida cotidiana, encaminando a todo el grupo de educandos hacia el mismo fin.

Estos ofrecen al alumno aprendizaje significativos basados en la experiencia con la interacción del mundo que rodea a la familia, así como la reflexión de los contenidos, siendo primordial:

"Interesar al grupo, motivarlo, enfocar su atención fija y retener conocimientos, variar las estimulaciones, fomentar la participación, facilitar el esfuerzo del aprendizaje: concientizar la enseñanza, evitando divagaciones y verbalismos".(20)

Constituye una alternativa para realizar aprendizajes paralelos al tema que enriquecen el contenido del mismo.

El tiempo de elaboración dependerá del interés del niños y el seguimiento de las actividades planteadas por los mismos, promoviendo las actividades grupales o por equipos, cuando los niños trabajan en un área determinada, sus ideas y material empleado hacen que se integren mejor, haciendo significativo su aprendizaje.

El proyecto se interacciona con el tiempo, lo social. cultural y el espacio.

Lo social se refiere a las relaciones que establecen en el plantel y se enriquecen al intercambiar las ideas con los demás.

El tiempo del mismo se basa en las necesidades del niño, implicando las

(20) Reynaldo Suárez Díaz. Medios para la Enseñanza. Antología UPN. México 1986, p. 6

actividades cotidianas, como los Honores a la Bandera, la rutina de estimulación fisiológica, música y movimiento, Educación Física y el recreo, en un horario preestablecido para integrarse a las actividades abarcativas.

La cultura y las tradiciones se preservan a través de las acciones encaminadas, así como la participación de los niños que trasciende a la comunidad cuando así lo requieren los juegos y actividades que se emplean durante los proyectos. Es importante recuperar los alimentos de la región que tradicionalmente pertenecen a nuestra cultura y son más sanos frescos y nutritivos, tal es el caso de la yuca, miel, chaya, frutas y verduras de la región y otros que están al alcance de la familia.

“El Método Globalizador, consiste en llevar al niño de manera grupal a construir proyectos que le permitan planear juegos y actividades, a desarrollar ideas y hacerlas realidad al ejecutarlos”.(21), es una opción para el desarrollo didáctico de una estrategia que intente cambiar los alimentos no nutritivos en los niños, por otros más acordes con el desarrollo de una alimentación más balanceada y nutritiva.

El espacio es un factor importante en cuanto al mobiliario y áreas de trabajo, se mantienen en un cambio constante al utilizar diferentes áreas, colocando los muebles en diversos lugares, siendo importante para que el niño reflexione sobre la organización del espacio y éste sea el apropiado para desarrollar las actividades abarcativas.

La planeación es el primer paso para empezar el proyecto, siguiendo del interés de los niños y las experiencias significativas, eventos de la vida familiar

(21) SEP. Bloque de Juegos y Actividades. op. cit. p.28

que trasciende al ámbito educativo alguna fecha que será recordada como tradición en la comunidad.

Esta heterogeneidad de elementos proporciona a los niños los recursos necesarios para escoger un tema que interese a todos y organizar las actividades que van a realizar una secuencia lógica para tratar de alcanzar las propuestas en el Proyecto. Posteriormente, con una lluvia de ideas de los educandos, se pasará a realizar el friso correspondiente a un trabajo en cartulina o en hojas con dibujo y recortes para plasmar los aspectos centrales y servirá de guía para ir analizando el seguimiento de las actividades e ir señalándolas conforme se realizan y lo requieran los educandos.

“Planear en Didáctica, es un acto de toma de decisiones ante las múltiples alternativas que la realidad educativa puede ofrecer”(22)

La realización es cuando se llevan a cabo las actividades propuestas por los niños para estimular a los educandos a investigar, experimentar diferentes materiales que enriquecen el aprendizaje, siendo más significativo que los niños interactúen con diversos materiales de manera directa manipulándolos.

Este momento es el adecuado para que la educadora proponga las actividades gráfico-plásticas, cuentos, visitas para el enriquecimiento o de la realización del Proyecto.

La organización de los niños depende en parte de la planeación de las actividades porque pueden trabajar de manera individual, binas, por equipo y todo el

 (21) Luis G. Moncayo. Planificación de las Actividades Docentes. “Sistematización del Proceso Enseñanza-Aprendizaje”. Antología. UPN . México 1986, p 87

grupo, según lo requieran para llevar al grupo estimulándolos, hacer reflexivo en cuanto a la realización

La evaluación debe propiciar la valoración del niño en cuanto a su desenvolvimiento y resultado de su aprendizaje en relación con el tema del proyecto.

Al niño se le cuestionará sobre las actividades que desarrolló, motivándolo a externar sus opiniones de las actividades realizadas a lo largo del proyecto.

El programa de Educación Preescolar contempla tres tipos de evaluaciones.

Inicial: se realiza con base en la observación que se hace a los niños de manera individual, llevándose a cabo al inicio del año escolar, para analizar el desenvolvimiento de los niños durante la ejecución del Programa y en las actividades que se desarrollan del mismo.

Los datos anteriores se ven fortalecidos con una entrevista denominada la Guía para la Vigilancia y Autocuidado de mi salud, que abarca preguntas desde la gestación, hasta la edad que tienen. Si el educando ha llevado un curso anteriormente se sobre su comportamiento con los demás niños en todo momento enriqueciéndolas con otros, agregando las obsevaciones que se realizan el curso escolar anterior

La evaluación continua o permanente se realiza en todo momento, enriqueciéndolas con otros contextos como el de la familia y comunidad, que permiten la realización con las actitudes de los niños, enriqueciendo el contenido del tema

La evaluación grupal tienen una guía de cuestionarios que abarcan de manera general el contenido aprendido por los niños e intercambian los puntos principales

del tema enriqueciendo para los educandos y por último, la Evaluación final que estructura los datos más relevantes de manera individual y a nivel grupal para propiciar que sinteticen los alcances que se han tenido en el transcurso del año escolar. A su vez, es necesario para el educando al igual que la maestra la organización, que día a día se debe establecer con el proceso de Enseñanza-Aprendizaje para propiciar en los educandos situaciones que están inmersas en el desarrollo del proyecto y para tal fin se completan dentro del programa, tres pasos que se dan diariamente al interactuar con la elaboración de los proyecto son la planeación realización y la evaluación

B. Bloques de juegos y actividades que se dan en el nivel preescolar

Para encausar el interés del niño a través de sus diferentes manifestaciones, se necesita la diversificación del contenido en agrupaciones denominadas Bloques de Juegos y Actividades, vinculados por las características que éstas implican con un desarrollo determinado en los diferentes momentos que el niño manifiesta en su aprendizaje y se llevan a cabo en una serie de actividades organizadas de manera integral para promover el aprendizaje de los infantes.

La Propuesta se identifica con el Bloque de Juegos y Activiades relacionados con la natuaraleza.

El educando tiene la necesidad de expresarse de diferentes maneras, por lo que es de suma importancia que dentro del Programa de Educación Preescolar, se encuentre una metodología adecuada para reforzar al educando en la instrucción del conocimiento.

En este Bloque es necesario estimular a la reflexión, al estar en contacto directo con los materiales, propiciar que el educando vaya cuidando su salud.

Este último relacionado con el contenido de la Propuesta para que el niño vaya interiorizando este aprendizaje, aprendiendo a cuidar su salud así como, involucrar a la familia.

Fomentar hábitos de higiene al preparar e ingerir alimentos en el Jardín de Niños, se promueve que los educandos antes de ingerirlos deben lavarse las manos, porque se les estimula de manera directa al decirles que observen en sus manos y éstas se llenan de tierra, arena, pintura, pegamento, etc., permitiéndoles la reflexión de lo que sucedería si comen con las manos sucias. Inmediatamente después, se lavan las manos con jabón antes y después de comer y después de ir al baño.

Es necesario que el niño analice y reflexione para formar hábitos necesarios para mejorar cada día su salud y también la alimentación que ingieren para su crecimiento integral.

Los propósitos educativos son:

- El educando adquiera hábitos relacionados con la salud
- Promover la conservación del medio ambiente
- propiciar su pensamiento científico.

C: Aplicación de la estrategias didácticas

1. Planeación general del Proyecto

PROPOSITO GENERAL: Valoremos nuestra alimentación.

BLOQUES A FAVORECER:

- Juegos y actividades de relación con la Naturaleza.

-Juegos y actividades de sensibilización y expresión artística, vinculados con la alimentación.

-Juegos y actividades relacionadas con el lenguaje (expresión espontánea sobre las vivencias alimenticias).

Juegos y actividades matemáticas (clasificación de alimentos)

-Juegos y actividades de psicomotricidad (realizar diferentes ejercicios para coordinarse entre ellos mismos para el desfile, relacionados con la elaboración de los trabajos)

ACTIVIDADES ABARCATIVAS:

-Visitarán el Mercado Municipal.

-Se documentarán en diversas fuentes de consulta sobre los alimentos.

-Participarán en campañas para promover el mejoramiento de la alimentación.

-Desparasitación de los niños como medida preventiva para propiciar el cuidado de su cuerpo.

-Elaborarán juegos didácticos relacionados con el tema.

PREVISION DE RECURSOS:

Pintura vinílica, pinceles, crayolas, acuarelas, gises, cartulina, tijeras, plantillas, libros de texto sobre Ciencias Naturales, cáscara de huevo, hojas en blanco, cereales, harina, envases de leche, aceite, yogurth, envolturas de productos chatarra, libro de trabajo de preescolar, desparasitante, cartulina (ver anexo A)

Fecha de inicio: 5 de Junio

Fecha de término: 15 de Junio de 1995

PRIMERA SESION

PROPOSITO: Comparar los alimentos de manera directa para identificar los esenciales para mejora la alimentación

ACTIVIDADES ABARCATIVAS:

- Realizar la visita al Mercado Municipal
- Registraran el camino para llegar al mismo de acuerdo con el mapa elaborado.
- Observarán todos los alimentos que venden en los puestos.
- Realizaran las preguntas necesarias que surjan de su interés.
- Dialogar sobre los alimentos obsevados en el mercado y clasificarlos.

BLOQUE A FAVORECER:

Bloque de juegos y actividades relacionadas con el lenguaje oral y escrito y con la noción de espacio y tiempo.

RECURSOS: Hojas, crayolas, acuarelas, el Mercado Municipal.

EVALUACION.: Cualitativa, observando el desenvolvimiento de kis alumnos en la visita al mercado, si cuestionaban a los vendedores, si lograr recuperar lo observado durante la visita y expresarlo oralmente, respetando las normas de disciplina antes de realizar la visita.

REALIZACION: Los educandos fueron concientizados en tener sumo cuidado al cruzar la calle y evitar toda posibilidad de algún accidente. Así mismo, observaron todos los detalles para llegar al Mercado Municipal y los puestos de las frutas, verduras y carnes. Hicieron las preguntas libremente a los vendedores y se trasladaron al plantel a registrar todo lo observado, acordando llevar a la próxima

clase, recortes de los alimentos e invitar a los padres de familia para que los observen cómo su hijo está aprendiendo a elaborar cartones.

OBSERVACIONES: Los niños fueron al mercado en fila, pero ya en el lugar, se agruparon para agarrar las frutas y verduras. (ver anexo B)

SEGUNDA SESION

PROPOSITO: Clasificación de los alimentos por el educando, reflexionando sobre los diferentes alimentos que existen.

ACTIVIDADES ABARCATIVAS:

- Recopilarán de diversas fuentes de consulta, el material.
- Clasificarán las figuras por el contenido
- Formarán equipos de trabajo.
- Pegarán los materiales.
- Adornarán los cartelones
- Se favorecerá el Bloque de Juegos y Actividades de Matemáticas.

RECURSOS: Cartulinas, pegamentos, crayolas, popotes, pintura vinílica, harina, recortes, cereales, rimas y adivinanzas.

EVALUACION: Cualitativa, observación sobre el niño si logra clasificar los alimentos e identificar cuáles son los nutritivos o no, si es capaz de expresar de manera gráfica si está apropiándose del tema.

REALIZACION: Los niños integrarán por equipos: eligieron el material con el cual iban a trabajar y clasificaron los recortes, dibujos que habían adquirido y hasta los alimentos que son nocivos para la salud para identificarlos y evitar su consumo (ver anexo C) .

Posteriormente empezaron a llegar las madres de familia en donde constataron la actividad sobre la alimentación que estaban realizando los pequeños, donde les hicieron unas preguntas (ver anexo D).

Después utilizaron pintura con popotes y acuarelas en la elaboración de los cartelones y finalmente tomaron el acuerdo de visitar a otros niños del salón para que aprendan a conocer los alimentos nutritivos esenciales en el crecimiento y los que no deben consumirse.

Posteriormente se les dió una plática a las madres de familia sobre la alimentación y los elementos necesarios para una buena nutrición en los niños (ver anexo E).

☛ OBSERVACIONES: Los niños estuvieron motivados por la participación de las madres de familia, quienes observaron y realizaron cuestionamientos a los niños, los cuales respondieron con gran seguridad y entusiasmo dando muestra de la efectividad de las actividades.

TERCERA SESION

PROPOSITO: Que el niño trascienda en la comunidad estudiantil sobre los alimentos que son necesarios ingerir para crecer sanos y fuertes .

ACTIVIDADES:

- Pasarán a los demás salones para invitar a los niños para explicarles los cartelones.
- Explicarán cada uno de los elementos que utilizaron.
- Mencionarán algunas rimas del tema.
- Se favorecerá el bloque de juegos y actividades relacionadas con el lenguaje.

RECURSOS: Cartelones elaborados con recortes de figuras, cereales harina y pintura.

EVALUACION: Cualitativa, observando el desenvolvimiento de los niños al dar las explicaciones acerca de sus trabajos, si expresaron oralmente el tema frente a los niños de otros salones.

REALIZACION: Los educandos se organizaron para pasar a los salones con los carteles, le pidió permiso a la maestra del grupo para darles las explicaciones a los alumnos de los cartelones, de como cuidar su alimentación y luego pronunciaron unas rimas sobre el tema. Participaron con interés, pasando a todos los salones del plantel (ver anexoF).

Finalmente se tomo el acuerdo grupal de salir a desfilas a la plaza principal con los cartelones que ellos elaboraron para que las madres de familia percibieran la importancia de una buena alimentacion.

~~OBSERVACIONES: Los niños demostraron interés y contestaron a las preguntas de otros niños al observar los cartelones.~~

CUARTA SESION

PROPOSITO : Propiciar actividades de los niños que trasciendan fuera del plantel, proyectando sus inquietudes en la comunidad.

ACTIVIDADES:

- Realizaran un desfile en la plaza principal.
- Irán caminando agarrando sus pancartas para demostrar los alimentos clasificados en nutritivos y no nutritivos.
- Retornarán al plantel después de desfilas.

- Se favoreciera el bloque de juegos y actividades de psicomotricidad y de lenguaje.

RECURSOS: Carteles elaborados con figuras, acuarelas, pintura, cáscaras de huevo.

EVALUACION: Cualitativa, observando a los niños sobre cómo participan en la comunidad.

REALIZACION: Los niños se organizaron agarrando las pancartas entre varios, para luego salir del plantel en compañía de algunas madres de familia. Los educandos se agruparon por momentos y luego se dispersaron un poco sin llevar una fila, entendiendo el cuidado que deberían tener con los automoviles.

El acuerdo grupal es organizarse para traer recortes, lámina sobre la higiene de los alimentos y el cuerpo.

OBSERVACIONES: Estuvieron motivados en participar en que iban caminando con los cartelones y se tomó el acuerdo sobre los alimentos validos a llevar al jardin para comer a la hora del recreo (ver anexo G).

QUINTA SESION

PROPOSITOS: Concientizar a los niños sobre lo importante de la participación que ejercen sobre los alimentos en el desarrollo sano de los niños .

Reflexionar sobre la importancia que tienen consumir alimentos nutritivos.

ACTIVIDADES:

- Los niños platicarán sobre las medidas de higiene al alimentarse y la importancia de consumir alimentos higiénicos.

- Se documentarán con el libro de trabajo de preescolar sobre el aseo corporal.

- Reflexionaran sobre las consecuencias que trae comer con las manos sucias y consumir alimentos sucios.

- Invitaran a una enfermera para que nos proporcione información sobre lo que puede ocurrir al consumir alimentos no nutritivos y contaminados, de los parásitos y cómo evitarlos, así como alimentarse adecuadamente.

Se favorecerá el bloque de juegos y actividades relacionados con la naturaleza, la socialización y el lenguaje oral.

RECURSOS: Libro de trabajo de preescolar, pintura canciones de aseo, pinceles, hojas en blanco, crayolas, tijeras, enfermera del IMSS.

EVALUACION: Cualitativa, observar a los educandos si empiezan a modificar paulatinamente su comportamiento al preocuparse por el cuidado de los alimentos que consumen y de su cuerpo al ingerirlos.

REALIZACION: Los niños platicarán de la manera que ingieren sus alimentos y los cuidados de higiene que son necesarios para evitar enfermarse. Cada niño eligió su cuaderno de trabajo, buscando hoja por hoja alguna actividad que menciona el cuidado del cuerpo, recortándolo y pegándolo en hojas para marcar con una x los que no estaban relacionados con el tema; después lo pintaron con acuarelas o pintura. Otro niños se dedicaron a elaborar la invitación de la enfermera para llevársela, para que visiten nuestro Jardín de Niños.

OBSERVACION: Los niños se agruparon empujándose para agarrar su libro y al concluir su trabajo los amontonaron.

SEXTA SESION

PROPOSITO: como resultado de la platica con la enfermera se llevo al acuerdo de

desparasitar a todos los niños del salón y llevar un control de nutrición a partir del cambio de hábitos que consumen. Se medirá con la cinta de CIMDER (Centro de Investigaciones Multidisciplinarias de Desarrollo Rural), para cuidar que la asimilación de los nutrientes sea la apropiada para mejorar la alimentación de los niños.

ACTIVIDADES:

- Escucharán y platicarán con la enfermera sobre la nutrición.
 - Pasarán individualmente para que se les mida el grosor del brazo.
 - Se organizarán en fila para tomar un vaso con agua purificada.
 - Ocuparán sus lugares para que se les den las pastillas masticables en la boca y un sobre de suero oral.
 - Se favorecerá el bloque de juegos y actividades con la salud y la higiene.

RECURSOS: Tabletas de albenazol de 200 mg., suero oral, agua purificada, cinta de C.I.M.D.E.R., enfermera, vasos de plástico.

EVALUACION: En su mayoría estuvieron observando a la enfermera e ingerían sus pastillas. Cualitativas.

REALIZACION: Los niños se sentaron en sus lugares cuando escuchaban las explicaciones para cuidar su alimentación, después los empezaron a medir con la cinta, identificándose con un color cada niño, explicándoles que si les tocaba el color amarillo o rojo deberían comer más y aunque tuvieran el color verde deberían seguir alimentándose para evitar cambiar de color (ver anexo H).

Buscaron sus vasos y les pusieron agua purificada en donde se agrupaban tirando el agua en el piso, luego se fueron a sentar e ingirieron sus pastillas, por su

sabor amargo algunos no les gustaba, también se les entregaron sobre de suero oral.

OBSERVACIONES: Algunos niños lloraron porque les inspiro un poco de miedo, pero luego recapitaron y se integraron a la actividad para cuidar que la digestió que tengan sea asimilada adecuadamente. Es importante anotar que más del 50% de los niños resultaron con un alto nivel de desnutrición (segunda medición del color de la cinta).

Ello llevo a tomar acciones para realizar nuevas charlas sobre la alimentación con los padres de familia (ver anexo I).

SEPTIMA SESION

PROPOSITO: Justipreciar sobre la variedad de alimentos que aparecen en las figuras.

ACTIVIDADES:

- Elaborar un dominó.
- Platicarán sobre el contenido de las figuras de los alimentos.
- Eligirán las figuras que recortarán y el material en donde las pegarán.
- Jugarán con el material elaborado por ellos.
- Se favorecerá el bloque de juegos y actividades de sensibilización y expresión artística.

RECURSOS: Plantillas de los alimentos, dibujos, cartulina, pegamento blanco, tijeras, crayola.

EVALUACION: Participación de los niños al buscar sus diferentes materiales y observar si son capaces de expresar juicios de valor.

REALIZACION: Los niños hicieron sus trabajos por equipo eligiendo los recortes que iban a utilizar, después la cartulina para dividirla y pegar las figuras, utilizando el pegamento sirviéndose de los platitos de plástico; a veces se servían más derramándolo en la mesa, sus trabajos se mojaban mucho con el pegamento y había que sacarlos al sol para que se secaran con mayor rapidez. Utilizaron las crayolas algunos niños que formaron un dominó, luego se formaron diferentes equipos y jugaron con el material elaborado.

OBSERVACIONES: Los niños dejaron el salón lleno de recortes de papel en el suelo y luego fueron limpiando los lugares (ver anexo J).

OCTAVA SESION

PROPOSITO: Reforzar el conocimiento de los niños sobre una nutrición balanceada.

ACTIVIDADES:

~~-Elaborar rompecabezas con alimentos nutritivos.~~

- Elegirán el material con figuras de animales y plantillas.

- Jugarán el bloque de juegos y actividades de matemáticas.

RECURSOS: Plantillas, hojas en blanco, cartulina, crayola, pegamento, tijera.

EVALUACION: Cualitativa, observar si los educandos identifican los alimentos que proporcionan una alimentación adecuada.

REALIZACION: Los niños decidieron formarse en equipos para enseñarles a los demás; luego utilizaron las tijeras para recortar y pegar figuras para formar los rompecabezas, luego jugaban con los mismos y los intercambiaban con sus compañeros.

OBSERVACIONES: Los diferentes equipos se fueron intercambiaron elementos para enriquecer el trabajo de los niños.(ver anexo K).

E.-EVALUACION

Los educandos al estar inmersos en la actividad del proyecto a lo largo de sus tres momentos, se involucraron en el análisis del tema al proponer algunos juegos que se desarrollaron durante el proyecto, asimismo tuvieron la iniciativa de hacer extensivo su trabajo a otras gentes.

Entre las actividades que más ha interesado a los niños, es el desfile en donde llevaron los cartelones, aunque algunos se rasgaron en el ajetreo al no coordinarse en el momento de agarrar los mismos.

La manipulación de los materiales en sus diversos momentos, proporciona al educando que su coordinación motriz adquiera más madurez a lo largo de los trabajos que se realizan siendo más importante que el niño a través del sentido del tacto diferencie la textura.

A lo largo de la elaboración del proyecto los niños reflexionaron que es necesario comer alimentos nutritivos para crecer, igual que cuidar la higiene en el momento de ingerirlos y paulatinamente adquirieron hábitos de alimentación adecuada con la colaboración de los padres de familia, recalcando que los cambios no son posibles realizarlos radicalmente, pero sí con base en la reflexión y el análisis, que implica alimentarse balanceadamente para promover el cuidado del estado físico del cuerpo.

Los educandos se encuentran en una etapa de crecimiento en donde la alimentación adecuada influye en este momento importante de la vida del niño.

Mediante la información se pudo observar como los niños cambiaron los alimentos chatarra, por alimentos nutritivos como jugos de fruta, sandwiches y panes así como frutas como el plátano, manzana y naranja dulce.

La desparasitación de los niños ocasionó que comentaran entre ellos, como eran los parásitos que iban pasando (lombrices) y la necesidad de la higiene para evitarlo.

Aunque la presente propuesta se desarrollo en un tiempo específico se intenta que durante todo el curso escolar se vigile grupalmente la calidad de los alimentos que se consumen y la higiene necesaria para consumirlos limpios.

D.- METODOLOGIA

La práctica docente se realiza a sabiendas para el maestro que los educandos no tiene la alimentación necesaria para responder a las actividades que involucran el proceso de Enseñanza-Aprendizaje.

La selección de la problemática sobre la nutrición infantil se hizo con base a la reflexión sobre los educandos pertenecientes a una población rural que carecen de alimentación adecuada, nutritiva, y necesaria para el desarrollo de los pequeños.

Se orientó durante el desarrollo del proyecto a los niños y padres de familia sobre los nutrientes necesarios para la salud y el daño que ocasiona el consumo de alimento chatarra en sustitución de los nutritivos.

Al realizar esta Propuesta Pedagógica se llevo a cabo una recopilación de datos en diferentes fuentes de consulta, en libros de Programa de Educación Preescolar, en bibliotecas y las de éste plantel educativo sobre el tema de la nutrición y todo lo que globaliza y proporciona la información necesaria para

contribuir a disminuir la desnutrición en los niños abordándolo como contenido de aprendizaje en el aula.

Para argumentar esta Propuesta se retomaron unos elementos teóricos sobre el desarrollo del niño, el programa vigente de educación preescolar y sobre la desnutrición infantil.

Se contextualizó la comunidad de Baca para identificar las características socio-culturales vinculadas con el problema planteado de la falta de una alimentación nutritiva y balanceada.

La elaboración de las estrategias consistió fundamentalmente en el desarrollo del proyecto didáctico congruente de la metodología que señala el programa de educación preescolar.

Por último se presenta la aplicación de la propuesta con los logros obtenidos hasta ahora y se espera que los educandos poco a poco modifiquen sus hábitos con respecto a su alimentación al aplicar la propuesta, visitar los hogares e involucrar a las madres de familia para que sean más conscientes de la formación de sus hijos.

CONCLUSIONES

El problema alimenticio surge en todos los países por diferentes motivos como lo es el poder adquisitivo, los problemas sociales o políticos que se presentan interviniendo de manera negativa en la forma de alimentarse, que trae como consecuencia que las personas tengan una alimentación con insuficiencia nutricional de consumo de alimentos que ven en los comerciales de televisión.

Los educandos son los más afectados en cuanto a la desnutrición, pues están aprendiendo cotidianamente a consumir alimentos no nutritivos como si lo fueran por no tener los elementos necesarios para reflexionar sobre el contenido de los mismos e ingieren golosinas que lejos de beneficiar su desarrollo y salud lo perjudican, propician el consumismo y la desnutrición.

Se puede enfatizar que modificando los hábitos alimenticios y variando los diversos elementos que contienen los alimentos que ingiere la familia, así como investigando algunas formas de aprovechar la economía familiar, se puede balancear la alimentación enriqueciéndola con nutrientes que poseen menos publicidad y están al alcance de la familia.

La educación propicia en el educando un ambiente en donde se estimula el interés del niño por investigar y realizar de acuerdo a su propio desarrollo.

Es sabido que el niño juega la mayor parte de su infancia siendo éste el medio idóneo para involucrarlo en la práctica, por tal razón el desarrollo del proyecto didáctico fue una secuencia de juegos y actividades que giraban a entorno de un propósito: la reflexión sobre la alimentación infantil.

La educadora siempre estará en contacto con los padres de familia, siendo prioritario para identificar de manera individual el desempeño de las diferentes actividades que se realizan en el proceso de Enseñanza-Aprendizaje con el niño.

La realización de ésta Propuesta Pedagógica proporcionó los elementos necesarios para reflexionar sobre la Práctica Docente, para corroborar que la desnutrición se presenta en los educandos como deterioro de su crecimiento y el desgano de participar en los diversos momentos, lo que constituye una preocupación para el docente que está en contacto directo con los educandos y puede observar como merma la participación de los niños y aumenta la desnutrición infantil.

El llevar a cabo las estrategias didácticas proporcionó al educando y a los padres de familia los conocimientos necesarios para adecuar la alimentación de los mismos y reflexionar sobre las deficiencias que trae y como repercute negativamente en los niños, siendo prioritario que vayan modificando los hábitos alimenticios para que sean los propicios y los educandos mejoren en todos los aspectos de su desarrollo, educándose para alimentarse mejor.

BIBLIOGRAFIA

BALAM, Dr. Gilberto. Cuadernos de Nutrición. Vol.17. No. 1. Enero-Febrero. Quinta Epoca. Año XIV. México 1994, p. 48

CARDONA, Gloria, et. al. La Salud por Alimentación. Edit. Arbol. S.A. de C.V. 4a. reimpresión. México 1988, p. 170

CERDAN, Silva, Laura. et al. Manual de Normas y Procedimientos. Servicios de Gastroenterología Pediátrica. Memograma. México 1992, p. 182

DAVISHON, Israel. Diagnóstico Clínico por Laboratorio. Salvat Editores. S.A. México 1979, p 1484

DOMINGUEZ Gutiérrez, Blanca. Alimentación Integral para una Vida Plena. Edit. Posada. 9a. De. México 1985, p. 230

GALPERIN, Susana, et. al. Un Jardín de Infantes Mejor. De. Paidos, Buenos Aires Arg. 1979, p182.

GOMEZ Chi, Rafael. Periódico POR ESTO!. Sección La Ciudad.p. 50 Mérida Yuc. 6 de mayo de 1995

PALACIOS, González, Jesús. La Cuestión Escolar. Críticas y Alternativas. Edit. Lala. 6a. De. Barcelona 1984. p. 668

P.J. OLLITE, y P.Gentils. Guía de la Alimentación. Edit.. Daimos.México 1990, p. 284.

ROVIRA, Jaime. et al. Cajita de Sorpresas. Vol. 4 Ediciones Oceano. Barcelona,1983. p. 125.

SAN MARTIN, Ferrari, Hernán. El Hombre, Objetivo de la Medicina y las Ciencias de la Salud. 4a. Edit.La Prensa. México 1983, p. 892

SEP. Alternativas para la Educación Preescolar.Ed. Conaculta. México 1992, p. 393

-----Antología de Apoyo a la Práctica Docente del Nivel Preescolar. México 1993, p. 152

-----Areas de Trabajo. Litografía Helio. México 1989, p. 47

-----Bloque de Juegos y Actividades en el Desarrollo de los Proyectos del Jardín -de Niños. México 1993, p. 195

-----Lecturas de Apoyo. México 1992, p. 119

-----Programa de Educación Preescolar. México 1992. p. 90

-----Propuesta de Programa Nacional de Preescolar. Prueba Operativa. Consejo Nacional Técnico de la Educación. Curso 1991-1992. México p. 67.

SOLA, Mendoza, Juan. Introducción a las Ciencias de la Salud. Edit. Trillas. México 1978, p. 372.

U.P.N. Análisis de la Práctica Docente. Antología. México 1987, p. 223

-----El Método Experimental en las Ciencias Naturales. Antología y Anexo. México 1988, p. 291

-----La Sociedad y el Trabajo en la Práctica Docente. México 1987, p. 221

-----Medios para la Enseñanza. Antología. México 1986, p. 320

-----Planificación de las Actividades Docentes. Antología. México 1986, p. 286.
