

SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA
SERVICIOS EDUCATIVOS
DEL ESTADO DE CHIHUAHUA
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL
UNIDAD 08-A

✓
UNA ALTERNATIVA DIDACTICA PARA PROPICIAR EN
LOS NIÑOS DE SEGUNDO GRADO EL INTERES POR
LA ADECUADA ALIMENTACION



RAQUEL ALICIA MEDINA CODINA

PROPUESTA PEDAGOGICA
PARA OBTENER EL TITULO DE
LICENCIADA EN EDUCACION PRIMARIA

CHIHUAHUA, CHIH., JULIO DE 1997



DICTAMEN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Chihuahua, Chih. a 30 de Julio de 1997.

C. PROFR.(A) RAQUEL ALICIA MEDINA CODINA

En mi calidad del Presidente de la Comisión de Titulación de esta Unidad y como resultado del análisis realizado a su trabajo intitulado **“UNA ALTERNATIVA DIDACTICA PARA PROPICIAR EN LOS NIÑOS DE SEGUNDO GRADO EL INTERES POR LA ADECUADA ALIMENTACION”**, opción Propuesta Pedagógica a solicitud del **C. ING. JOSE ENRIQUE GONZALEZ COLOMO**, manifiesto a usted que reúne los requisitos establecidos al respecto por la institución.

Por lo anterior, se dictamina favorablemente su trabajo y se le autoriza a presentar examen profesional.

**A T E N T A M E N T E
“EDUCAR PARA TRANSFORMAR”**



**PROFR. JUAN GERARDO ESTAVILLO NERI
PRESIDENTE DE LA COMISIÓN DE TITULACIÓN
DE LA UNIDAD 08-A DE LA UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL.**

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

ESTA PROPUESTA FUE REALIZADA BAJO LA DIRECCIÓN DEL (LA)

ING. JOSE ENRIQUE GONZALEZ COLOMO.

REVISADO Y APROBADO POR LA SIGUIENTE COMISIÓN Y JURADO
DEL EXAMEN PROFESIONAL:

PRESIDENTE: ING. JOSE ENRIQUE GONZALEZ COLOMO

SECRETARIO: LIC MARIA ELENA ROJO ALMARAZ

VOCAL: LIC. OLGA CESARINA GUTIERREZ HOLGUIN

SUPLENTE: _____

CHIHUAHUA, CHIH., A 30 DE JULIO DE 1997.

ÍNDICE

	Página
INTRODUCCIÓN.....	5
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	
A. El Problema.....	8
B. Justificación.....	10
C. Objetivos.....	11
II. MARCO TEÓRICO	
A. Objeto de estudio.....	12
B. Alimentación.....	18
C. Factores que influyen para tener una alimentación nutritiva.....	21
D. Enfoque Psicológico.....	28
E. Enfoque Pedagógico.....	33
1. Pedagogía Operatoria.....	33
2. Medios para la enseñanza.....	35
3. Evaluación.....	36
III. MARCO CONTEXTUAL	
A. La Política Educativa en México.....	38
B. Artículo Tercero Constitucional.....	40
C. Ley General de Educación.....	41
D. Acuerdo Nacional para la Modernización de la Educación Básica.....	42

E. Programa de Desarrollo Educativo 1995 - 2000.....	43
F. Planes y Programas de Estudio.....	44
G. Contexto Social e Institucional.....	47

IV. ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS

Presentación.....	51
1. "La tiendita".....	52
2. "El restaurante".....	53
3. "El memorama".....	55
4. "Serpientes y escaleras".....	56
5. "Clasificando alimentos".....	57
6. "El investigador".....	59
7. "Una campaña de salud".....	61

CONCLUSIONES.....	63
--------------------------	-----------

BIBLIOGRAFÍA.....	64
--------------------------	-----------

INTRODUCCIÓN

En el presente trabajo se dará a conocer una propuesta pedagógica basada en la necesidad de utilizar varias estrategias didácticas para mejorar los hábitos alimenticios que tienen los alumnos del segundo grado de la escuela primaria federalizada "Dr. Pablo Gómez".

Esta inquietud nace de la necesidad de hacer algo por los niños anteriormente mencionados, pues se observa día con día la carencia y los malos hábitos alimenticios que los alumnos traen desde sus hogares, también es de suma importancia el involucrar e informar a los padres de familia el cómo alimentarse tanto ellos como sus hijos, ya que tiene muy poca información al respecto.

Aquí se mencionan algunos de los factores de carácter social, económico y cultural, que influyen en una mala alimentación; así como las formas en que el maestro puede ayudar a mejorar esos hábitos alimenticios mediante las estrategias planeadas. Mediante estas estrategias, el docente, de cierta manera trata de ayudar a mejorar un poco a que la población escolar y familiar en la que

se labora, mejoren su calidad al alimentarse, y que dejen esas falsas creencias de que una alimentación nutritiva es costosa y por lo tanto no está al alcance de las posibilidades económicas.

En segundo grado es poca la información que se trata en los libros de texto, pero es de importancia aprovechar el interés que los niños tienen para abordar e informar sobre el tema.

La propuesta se integra de la siguiente manera:

Capítulo I, en éste se plantea el problema, así como la justificación y los objetivos que se pretenden alcanzar.

Capítulo II, en él se presenta el sustento teórico en que se fundamenta la propuesta enfocándola al aspecto sociológico, pedagógico y psicológico.

Capítulo III, en este apartado se tratan los diferentes aspectos que conforman el contexto educativo tanto en el aspecto social como en el institucional.

Capítulo IV, corresponde a la parte medular de la propuesta pue en él se presentan las estrategias didácticas que van a permitir el logro de los propósitos aquí planteados.

Para finalizar se plantean algunas conclusiones y la bibliografía utilizada en la

estructuración del presente trabajo.

Es así como está estructurada la presente propuesta en la cual se trata el tema de: cómo mejorar los hábitos alimenticios que tiene una gran mayoría de nuestros alumnos.

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

A. El problema

Actualmente la situación económica del país, en la que vive la gran mayoría de la población es muy difícil, es lamentable observar como familias de escasos recursos económicos pueden sobrevivir a tan dura situación.

En el trabajo como docentes y en el diario convivir con los alumnos este fenómeno económico es muy palpable y se observan diariamente las necesidades por las que están atravesando uno de los problemas que más se detectan en las escuelas y por los cuales los alumnos atraviesan es la mala alimentación, que puede ser causada por varios motivos como lo son una mala calidad del alimento, falta de información hacia los padres de familia de como alimentarse y los malos hábitos alimenticios.

Es en la escuela donde el niño refleja en cierta manera la forma de alimentación que tiene, pues se observa el tipo de alimento que consume tanto en la escuela, como en el hogar, ya que se ven ingiriendo alimentos como las bebidas con

saborizantes artificiales, dulces a base de picantes, cueritos, etc., que son los que comúnmente llaman "alimentos chatarra", lamentablemente la solución no está en nuestras manos, pero sí se puede contribuir a cambiar la mentalidad de los niños y de los padres acerca de cómo alimentarse.

En ocasiones los padres de familia se percatan de que la alimentación que están proporcionando a sus hijos no es la adecuada, sin embargo, por diversas causas, como una mala situación económica es difícil proporcionar los alimentos necesarios.

También hay otros factores que influyen en esa mala alimentación, como lo son; la falta de información de los padres en cuanto a los alimentos que deben consumir por su alto valor nutricional, otro factor lo viene a ser el consumismo comercial que se tiene, ya que se invierte una gran cantidad de dinero en alimentos industrializados, los cuáles no llegan a tener el mismo valor nutritivo que los alimentos naturales, dejando en un total descuido la alimentación, pues es poca la conciencia que tiene el individuo al pensar en las consecuencias que trae consigo una mala alimentación, tales como la anemia, la desnutrición, manchas y resequedad en la piel, deficiencia en la vista, entre otras muchas más alteraciones del funcionamiento del organismo.

La mayoría de la gente piensa que el alimentarse con productos nutritivos resulta costoso, y es un gran error, pues existen alimentos que están a su alcance y son

ricos en nutrientes. Es por eso que para los docentes es preocupante este problema puesto que los niños son los más propensos a las enfermedades antes señaladas pues están en la etapa de desarrollo tanto físico como intelectual, y se debe hacer todo lo posible para que se modifiquen esos hábitos alimenticios.

¿Qué estrategias didácticas implementar para propiciar en los niños de segundo grado el interés por la adecuada alimentación?

B. Justificación

Son muchos los factores sociales, políticos y económicos imperantes en el país que influyen en la alimentación, se observan gráficas en las cuales es alarmante observar los altos porcentajes de niños que padecen desnutrición. Lamentablemente no se ha dado una solución a este problema, pero si se puede contribuir a mejorar los hábitos alimenticios que se tienen sobre alimentación.

Este problema se ha enfocado muy particularmente al grupo de segundo grado de la escuela primaria "Dr. Pablo Gómez" de la Col. Misael Nuñez ubicada en la zona periférica del sur de la Cd. de Chihuahua, donde en la mayoría de las familias ambos padres tienen que laborar desde muy temprana hora y llegan a casa al caer la tarde, también en algunos casos los niños tienen que ayudar a la economía familiar vendiendo periódicos o limpiando vidrios en algún cruce. En consecuencia la mayoría de los niños llegan a la escuela sin haber probado alimento, esto repercute en el trabajo escolar, pues es visible su falta de energía,

lo que les provoca que muy pronto se fatiguen y caigan en un estado impropio para el aprendizaje.

C. Objetivos

- ◇ Que el alumno mediante sus experiencias llegue a inferir la importancia que tiene alimentarse adecuadamente.
- ◇ Que advierta las consecuencias que le puede ocasionar una alimentación inadecuada.
- ◇ Mediante visitas a personas especializadas en salud y especialmente en nutrición, se buscará concientizar a los padres y alumnos acerca de la necesidad de consumir alimentos nutritivos.
- ◇ Propiciar la inquietud en los padres de familia para cambiar sus malos hábitos alimenticios por otros que coadyuven al logro de una alimentación más sana y nutritiva.

II. MARCO TEÓRICO

A. Objeto de estudio

Para poder establecer una práctica escolar coherente y darle un sentido integral, a la necesidad de alimentarse adecuadamente se plantearon las concepciones que subyacen al proceso educativo. La cotidianidad escolar presenta rasgos que la conforman como un fenómeno multifactorial, en ellas se conjugan costumbres, valores, eventos, etc., estableciendo una diferencia específica de escuela a escuela.

El niño al momento de ingresar al ambiente escolar, se siente de cierta manera desubicado, para él es un mundo nuevo, desconocido totalmente y en el cual tendrá que adaptarse a lo largo de su estancia en dicha institución; estará sujeto a nuevas reglas, se separará de cierta forma de su ambiente familiar, tendrá que acoplarse a su mundo escolar. "El niño tiene sus necesidades propias; la sociedad, a través de la escuela, trata de inculcarle un modo de pensar conforme a su propia estructura."¹

¹ DE AJURIAGUERRA, J. "El niño y la escuela." Desarrollo del niño y aprendizaje escolar. Antología. UPN. p.314

La escuela es una institución socializadora que provee a los estudiantes de los valores y habilidades necesarias para poder funcionar productivamente en la sociedad, inspirada en una democracia liberal, trata de establecer un estado de armonía. Deja de lado aspectos importantes como la relación de la escuela con las cuestiones del poder, con los conflictos de clase y con el control social. El maestro tiene una gran responsabilidad social que es la de formar "un buen ciudadano", es por así decirlo un agente de cambio social dentro de ese gran sistema escolar; para empezar a trabajar debe tomar en cuenta el contexto social en que se desenvuelve el niño, el ambiente familiar y escolar que gira entorno a él. La participación de los padres se considera útil dentro del trabajo de los niños cuando se es consciente libremente y el niño encuentra en ella un apoyo y un detalle de afecto.

Es por eso que esta trilogía que se da en el desenvolvimiento social del niño tiene que ir de la mano para que funcione de la mejor manera el proceso educativo.

La función del docente es importante pues debe canalizar por así decirlo los conocimientos previos que el individuo trae consigo y de ahí partir el proceso enseñanza - aprendizaje.

En la actualidad se han desechado muchas técnicas educativas que han quedado obsoletas como el querer educar mediante el verbalismo, el dictado, esa educación tradicionalista el docente la modifico en la medida en que éste

estudia y se actualiza, entendiendo de manera más precisa el proceso mediante el cual aprende el niño.

Hay que dejar que el niño exprese lo que piensa, que esté en contacto con lo que se está aprendiendo y vaya apropiándose del conocimiento aunque sea errado, pues conforme lo vaya estudiando desechará o confirmará sus hipótesis.

Es la escuela la encargada de educar a los individuos formalmente, ahí se imparten áreas como lo son Matemáticas, Español, Historia, Geografía, Civismo y Ciencias Naturales.

La alimentación se encuentra ubicada en la asignatura de Ciencias Naturales por lo que a continuación se abordará su concepción:

Las Ciencias Naturales

Tienen por objeto el estudio de todo lo que en la naturaleza rodea al ser vivo, en estas ciencias se utiliza mucho la experimentación para comprobar los fenómenos que en ella suceden.

En esta ciencia se derivan otras ramas como la Física, la Química, Biología y Educación para la Salud, de las cuales en las dos últimas se enfocará el presente estudio.

La ciencia es un saber racional y sistemático de los hechos que suceden en el universo según principios y leyes, la ciencia exige que los razonamientos que se hagan se comprueben con los fenómenos de la experiencia.

Mario Bunge² explica que la ciencia es el conocimiento exacto y razonado de ciertas cosas. conjunto de conocimientos fundados en el estudio.

Dentro de las ciencias se encuentran las Ciencias Naturales, la cual se abordó en el estudio de la problemática planteada.

Biología

Es la ciencia que estudia los seres vivos, desde la más pequeña de las amibas, que consiste en una simple célula, hasta el ser humano.

Se hace alusión a la Biología ya que el hombre se alimenta de plantas y animales y es un ser vivo y la Bioquímica que comprende el estudio de las reacciones químicas que se producen dentro de las células que componen la materia viva.

La Bioquímica también analiza el tipo de alimentación que se debe tomar para estar sano y da una orientación hacia los nutrientes que se consumen y las consecuencias que puede ocasionar por ingerir en excesos de un solo alimento.³

² BUNGE, Mario. "Método científico." p. 53

³ ENCICLOPEDIA JUVENIL. Editorial Everest, p. 100

Así como la Bioquímica se encarga de proporcionar el tipo de alimentos que se deben consumir, la educación para la salud se encarga de enseñar a las personas a conservarse sanas.

Educación para la Salud

La educación para la salud es un proceso por el cual los individuos adquieren conocimientos, actitudes y conductas que ayuden a promover la salud y los incita a tomar decisiones apropiadas para resolver problemas personales, familiares y comunitarios.

Si se habla de educar es indudable que es en el hogar donde el niño comienza a aprender ciertas reglas que le serán de gran ayuda para conservar la salud, o bien puede tener una enseñanza totalmente negativa y es en la escuela donde trata de modificar o complementar según sea el caso, estos conocimientos.

No se debe pasar por alto que al niño hay que involucrarlo en lo que será el desarrollo de una vida sana, por eso es importante mostrarle la relación que hay entre la nutrición y la influencia que ésta tiene en su salud.

Por lo que debe conocer que hay muchas formas de conservar la salud y evitar enfermedades cuidando su cuerpo, con el baño, cepillado de dientes, hacer ejercicio y sobretodo cuando se preocupa por una buena alimentación.

En México, uno de los principales problemas de la población es el relacionado con la alimentación, hace falta información sobre como llevar una dieta que sea nutritiva que contenga la mayor parte de los grupos alimenticios.

Ya es tiempo de que la población conozca la estrecha relación que existe entre su forma de vivir y en especial su forma de alimentarse y su salud; el inexorable peligro que se corre por el excesivo uso de comestibles refinados, los cuales están conduciendo a graves enfermedades.

En estos tiempos, esa concepción tan mala que se tiene por parte de la mayoría de los mexicanos de que una buena alimentación es comer cantidades excesivas lo cual es un error ya que la salud empieza con el cuidado que se ponga en ella.

Para tener energía y que nuestro cuerpo funcione y se desarrolle, se necesita comer diversos alimentos; éstos están formados de diferentes sustancias, las cuales permiten un desarrollo físico e intelectual óptimo.

Existen lugares donde se proporciona información acerca de cómo cuidar la salud y lo más importante de todo esto, es poner en práctica esos conocimientos; ya que la población infantil es la más propensa a sufrir enfermedades por el desconocimiento que tienen los padres de cómo obtener una alimentación nutritiva.

B. Alimentación

Es la asimilación de las sustancias necesarias por parte de un organismo vivo para su funcionamiento y desarrollo, pero eso no quiere decir que se esté dando al cuerpo los nutrientes que éste necesita, sin embargo, una alimentación nutritiva es “el conjunto de reacciones químicas y físicas, que a partir de los alimentos ingeridos tienden a suministrar energía necesaria para los organismos y los cuales sean capaces de nutrir, conteniendo en los alimentos las sustancias requeridas para el desarrollo, tanto físico como mental.”⁴

Dentro de la alimentación nutritiva se encuentran los grupos alimenticios que a continuación se describen:

Proteínas, son sustancias que se encuentran en los alimentos ya que son fundamentales para vivir, contienen: carbono, hidrógeno, oxígeno y nitrógeno. éstas se encargan de la formación del tejido del cuerpo, especialmente de los músculos, contribuyen a la regeneración de las células muertas.

Ayudan en el crecimiento y protegen contra las enfermedades, también en los órganos del cuerpo humano se almacenan como reserva, por lo tanto es necesario ingerir alimentos que las contengan.

Las proteínas las encontramos en alimentos de origen vegetal como las frutas secas y en alimentos de origen animal como el pescado, el huevo y el queso

⁴ DICCIONARIO OCEÁNICO. Edición 1996. p.65

principalmente.

Vitaminas y minerales

Las vitaminas son sustancias químicas que el organismo necesita para mantenerse sano, se encuentran en los diferentes tipos de alimentos que se consumen, hay seis clases de vitaminas: A, B, C, D, E y K.

Ningún alimento por sí solo posee todas las vitaminas que son necesarias, de ahí la importancia de una dieta variada, pues cada una de ellas tiene una función específica.

“Las personas ancianas, infantes y mujeres embarazadas deben consumir más vitaminas de las usuales, pero el exceso de ciertas vitaminas como la A puede perjudicar.”⁵

También los minerales son necesarios, el calcio, por ejemplo, es importante para desarrollo de los huesos y dientes, se obtiene principalmente de la leche, el queso o productos lácteos.

El hierro es otro mineral importantísimo en la formación de la hemoglobina de los glóbulos rojos de la sangre, la cual es indispensable para la vida pues de su presencia depende la función de transportación del oxígeno a cada una de las

⁵ **DICCIONARIO MARK.** Edición 1992. p.1326

células del organismo, así como la recolección del bióxido de carbono para llevarlo a los pulmones y de ahí ser exhalado.

Los minerales se encuentran en las frutas, verduras y legumbres especialmente, pero también se encuentran en productos derivados de la leche.

Otro de los grupos también importantes en la alimentación es sin duda los Lípidos o grasas, que por cierto mucha gente se abstiene de consumir para evitar subir de peso.

Lípidos o grasas

Las grasas son un alimento importante en la dieta diaria para cualquier ser vivo, pues son un depósito de energía, la mayor parte de las grasas vegetales se obtienen de semillas y frutos secos.

“En el ser humano la grasa se almacena en forma de gotitas en una capa bajo la piel, y en las células del cuerpo.”⁶ Las grasas consumidas deben estar contenidas en otros nutrientes, pues el consumirlas directamente ocasionan enfermedades como la obesidad y lo mismo se da en el consumo de azúcares y harinas, éstas forman parte de los carbohidratos.

Por eso la importancia de alimentarse bien, no sólo consiste en saber balancear

⁶ ENCICLOPEDIA JUVENIL. Editorial Everest. p.337

los grupos alimenticios para obtener una buena alimentación.

Carbohidratos

Son el combustible que usa el cuerpo para obtener la energía. Los cereales y vegetales contienen azúcares y almidón que se conocen como hidratos de carbono no refinados, mientras que el azúcar, la harina y arroz blanco se conocen como hidratos de carbono refinados, son 100 % energía y no contienen celulosa ni otras sustancias nutritivas.

Los carbohidratos entran en el organismo y son convertidos en glucosa que es distribuida en el torrente sanguíneo, que a su vez se transforma en glucógeno, que puede utilizarse como combustible.

C. Factores que influyen para tener una alimentación nutritiva

Son muchos los factores que influyen para que un gran porcentaje de la población en el mundo no consuman alimentos nutritivos. A diario se escucha en los noticieros o se lee en revistas y periódicos la muerte de personas que mueren por falta de alimentos o por enfermedades provocadas por la desnutrición.

La desnutrición infantil es un grave problema, en el cual se encuentra inmersa un amplio sector de la población. Encontrar soluciones prácticas a esta situación ha sido durante mucho tiempo la preocupación especial de muchos investigadores.

Aproximadamente dos terceras partes de la población infantil de los países en vías de desarrollo adolecen de algún grado de desnutrición por la mala alimentación, las estadísticas son siempre necesarias para apreciar la dimensión de la problemática.

La cruda realidad es que en el mundo hay entre 10 y 20 millones de niños que padecen de deficiencias protéicas,⁷ uno de los grados de desnutrición. Desde el punto de vista de la nutrición y la salud, el bebe tranquilo y bien alimentado, amamantado por su madre, puede compararse con un niño sano de cualquier parte del mundo.

El desarrollo de un niño en base a su alimentación comienza desde el período de la lactancia, basándose en la importancia de la leche materna; por lo que es indispensable que la madre consuma alimentos ricos en hierro y proteínas.

Sin embargo, en la actualidad, este proceso de alimentación se ha ido perdiendo, por la necesidad de la madre de trabajar y tiene que recurrir necesariamente al biberón, dejando por esa necesidad la oportunidad de amamantar al niño. No con esto se dice que no alimenten, sólo que simplemente no pueden nutrir de la misma manera que la leche materna, pues nunca se dejará de insistir lo suficiente en las propiedades salvadoras de la alimentación materna para el niño pequeño.

⁷ B. DERRICK, *Jellide*. "Se puede prevenir" Método experimental en la enseñanza de las Ciencias Naturales. Antología. UPN. p. 180

Cuando no se puede evitar la alimentación artificial, puede organizarse la supervisión del estado nutricional pesando periódicamente a los pequeños a fin de descubrir la desnutrición en sus comienzos.

La prevención de la desnutrición en los niños de edad escolar es una cuestión muy compleja, que varía de una parte a otra, puede relacionarse con el mejoramiento del nivel económico de vida, la educación familiar, la disponibilidad de alimentos y muchos otros aspectos de la vida, lamentablemente es la situación económica prevaleciente, uno de los factores que más inciden en la alimentación.

Entre los factores más importantes que inciden en la desnutrición se encuentra que la mayor parte de la población del llamado tercer mundo todavía habita en la zona rural, se produce cada vez más el movimiento de personas hacia los barrios marginados de las ciudades o poblaciones aledañas, estas migraciones masivas plantean una serie de diversos problemas, tanto políticos, sociales como humanitarios. Uno de los más importantes de hecho es el económico, lo que da como consecuencia una mala alimentación.

Otro de los factores quizás podría ser de vital importancia es el elevado índice de desempleados y que por ende trae como consecuencia el no poder suministrar al hogar los alimentos requeridos para una alimentación completa. En la época en la que vivimos se percibe lo dramático del problema en los comentarios de los medios de comunicación, donde se plantea la amplia gama de desnutrición infantil

y sus problemas, pero la población que está afectada es la que menos puede hacer por superar este problema.

Aunado a lo anterior se encuentra que el hombre contemporáneo se ha encargado de acabar con el suelo que proporciona los alimentos, el círculo se vuelve un vicio ya que de ahí se obtiene el alimento, los suelos están desequilibrados por el abuso de los agentes químicos que vienen a acabar con las sustancias naturales del suelo,⁸ además de no cultivarlos adecuadamente.

Es por eso que se dice que el hombre tiene miedo del mismo hombre, está acabando con la poca naturaleza que queda, dejando a las futuras generaciones un montón de problemas y enfermedades a consecuencia de tanto abuso de la misma.

Si se enfoca el problema hacia el ámbito escolar, se detecta que existe en los alumnos diferentes grados de desnutrición infantil, esto es fácil de observar por sus repercusiones en el trabajo educativo, el escaso entusiasmo en los juegos, afecta las relaciones entre sus compañeros al volverse más retraídos.

Se ha demostrado que las personas que no desayunan tienen cierto decaimiento y menor eficiencia al efectuar tareas mentales y físicas, por consiguiente, es indispensable tomar algo temprano, aunque sea un desayuno ligero, es necesario consumir una comida nutritiva, si se quiere efectuar un trabajo eficiente, si por el contrario el niño sigue sin probar ningún alimento que le sea nutritivo, la única alternativa que le queda es recurrir a comer alimentos de baja calidad e inapropiados; es lo que sucede en los centros escolares que tienen niños de escasos

⁸ MOSQUEIRA, F.G. "La salud y los alimentos." Método experimental en la enseñanza de las Ciencias Naturales. Antología. UPN. p.189

recursos económicos, se alimentan de comida poco nutritiva.⁹

La aversión a ingerir todos los alimentos que le sirvan y la ingestión de alimentos inadecuados son quejas comunes de los padres de los niños de 2 a 12 años, "la disminución del apetito suele relacionarse con el retraso del ritmo de crecimiento normal de esta etapa."¹⁰ Es necesario orientar a los padres y niños sobre los patrones de crecimiento en relación con la estatura y peso según la edad. También dentro de esta orientación debe conocer que debido a una mala calidad en su nutrición, existen enfermedades que con el paso del tiempo pueden llegar a tener graves consecuencias; la más común de todas la anemia, es por eso la importancia de estar informados sobre cómo alimentarse mejor, porque una buena nutrición es indispensable para el mantenimiento de la salud y una mejor calidad de vida, pues de su proporción y variedad depende que el organismo humano obtenga los nutrientes necesarios para el buen desempeño de todas las funciones, asimismo, una adecuada alimentación está directamente relacionada con la eficaz respuesta del sistema inmunológico ante el ataque de diversos microbios causantes de enfermedades y es la mejor garantía de un óptimo rendimiento físico e intelectual.

Estas consideraciones adquieren especial importancia al aplicarlas a los niños, sobretodo, en las etapas de preescolar y primaria que por abarcar los años de aprendizaje y formación tanto física como psicológica, resultan decisivas para

⁹ HERRERA, Henri. "Nutrición y salud.". p.389

¹⁰ DICCIONARIO MARCK. p.1176

establecer sanos hábitos alimenticios, que sin duda, repercutirán a lo largo de su vida.

La duda será ¿Cuál es la mejor alimentación para los niños?, ¿Los padres tienen consciencia de la importancia de ésta? o acaso ¿Es a los qué más les preocupa?

La respuesta a ciencia cierta no se sabe, puesto que en realidad no existe una respuesta específica para tal pregunta, pues no es posible en la actualidad encontrar un alimento milagroso que haga crecer a los niños sanos y fuertes, lo mejor es proporcionarles una dieta variada, donde esté asegurada la aportación de calorías, proteínas, vitaminas y minerales que su organismo requiere para su correcto funcionamiento.

A cada período del desarrollo humano corresponde una determinada porción de energéticos, la cual puede fijarse atendiendo a diversos criterios como la edad, talla o peso.¹¹ Aunque en las etapas escolares es muy importante no descuidar las demandas del pequeño, ni obligarlo a que consuma una cantidad o alimento especial. Pues así como se dan las recomendaciones nutricionales, también hay que cuidar el aspecto en cuanto a hábitos alimenticios, es necesario aquí el papel de los padres, ya que es fundamental que fomenten una relación afectiva con el niño al momento de alimentarlo.

Al niño hay que acostumbrarlo a un horario para alimentarse, esto quiere decir,

¹¹ EL HERALDO DE CHIHUAHUA. 17 de febrero de 1997.

que el niño se adapte a un horario de comidas ordenado y predeterminado, reside en que aprenda a sentir hambre y saciarla siempre y cuando los padres estén pendiente de los alimentos que está ingiriendo el niño.

Los adultos deben de recordar que el niño no debe de comer como un adulto chiquito pues esto trae como consecuencia, una mala alimentación, ya sea por exceso o deficiencia, puede dar lugar a la aparición de problemas como la anemia, que viene a dar trastornos cuyos efectos negativos, provocan en el desempeño escolar serios problemas, otra consecuencia es la obesidad, se dice que no por estar gordo se está bien alimentado; esto es consecuencia de una alimentación mal balanceada.

Por ello es de vital importancia procurarle al infante desde sus primeros años de vida una dieta completa y balanceada que incluya elementos de los distintos grupos alimenticios.

“La cantidad de alimentos no determina el valor nutricional, hay que establecer un balance correcto no sólo entre las cantidades sino entre la calidad de cada uno de ellos y se puede solicitar la opción de un pediatra o nutriólogo, para poder prevenir posibles enfermedades y padecimientos por tener una mala alimentación.”¹²

¹² Artículo del Heraldo de Chihuahua. 17 de febrero de 1997.

C. Enfoque Psicológico

Uno de los aspectos que más les ha preocupado al docente desde los tiempos atrás, es la forma de llevar a cabo el proceso de enseñanza - aprendizaje.

El maestro en su diario convivir con el niño, observa que este se socializa por medio de las experiencias que adquiere fuera del ámbito escolar y que los propios individuos van tomando para su propia formación.

Hilgard y Bower expresan, "el potencial hereditario y el ambiental suponen un doble proceso de crecimiento... el potencial nativo se realiza bajo la influencia del ambiente de modo que la capacidad para aprender es un producto de esa interacción." ¹³

El docente debe aprovechar al máximo esa interacción para llevar a cabo los objetivos que se plantee en su trabajo, o debe tomar en cuenta los conocimientos previos y partir de ellos para que el alumno construya su propio aprendizaje ya que el proceso de aprendizaje es principalmente social.

Aprendizaje

En esta propuesta se tomó como base la Teoría Psicogenética para elaborarla, en ella se estudian los procesos evolutivos de las estructuras mentales.

¹³ C. SWENSON, Leland. "Una teoría maduracional cognitiva." Teorías del aprendizaje. Antología. UPN. p.205

La corriente psicogenética, considera que en todo aprendizaje se da una mediación por parte de las estructuras mentales, hacia las condiciones externas, considerándolos como un proceso de conocimiento, comprensión y relación.

La Teoría Psicogenética postula el carácter interaccionista en la construcción del conocimiento, dándole valor entonces, tanto al papel del medio ambiente como a los procesos mentales.

En esta interacción el niño irá madurando, pues el medio ambiente es tomado como el propiciador de situaciones, por ejemplo la esfera sensoriomotriz habrá de ser complementada, por la percepción subjetiva del individuo, y se integrará a los esquemas internos originando conocimientos nuevos.

La Teoría Psicogenética considera al niño como un ser que está constantemente aprendiendo, por lo que la educación debe de cambiar a hacia la formación de actitudes tales como que el niño sea reflexivo, crítico y analítico en lugar de un ser pasivo - receptivo.

La manera como el ser humano organiza y adapta a sus experiencias ambientales se manifiesta a través del proceso de desarrollo, Piaget lo explica en una serie de etapas "...a medida que los niños se desarrollan conforme a su potencial genético, cambia su comportamiento para adaptarse a su contexto social..."¹⁴

¹⁴ WOLLFOLK, Anita y NICOLICH, L. "Una teoría global sobre el pensamiento." Teorías del aprendizaje. Antología. UPN. p. 202

Si se está hablando de adaptación Piaget¹⁵ cree que desde el nacimiento, una persona busca los medios para adaptarse a su entorno. En la adaptación se dan dos procesos: la asimilación y la acomodación.

La asimilación, es cuando se hace uso de ciertas conductas innatas o ya sean aprendidas, en cuanto a la acomodación, implica ajustar una nueva conducta a lo aprendido, sino le es satisfactorio y desarrolla un nuevo comportamiento que se ajusta a la nueva situación.

Al transformar las estructuras mentales se llegan a la equilibración en la cual Piaget explica que es un mecanismo regulador entre el ser humano y su medio, "el individuo utiliza su madurez y actúa de acuerdo a sus propias ideas las cuales al adaptar una nueva conducta desarrolla un comportamiento satisfactorio."¹⁶

En el proceso del aprendizaje, Piaget establece un sistema de desarrollo basado en etapas o períodos.

Período sensoriomotor (0 - 2 años)

El niño a esta edad no tiene conciencia de su yo, ni de lo que forma parte de su entorno, lo ve como algo ajeno a él. El punto de partida de sus conocimientos son los modelos innatos de conducta como la succión, presión y actividad corporal.

¹⁵ *Ibidem.* p.202

¹⁶ DE AJURIAGUERRA, J. "Desarrollo infantil según la psicología genética." *Desarrollo del niño y aprendizaje escolar. Antología. UPN.* p.90

No tiene sentido de permanencia, es decir, mientras tenga a la vista un objeto, éste existe, y en el momento que lo pierde deja de existir para él. No es capaz de establecer representación simbólica.

Estas experiencias son la base del desarrollo sensoriomotriz.

Período Preoperacional (2 - 7 años)

La característica más importante de este período es la aparición del lenguaje, el cual lo dotará de un ilimitado poder de acción y respuesta hacia el medio que lo rodea. Con la adquisición del lenguaje, el niño va integrando nuevos esquemas mentales, en los que el pensamiento, poco a poco va haciendo su aparición, la función simbólica comienza a desarrollarse presentándose en formas lúdicas. El pensamiento del niño es, en esta etapa egocéntrico, es incapaz de prescindir de su propio punto de vista. "El pensamiento preoperacional no es reversible... el niño adquiere poco a poco habilidades que le darán acceso a un nuevo modo de pensar."¹⁷

Período de las operaciones concretas

Se presenta un gran avance en la socialización del niño y la objetivación de su pensamiento. Es capaz de establecer una diferencia entre él y el medio ambiente que le rodea hecho que repercutirá en los planos cognitivos, afectivo y moral. El niño puede captar las variaciones en su entorno, aunque su pensamiento sólo

¹⁷ Op. Cit. WOOLFLOK, Anita... p. 210

alcanza a operar sobre la realidad susceptible de manipularse, la representación que hace de lo que lo rodea es concreto, es incapaz de razonar basándose sólo en enunciados verbales, sin embargo, en esta etapa el pensamiento del niño da un salto cualitativo, al adquirir los rasgos de la reversibilidad.

El niño no se limita a lo que se le dice, sino que busca la manera de comprobar lo que se le ha dicho, "adquiere conciencia de su propio pensamiento con respecto al de los otros."¹⁸

En este período Piaget habla de "una evolución de la conducta en sentido de cooperación...los niños son capaces de una auténtica colaboración en grupo, pasando de una actividad aislada a tener una conducta de cooperación."¹⁹

Período de las operaciones formales (11 - 15 años)

Hace su aparición el pensamiento formal, la principal característica de este nivel es la capacidad de prescindir del contenido concreto para situar lo actual en un más amplio esquema de posibilidades,²⁰ el adolescente sienta las bases para poder conceptualizar el tiempo histórico, además las reglas dejan de ser exteriores para convertirse en construcciones internas producto de una conciencia racional.

¹⁸ Op. Cit. DE AJURIAGUERRA J... p. 109

¹⁹ *Ibidem.* p.109

²⁰ *Ibidem.* p.110

El individuo tiene que pasar por todos estos períodos para alcanzar su desarrollo cognitivo.

Para Piaget existen tres formas mediante las cuales el niño aprende:

En la primera, el niño aprende por interacción social y por sus experiencias físicas en relación con el objeto de estudio. El lenguaje juega un papel de mediador.

La segunda forma se refiere a la experiencia física es la que el sujeto esté en contacto con el objeto mediante la manipulación, "permite que el niño aprenda por medio de la experiencia física directa."²¹

La tercera es la tipo lógico - matemático es más abstracta ella es resultado de las dos formas anteriores en donde el niño elabora reglas lógicas mediante la interacción sujeto - objeto. Piaget denomina estructuras cognitivas a esas reglas. De esta manera el individuo llega a conformar su conocimiento para llegar al aprendizaje.

D. Enfoque Pedagógico

1. Pedagogía Operatoria

Las investigaciones genéticas nos dan a conocer los pasos sucesivos por los que atraviesa el conocimiento en la construcción de las estructuras operatorias y las

²¹ **Op. Cit.** "Una teoría maduracional... p.206

nociones fundamentales. El aprendizaje debe estar encaminado a la adquisición de estas nociones.

Al niño cada vez que se le presentan situaciones nuevas, tiende a reaccionar de diferente manera, pues le irán permitiendo la adquisición de nuevas estrategias que utilizará sobre el objeto de estudio.

Dentro de los estudios realizados, lo que ha causado una incógnita es saber que relación puede existir entre las experiencias que el niño va adquiriendo en relación con los lazos genéticos existentes en sus estructuras.

“Los trabajos sobre aprendizaje operatorio se basa en la relación que existe en el procedimiento aplicado a cada individuo dentro de un grupo determinado, tomando en cuenta el estadio evolutivo en que se encuentra y su relación con el objeto de aprendizaje.”²²

En la pedagogía operatoria es válido el equivocarse, ya que el niño al iniciar cualquier aprendizaje comete muchos errores, de los cuales aprende, son parte del proceso enseñanza - aprendizaje, por lo tanto, es normal que suceda, porque de acuerdo a sus experiencias el niño deberá construir y reconstruir el proceso y obtener nuevos resultados.

²² MORENO, Monserrat. “Problemática docente.” Teorías del aprendizaje. Antología. UPN. p. 384

En el proceso de operatividad se encuentra otro llamado de generalización, que trata de que el niño sea capaz de partir de su conocimiento dentro de cierto nivel, siempre y cuando tenga conocimientos previos de lo que está aprendiendo, puesto que para el niño debe haber una estrecha relación entre él y el objeto de estudio, y si no llega a existir para él no tendrá ningún sentido aprenderlo.

La Pedagogía Operatoria habla de que todo aprendizaje, debe ser aplicado a otros contextos, que no debe ser encasillado a una sola situación, y que el niño tenga la capacidad de utilizarlo donde le sea necesario y darle las variantes que considere según la situación en que se le vayan presentando, que tenga la capacidad de construir su propio conocimiento cuando le sea apremiante, es por eso que el proceso de generalización debe ser aplicable a cualquier situación y no ser sólo un proceso de memorización y sistematización.

Dentro de esta operatividad el rol del docente es importante porque es activo, no presenta conocimientos y moralidades preparados de antemano, sino proporciona oportunidades para que el niño construya su propio razonamiento.

2. Medios para la enseñanza

Para que el docente obtenga resultados positivos dentro del desarrollo de su clase, debe tomar en cuenta que medios debe utilizar para lograr el aprendizaje. Anteriormente el profesor utilizaba el papel, lápiz, libro y pizarrón para impartir su clase y que al final de cuentas era aburrido para el alumno.

Para seleccionar los medios de enseñanza que sean más eficientes y que lleven al alumno a elaborar sus trabajos con agrado se deben de tomar en cuenta los siguientes criterios.²³

- Disponibilidad, tiempo y espacio del que disponga tanto el alumno como el docente.
- Aptitud, es la capacidad para el logro de un determinado objetivo.
- Eficiencia, lograr el objetivo con la menor distorción posible y el más alto nivel de aprendizaje.
- Ambientación, los materiales deben estar adaptados al ambiente social, económico y cultural.

Los medios para la enseñanza tiene la finalidad de llevar al alumno dentro del aprendizaje a que se motive, a enfocar su atención, apropiándose de conocimientos, que el alumno sea más participativo, que el aprendizaje sea más fácil y dar paso a las innovaciones en materia educativa.

Para conocer si los medios para la enseñanza cumplieron con su finalidad es necesario hacer una valoración del proceso enseñanza - aprendizaje.

3. Evaluación

Dentro de la práctica educativa la evaluación es un aspecto muy importante al que desafortunadamente no se le da la relevancia necesaria. Antes sólo se

²³ **SUÁREZ DIAZ, Reynaldo.** "Selección de estrategias de enseñanza - aprendizaje." Medios para la enseñanza. Antología. UPN. p.7

utilizaba el criterio numérico dentro de un examen sin tomar en consideración las circunstancias probables que podían interferir en el aprendizaje.

Evaluar es un mecanismo más complejo, el docente en ocasiones no tiene el criterio suficiente para evaluar, quizá porque se tiene un concepto muy erróneo de lo que esto significa.

La evaluación debe ser permanente se deben evaluar aspectos como la participación diaria del alumno, tareas, trabajos realizados dentro del aula y el examen que se aplica al término de cada unidad.

Para que los resultados de la evaluación sean los apropiados, hay que tomar en cuenta las técnicas que se van a utilizar y que estén acordes con el proceso enseñanza - aprendizaje, hay que valerse también de la retroalimentación que se debe llevar a cabo en cuanto el docente se percate de que algo está fallando dentro del proceso.

III. MARCO CONTEXTUAL

A. La Política Educativa en México

Se entiende por Política Educativa como:

El conjunto de disposiciones gubernamentales que con base en la legislación en vigor, forman una doctrina coherente y utilizan determinados instrumentos administrativos para alcanzar los objetivos fijados por el Estado en materia de educación. La educación por lo tanto, no puede darse como un hecho espontáneo aunque el sistema escolar puede presentar rasgos de desorganización u otra serie de carencias o fallas, el Estado fija de una manera precisa su propia política educativa.²⁴

De antemano se sabe que la política educativa de cualquier país es la encargada de manejar todos los asuntos relacionados con la educación que en él se imparta, también es cierto que tiene que ir cambiando de acuerdo a las necesidades que se presenten a lo largo de la historia de la nación.

Dentro de esta política educativa la escuela juega un papel preponderante, pues es parte del aparato ideológico del Estado y su principal objetivo es la de formar individuos que sirvan al sistema económico- social imperante en un determinado

²⁴ GALLO MARTÍNEZ, Víctor. "Política Educativa." Antología. UPN. p.49

tiempo. Las políticas educativas actuales se encuentran sujetas a parámetros de modelos económicos y por lo cual presentan un alto grado de incertidumbre, como lo han llegado a ser los planes y programas sexenales, los llamados programas pilotos inconclusos y modelos educativos tomados de otros países y que al aplicarlos en México no llegan a tener los resultados deseados, por no estar de acorde a las necesidades y circunstancias reales del país.

El presupuesto que es destinado a educación es un factor medular en la resolución de la problemática del sistema educativo.

Uno de los problemas de mayor relevancia es el que padecen muchos de los niños mexicanos en edad escolar, la desnutrición con sus múltiples consecuencias, por lo que se debe emprender un programa emergente para tratar de resolverlo.

La educación forma parte de la superestructura que conforma el aparato del Estado, a través de los años el país ha ido atravesando por grandes etapas que han dejado huellas profundas en la nación y por ende en el sector educativo.

El sistema educativo enfrenta actualmente dos problemas el de la reprobación y el de la deserción, es alarmante el porcentaje de niños que no concluyen sus estudios de educación básica por estos motivos, los maestros de México tienen que tomar conciencia de esta grave situación con el objeto de colaborar

activamente en su solución. “El fundamento de una educación de calidad para todos requiere de una sólida formación de valores, actitudes, hábitos, conocimientos y destrezas desde la primera infancia a través de los niveles de preescolar, primaria y secundaria.”²⁵ La importancia estratégica de la educación básica estriba en atender al mayor número de estudiantes del sistema educativo.

En la actualidad existen aproximadamente noventa millones de habitantes en el país los cuales, como es lógico no tienen la misma posición económica, por lo tanto, es un factor que se refleja en el aspecto educativo, pues son muy pocos los que tienen acceso a una educación profesional.

B. Artículo Tercero Constitucional

La educación tiene su sustento legal en el Artículo Tercero Constitucional, el que por muchos años no tuvo ninguna modificación y fue hasta el sexenio del Lic. Carlos Salinas De Gortari cuando se modificó por no atender a las necesidades que el país en ese momento requería.

Las modificaciones trascendentales al Artículo Tercero son:

- Se amplía la cobertura de la Educación Básica que anteriormente era hasta primaria y en la actualidad abarca al nivel de secundaria, ésta, con carácter de obligatorio.

²⁵ Planes y Programas de Estudio. Primaria. 1993. p.25

- Se levanta la prohibición en cuanto a intervención de las sectas religiosas en el ámbito educativo de primaria, secundaria y normal.
- Se levantan las restricciones a los particulares para participar en el campo educativo.

Sin embargo, los fundamentos básicos siguen vigentes en la norma jurídica constitucional.

"La educación que imparte el Estado, Federación y Municipio tenderá a desarrollar armónicamente todas las facultades del ser humano y fomentará el amor a la patria y la conciencia de la solidaridad internacional en la independencia y la justicia."²⁶

La educación será laica, gratuita y obligatoria, por lo tanto, se pretenderá que las escuelas particulares se reglamenten de acuerdo al Artículo 3º. La educación a través de los planes y programas que estructura el gobierno federal de lo contrario se les retirará la licencia para dicho propósito.

C. La Ley General de Educación

Junto con el Artículo 3º Constitucional constituye el fundamento legal de la educación en México. Esta ley tiene la responsabilidad de cimentar las bases

²⁶ S.E.P. "Artículo Tercero y Ley General de Educación." p. 27

reglamentarias, mantener sus lineamientos en vigor y hacer partícipes al educando y al docente.

Confirma el papel central que desempeña el docente y reconoce al educador como el promotor, coordinador y agente directo del proceso educativo. Esta ley regula la participación de la Federación, Estados y Municipios en el aspecto educativo. Para que la ley sea bien aplicada corresponde a los tres niveles de gobierno vigilar el cumplimiento de la misma.

En el lo que se refiere a la asignatura de Ciencias Naturales esta ley establece: "Favorcer el desarrollo de facultades para adquirir conocimientos, así como la capacidad de observación, análisis y reflexión críticos;... Fomentar actitudes que estimulen la investigación y la innovación científicas y tecnológicas."²⁷

D. Acuerdo Nacional para la Modernización de la Educación Básica

Este acuerdo surge de la necesidad de hacer algunos cambios dentro del Sistema Nacional Educativo, para ello plantea su reorganización, la reformulación de contenidos y materiales didácticos y la revaloración de la función magisterial.

"El Acuerdo Nacional para la Modernización de la Educación Básica se propone transformar el sistema de educación básica con el propósito de asegurar a los niños y jóvenes una educación que les forme como ciudadanos de una comunidad democrática, que les proporcione conocimientos y capacidad para elevar la

²⁷ *Ibidem.* p. 51

productividad nacional. Tener una buena educación básica que genere niveles más altos de empleos bien remunerados, el unirse en un gran esfuerzo que se extienda la cobertura de los servicios educativos." ²⁸

También en este acuerdo se trata de elevar la calidad de la preparación del maestro y un mejor sueldo de acuerdo a su preparación, de ahí surge Carrera Magisterial que viene a dar respuesta dos necesidades de la actividad docente; estimular la calidad de la educación y establecer un medio claro de mejoramiento profesional, material y de la condición social del maestro.

Una de las principales propuestas de este acuerdo es el que se pretende con el trabajo solidario de docentes, padres, comunidad y autoridades para lograr una mejor educación.

E. Programa de Desarrollo Educativo 1995- 2000

"La política de desarrollo social para el período 1995 - 2000 es el de asegurar que se eleven los niveles de bienestar y calidad de vida de los mexicanos tanto en materia de educación, salud y vivienda para poder disminuir la pobreza y la exclusión social." ²⁹

Dentro de este programa, La principal inquietud y las metas planteadas son: que la educación tenga una mayor cobertura y una mejor calidad, esto en cuanto a

²⁸ S.E.P. "Acuerdo Nacional para la Modernización de la Educación Básica." p. 35

²⁹ Plan Nacional de Desarrollo 1995 - 2000. p. 76

formación de valores, hábitos, actitudes y conocimientos que abarca la educación básica, y que cada individuo tenga la misma oportunidad de estudiar dentro de cualquier plantel educativo.

También es de suma importancia que los conocimientos adquiridos le sean útiles en su vida diaria y aplicables para que se tenga en cierta manera un mejor nivel de vida. Con lo anterior se quiere abarcar los tres factores fundamentales de este programa la equidad, calidad y pertinencia, propósitos que a pesar de los esfuerzos del gobierno no se han podido lograr.

Uno de los aspectos para poder alcanzar estos objetivos la Secretaría de Educación se ha empeñado en “la programación constante de cursos de actualización en todo el país para los docentes y que sea a través de ellos el poder mejorar la calidad de la educación en México.”³⁰

F. Planes y Programas de Estudio

Los planes y programas son elaborados para otorgar a los docentes un cúmulo de contenidos de aprendizaje básicos para la educación primaria, en estos programas se completa una nacionalización en cuanto al aprendizaje y una mejor labor docente.³¹

³⁰ *Ibidem.* p.79

³¹ S.E.P. “Planes y programas de estudio. Educación primaria. 1993.” p.13

Los planes y programas fueron y han sido elaborados por la Secretaría de Educación Pública de acuerdo a las facultades que le confiere la ley, y en su preparación han sido tomadas en cuenta las sugerencias y observaciones recibidas a lo largo de un extenso proceso de consulta, en el cual participaron docentes, especialistas en educación, científicos, representantes de los padres de familia, la organización sindical y agrupaciones sociales.

La Secretaría de Educación inicia una serie de reformas y planes experimentales entre ellos los sistemas pilotos, que fueron puestos en práctica en determinadas escuelas tanto rurales como urbanas.

También se hacen reformas en lo que a libros de texto se refiere, se regionalizan, existe una continuidad en cuanto a hechos históricos se refiere.

Es vital conocer los programas vigentes, para poder contribuir al análisis, reflexión y enriquecimiento, con el fin de que los integrantes de la comunidad educativa estén en condiciones de contribuir a hacer realidad la equidad, la calidad y la pertinencia de la educación al aplicarla.

El Programa de Desarrollo Educativo parte de la convicción de que la verdadera riqueza reside en las cualidades de las personas que los integran. La educación es un factor estratégico del desarrollo que hace posible alcanzar niveles de vida superiores.

El programa tiene como propósito dar realización plena a los principios y mandatos contenidos en el Artículo Tercero Constitucional y a las disposiciones de la Ley General de Educación y muy especialmente a las propuestas formuladas por los Estados de la Federación, el Magisterio y la Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior.

Dentro de los programas se encuentran los contenidos básicos que se enfocan directamente a los niños: el adquirir y desarrollar las habilidades intelectuales que les permitan aprender constantemente³² y que al desarrollarlas tengan la capacidad de aplicarlas a su vida cotidiana y tomen consciencia a través de lo aprendido de sus derechos, deberes y valores.

Los planes de estudio están estructurados en tres ciclos: el primer ciclo lo componen 1º y 2º; el segundo, 3º y 4º; el tercer ciclo 5º y 6º.

Se contemplan las siguientes asignaturas Español, Matemáticas, Educación Física y Artística para los seis grados, Conocimiento del Medio para el primer ciclo y Ciencias Naturales para los otros dos, Historia, Geografía y Civismo para el tercer grado de manera integrada y de 4º a 6º por separado.

La organización de los programas en la asignatura de Ciencias Naturales está desarrollado en cinco eje temáticos los cuales son: los seres vivos, el ambiente y

³² *Ibidem.* p.13

su protección, el cuerpo humano y la salud, materia, energía y cambio, ciencia, tecnología y sociedad.³³

Dentro del programa de segundo grado el problema de la alimentación se ubica en el eje temático del cuerpo humano y la salud, pues aquí se pretende que los alumnos se convenzan que las enfermedades más comunes se pueden prevenir, tener buenos hábitos de higiene y de alimentación,³⁴ mediante la información y las experiencias que el niño vaya adquiriendo a lo largo de su aprendizaje; no debemos pasar por alto que se pretende formar individuos participativos y no receptivos.

G. Contexto Social e Institucional

Al docente le toca desempeñar su labor en muchas comunidades y en todas encuentra situaciones problemáticas de diferente índole. El problema que se plantea en este trabajo tiene como marco de referencia a la Escuela Primaria Federalizada "Dr. Pablo Gómez" ubicada en las calles Misael Núñez y Teporaca de la Colonia Misael Núñez al sur de la Cd. de Chihuahua en el grupo de 2º A.

El medio social en el cual está inmersa la institución es una más de las colonias de la periferia producto de la lucha por obtener un patrimonio familiar, la mayoría de sus habitantes pertenecen por sus características socioeconómicas a la clase

³³ *ibidem.* p.75

³⁴ *ibidem.* p.76

baja, en el sector se localiza el CEBTIS 122, un jardín de niños y dentro del mismo radio localizamos otras escuelas primarias y una secundaria técnica a la cual asisten los egresados de la escuela.

Ambos padres en el mayor de los casos se emplean para poder afrontar los gastos económicos que requiere su familia para poder subsistir, las mujeres principalmente se emplean en las maquilas o como domésticas, los varones realizan labores de albañiles, barrenderos, cantineros, obreros de maquila, vigilantes y muy pocos cuentan con un empleo de planta, algunos alumnos se ven obligados, por la situación económica, a colaborar en el gasto familiar ocupándose como voceadores o bien de limpiavidrios. El subempleo hace que la mayoría carezca de los servicios médicos por lo que tienen que acudir a la beneficencia pública o al dispensario médico de la colonia.

Los espacios recreativos son escasos, una cancha de basquetbol y la Ciudad Deportiva "José Vasconcelos" de reciente creación que aunque no está en la colonia se tiene fácil acceso a ella, proliferan grupos de pandilleros que tienen en constante intranquilidad a los habitantes del sector, no escapando a sus fechorías ni el plantel educativo.

La escuela en sus inicios empezó a funcionar en casas que estaban en construcción las cuales fueron proporcionadas por los propios padres de familia, ya que en el terreno donde se ubica actualmente la escuela sólo se contaba con

tres aulas y un baño muy reducido. Afortunadamente con la ayuda de padres, maestros y autoridades hoy es posible contar con 12 aulas, 2 aulas móviles, dirección, sanitarios, bebederos, una explanada cívica, cancha deportiva de usos múltiples y amplio patio de juegos.

Su organización es completa, el personal lo componen 13 docentes, directora, subdirectora, profesor de Educación Física y un intendente. Los docentes cuentan con una preparación de Normal Básica, algunos con estudios de UPN y otros con Normal Superior.

En el quehacer escolar prevalecen relaciones armónicas y de respeto lo que a provocado que los profesores permanezcan por mucho tiempo sin buscar su cambio, respecto a la labor docente existe una buena coordinación entre los docentes en cuanto a entrega y profesionalismo, si bien es cierto que hay fallas internas, éstas son superadas por la disponibilidad de los maestros para resolverlas.

La escuela cuenta con tres grupos de 1º, dos en los grados de segundo, tercero, cuarto, quinto y sexto, cada uno de los grupos tiene el material didáctico y de apoyo necesario para facilitar el trabajo escolar.

El grupo de 2º A está integrado por un total de 25 niños de cuales 11 son mujeres y 14 hombres, cuyas edades oscilan entre los 7 y 9 años.

La mayoría son hijos de empleados de maquiladora, y uno que otro profesionalista, sin embargo se puede percatar que son niños que la mayoría del tiempo la pasan en su casa solos o al cuidado de un hermano mayor por lo que es muy poca la atención que tienen por parte de los padres.

En el plantel los alumnos dejan ver sus inquietudes por investigar sobre lo que les interesa y es donde el docente aprovecha esa energía del alumno para realizar su trabajo, pues a esta edad el niño es inquieto, curioso y muy participativo, y eso es lo que el docente busca en sus alumnos.

La escuela siempre ha participado en todos los eventos que la supervisión o jefatura del sector han convocado: concursos académicos, coros, escoltas, composición a los símbolos patrios, entre otras actividades propias de competencia. También se festejan las fechas cívicas más importantes, el Día del Niño y el de la Madre todo ello con la participación activa del personal.

Esta escuela ha llegado hasta donde está gracias a la colaboración conjunta de padres de familia y maestros.

IV. ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS

A. Presentación

En todos los grados de educación primaria el programa contempla en uno de sus ejes temáticos el tema de la salud, he ahí la importancia de que el niño desde su ingreso a este nivel educativo empiece el estudio de los conocimientos relacionados con el tema.

Las estrategias didácticas son un proceso del cual el maestro se vale para llegar a cumplir los propósitos fijados al inicio del ciclo escolar y de los particulares de cada eje temático. Cada una de las actividades propuestas tienen como finalidad llevar al alumno mediante vivencias a que reflexione sobre si realmente tienen los cuidados higiénicos y alimenticios adecuados para mantenerse sanos y, sobretodo, si los alimentos que consumen son nutritivos.

En las estrategias se manejan situaciones de aprendizaje que intenten favorecer en el niño su pensamiento reflexivo y al mismo tiempo vayan construyendo su propio conocimiento.

El rol del docente viene a ser el de un coordinador, colaborador u organizador del proceso enseñanza - aprendizaje que permite actividades significativas y gratificantes para los alumnos, características que se encuentran presentes en las actividades que a continuación se plantean a manera de ejemplo.

Estrategia de aprendizaje No. 1

“La tiendita”

Objetivo general. La importancia de alimentarse nutritivamente.

Objetivo particular. Que el niño infiera la importancia que tiene alimentarse adecuadamente.

Material

Recortes o envases de productos alimenticios que se consumen en el hogar.

Desarrollo

- ◆ Los alumnos comentarán sobre los alimentos que les gusta comer y los que no les agrada consumir, esta plática es con el fin de introducir el tema.
- ◆ El docente pedirá que lleven al salón recortes o envases de los productos que consumen en su hogar.
- ◆ Se colocarán los envases de manera que se simule una tienda inmediatamente, escogerán un compañero para que se haga cargo de vender los productos y el resto serán los compradores.

- ◆ Después de que cada niño haya comprado sus productos los mostrarán al grupo y dirán cual de los productos son importantes para ellos por ayudar a una buena alimentación.
- ◆ Contestarán las siguientes preguntas: ¿Por qué crees que los alimentos que escogiste ayudan a tener una buena alimentación? ¿qué te gustaría comer de los productos que escogiste?.
- ◆ El maestro pedirá que externen sus opiniones en cuanto el por qué creen que sirvan esos alimentos.

Evaluación

Se sugerirá que tomen nota de todo lo que acontezca en el desarrollo de la actividad, con sus notas los alumnos explicarán¿Qué es para ellos estar bien alimentados?

Estrategia de aprendizaje No. 2

“El restaurante”

Objetivo general. La importancia que tiene ingerir una alimentación nutritiva.

Objetivo particular. Que el niño advierta la importancia de estar bien alimentados.

Material

Revista, resistol y cartulina.

Desarrollo

- ◆ Los alumnos recordarán lo que se estuvo comentando en la actividad de la “tiendita” y los productos que escogieron.
- ◆ Se les cuestionará acerca de si les gustaría jugar al restaurante, donde unos sean los dueños y otros los encargados de elaborar diariamente los menús para el almuerzo, comida y cena de los clientes.
- ◆ Entre todos formarán una lista de alimentos, de los cuales escogerán para elaborar sus menús.
- ◆ Formarán cada uno un menú, se les proporcionará a cada niño unos tarjetones y buscarán en su revista los alimentos que van a utilizar para formar dichos menús y los pagarán en el tarjetón correspondiente.
- ◆ Ya terminado lo compararán con el compañero de banca y se preguntará que harán con ellos.
- ◆ Se pedirá opinión de los compañeros sobre que les parecen los alimentos que escogieron para los menús y dirán si están bien balanceados o no sirven.
- ◆ Se platicará el por qué algunos alimentos no son nutritivos y cual es la diferencia entre ellos.

Evaluación

Los menús se expusieron en el pizarrón, se formaron equipos y concluyeron en que se deben seleccionar los alimentos para tener una alimentación nutritiva.

Estrategia de aprendizaje No. 3

“Memorama”

Objetivo. Que el niño identifique los nutrientes que contiene los alimentos que consume.

Material

Tarjetas con ilustraciones de alimentos y con los grupos alimenticios a los que pertenecen.

Desarrollo

- ◆ Se investigará sobre los alimentos y lo que contiene en base a su contenido nutritivo.
- ◆ Se harán las siguientes preguntas: ¿Han oído hablar de las proteínas? ¿Saben qué son las vitaminas y minerales? ¿Dónde han escuchado sobre las grasas y los azúcares?
- ◆ Se comentará que los alimentos contienen ciertos nutrientes que son indispensables para el desarrollo del cuerpo y para evitar enfermedades.
- ◆ Se solicitará que uno de los alumnos lea el texto relacionado sobre la nutrición y los alimentos que le ayudan a mantenerse sanos.
- ◆ Se agruparán en equipo y se les entregará un memorama en donde una tarjeta contenga el alimento y otra el nutriente, hasta que identifiquen el alimento con su grupo.

- ◆ Se les pedirá que las dudas las vayan anotando en su cuaderno, para que al finalizar el juego, interactúen y aclaren las dudas.

Evaluación

Se solicitará comentar acerca de la experiencia y se mostrarán las tarjetas con las ilustraciones y los alumnos dirán a que grupo pertenecen, los irán escribiendo en su cuaderno.

Estrategia de aprendizaje No. 4

“Serpientes y escaleras”

Objetivo. Que el niño identifique los alimentos que sean útiles para su desarrollo.

Material

Juego de serpientes y escaleras, dados y fichas.

Desarrollo

- ◆ Se sugerirá reunirse por equipo para comentar sobre los alimentos útiles para su desarrollo, pasará un alumno de cada equipo o pareja a exponer sus comentarios.
- ◆ Al término de cada exposición, elaborarán una conclusión general de cuales son los alimentos que les ayudan a mantenerse sanos y con alto valor nutritivo.
- ◆ Se entregará por parejas un juego parecido al de serpientes y escaleras, en el

cual aparecen dibujos con alimentos nutritivos, alimentos de relleno, padecimientos por comer mal y niños realizando diferentes actividades, donde ellos propondrán como jugarlo.

- ◆ Este juego lleva el propósito de que los niños distingan los alimentos que le son útiles a su desarrollo y las consecuencias que puede ocasionar por no alimentarse bien. Al concluir el juego pasarán a sus respectivos lugares para continuar con el trabajo.

Evaluación

Contestarán las siguientes preguntas:

¿Por qué es importante alimentarse bien?

¿Qué sucede si un niño come puros dulces?

¿Qué sucede por comer alimentos en la calle?

¿Por qué se tiene que comer alimentos variados?

¿Cómo ayudarías a que algunos de tus compañeros dejen de comer muchos dulces?

Estrategia de aprendizaje No. 5

“Clasificando alimentos”

Objetivo. Que el niño clasifique los alimentos según su origen e identifique algunos de los nutrientes que contienen.

Material

Ilustraciones de plantas y animales, hojas de trabajo.

Desarrollo

- ◆ Los alumnos comentarán si saben que alimentos se obtienen de plantas y animales.
- ◆ Se cuestionará sobre: ¿Cómo sabe mejor un alimento? ¿Cuándo lo comemos en su forma natural o cuándo ya está elaborado?
- ◆ Se tratará que de esas preguntas se derive una polémica entre ellos, para introducir información de cómo se aprovecha mejor y nutritivamente un alimento.
- ◆ Después de hacer los comentarios, se juntarán en equipos y se les repartirán tarjetas en blanco en donde ilustrarán productos que se elaboren con los anteriormente mencionados, los colocarán en el lugar que les corresponde de acuerdo a su origen vegetal o animal.
- ◆ Con los alimentos que fueron encargados un día anterior, van a formar una especie de periódico mural, en donde pegarán los alimentos de acuerdo al grupo alimenticio al que pertenecen (proteínas, grasas, azúcares, vitaminas y minerales.)

Evaluación

Se sorteará un equipo y pasará al frente a hacer una exposición de lo que entendieron de la clase, los compañeros podrán participar con preguntas

relacionadas al tema. Esta actividad se realizará al día siguiente de haber terminado la actividad.

Estrategia de aprendizaje No. 6

“El investigador”

Objetivo. Identificará algunas de las enfermedades que son provocadas por consumir una alimentación deficiente.

Material

Ilustraciones, hojas de trabajo.

Desarrollo

- ◆ Se tendrán ilustraciones al alcance de los alumnos con figuras de niños que estén jugando, comiendo y en las que se pueda observar la energía al realizar sus actividades.
- ◆ Se les cuestionará si les gustará narrar una historia en cada una de las ilustraciones y que mencionen cual de las ilustraciones muestra a los niños sanos y con muchas energías.
- ◆ Si se requiere se ayudará a los niños con las siguientes preguntas:
 - ¿Qué creen que les sucedió a los niños que están jugando?
 - ¿Por qué los niños de la segunda ilustración no tienen ganas de jugar?
 - ¿Qué crees que le sucedería a un niño que no come bien?
 - ¿Quién crees que tendrá más energía, un niño que no come bien o el que sí lo

hace?

- ◆ Se entregará una hoja de trabajo, en la cual se les da información sobre los alimentos que deben de comer para mantenerse sanos y que les proporcionen nutrientes, que les ayuden a un crecimiento normal.
- ◆ Se comentará que todos los niños que abusen de alimentos como son los refrescos, papitas, dulces, etc., son personas más propensas a padecer enfermedades.
- ◆ Se platicará que en la escuela hay muchos niños que van a la escuela sin desayunar, con datos que vayan obteniendo irán registrado los casos que den en el salón.
- ◆ Se cuestionará que sucederá con una mala alimentación para llegar a enfermedades como la anemia, cansancio al realizar algún trabajo, sueño, manchas en la piel a consecuencia de la falta de algún nutriente, y muchas enfermedades que si no son atendidas pronto pueden ocasionar graves daños.

Evaluación

De acuerdo al interés se sugerirá elaborar cartelones en donde den a conocer cuales son las enfermedades que se puede llegar a padecer por no comer alimentos que no tengan un valor nutritivo e inviten a sus compañeros a manejar sus hábitos alimenticios, se preguntará donde colocarlos para que todos los alumnos se den cuenta de la importancia de alimentarse bien para no enfermarse.

Estrategia de aprendizaje No. 7

“Una campaña de salud”

Objetivo. Involucrar a los padres de familia en la formación de hábitos alimenticios para el bienestar de su familia.

Material

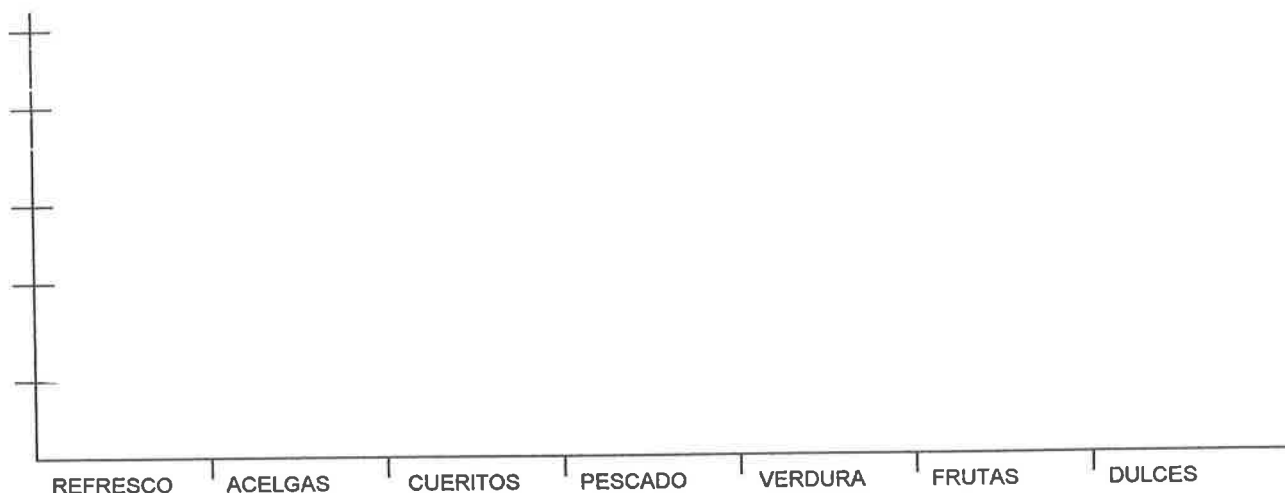
Visita al dispensario médico de la comunidad.

Desarrollo

- ◆ Se cuestionará si les gustaría saber más sobre ¿Cómo deben alimentarse? y ¿De qué manera hacerle para conservar nuestra salud?, ya que es importantes sobretodo para los padres esa información pues los niños están creciendo.
- ◆ De acuerdo con el interés se programará una visita al dispensario médico de la comunidad, en la cual se le pedirá al médico que con la información que les proporcione a los niños lleguen a comprender lo importante que es comer nutritivamente.
- ◆ Antes de salir a la visita se sugerirá que formulen preguntas que estén relacionadas con el tema que se está estudiando y que a su debido tiempo las formulen al médico.
- ◆ Al regresar interactuarán ¿Qué fue lo que más les llamó la atención de la plática? y ¿Qué es lo que más les preocupa?
- ◆ Saldrán al patio a la hora de recreo para registrar la cantidad de niños que observaron sentados sin tener ganas de jugar, para que ya en el salón hagan

un recuento de los niños encontrados en esas condiciones.

- ◆ Se introducirá el tema en el que ellos puedan seguir comentando si los alimentos que consumen en casa son los apropiados o si por el contrario están comiendo alimentos que no les sirven de nada.
- ◆ Comentarán si ellos han observado con los vecinos o con sus propios familiares si consumen en demasía el refresco, pan, productos enlatados, etc..
- ◆ Se dibujará una gráfica en el pizarrón sobre algunos alimentos que consumen los niños y se hará el registro de la predilección de cada uno de ellos.



Evaluación

Se tratará de sembrar la inquietud en el niño de tal manera que sienta la necesidad de investigar con sus padres la importancia que tienen los hábitos alimenticios. Al día siguiente traerán al salón su investigación para analizarla, compararla y compartirla.

CONCLUSIONES

Con el presente trabajo se da a conocer que con la actividad en conjunto se pueden llegar a tener resultados satisfactorios, empleando estrategias didácticas como las propuestas se mejorará en gran medida el proceso enseñanza - aprendizaje.

El docente tiene una grave responsabilidad al ser el elemento impulsor de situaciones de aprendizaje donde la participación activa del niño sea el punto de mayor relevancia en el trabajo escolar, además de hacer partícipes a los padres de familia para que coadyuven en la actividad educativa.

Con este tipo de estrategias de aprendizaje será posible sembrar la inquietud tanto en los alumnos como en sus padres para que traten de modificar sus hábitos alimenticios a fin de lograr obtener un correcto funcionamiento del organismo y por ende más saludable.

Por último espero que esta propuesta sirva como motivante para que otros docentes busquen nuevas estrategias que logren mejorar su práctica escolar, y como consecuencia la salud de los educandos.

BIBLIOGRAFÍA

- BUNGE, Mario. "El método científico." México. Edición 1986. 53 pp.
- DICCIONARIO MARCK. Edición 1986. 1996 pp.
- DICCIONARIO OCEÁNO. Edición 1986. 2826 pp.
- ENCICLOPEDIA JUVENIL. Editorial Everst. 773 pp.
- HERALDO DE CHIHUAHUA. Febrero 17 de 1997. p.8
- HERRERA, Henry. "Nutrición y salud." Editorial Santillana. México. 1989. 578 pp.
- S.E.P. "Acuerdo Nacional para la Modernización de la Educación Básica." México. 1992. 35 pp.
- _____ "Artículo 3º Constitucional y Ley General de Educación." Editorial Populibro. México. 1993. 94 pp.
- _____ "Plan Nacional de Desarrollo 1995 - 2000. " Resumen. 76 pp.
- _____ "Planes y programas de estudio. Educación primaria. 1993." México. 1993. 164 pp.
- UPN. "Desarrollo del niño y aprendizaje escolar." Antología. México. 1983. 366 pp.
- _____ "El método experimental en la enseñanza de la ciencias naturales ." Antología. México. 1995. 272 pp.
- _____ "Medios para la enseñanza." Antología. México. 1986. 315 pp.
- _____ "Política educativa."Antología. México. 1988. 335 pp.
- _____ "Teorías del aprendizaje." Antología. México. 1986. 450 pp.