

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

ESTRATEGIAS PEDAGOGICAS PARA MOTIVAR
AL NIÑO DE PREESCOLAR PARA QUE LLEGUE AL
CONOCIMIENTO DE UNA ALIMENTACION ADECUADA



MARIA VIRGINIA DE JESUS DIAZ LERMA

PROPUESTA PEDAGOGICA
PARA OBTENER EL TITULO DE
LICENCIADA EN EDUCACION PREESCOLAR



DICTAMEN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

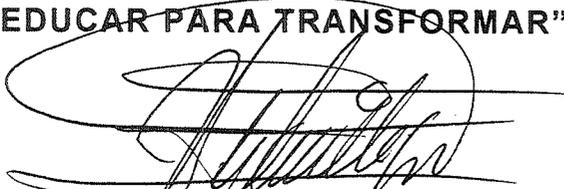
Chihuahua, Chih. a 2 de Agosto de 1997.

C. PROFR.(A) MARIA VIRGINIA DE JESUS DIAZ LERMA

En mi calidad del Presidente de la Comisión de Titulación de esta Unidad y como resultado del análisis realizado a su trabajo intitulado "ESTRATEGIAS PEDAGOGICAS PARA MOTIVAR AL NIÑO DE PREESCOLAR PARA QUE LLEGUE AL CONOCIMIENTO DE UNA ALIMENTACION ADECUADA", opción Propuesta Pedagógica a solicitud de la C. LIC. ESTHER SOTO PEREZ, 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.

ATENTAMENTE
"EDUCAR PARA TRANSFORMAR"


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



S. E. P.
Universidad Pedagógica Nacional
UNIDAD UPM 091
CHIHUAHUA, CHIH.

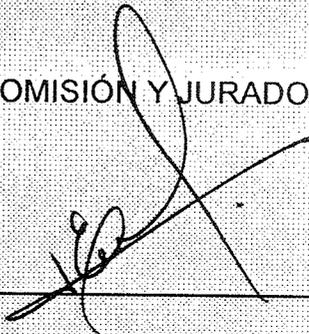
MCM 4/18/98

ESTA PROPUESTA FUE REALIZADA BAJO LA DIRECCIÓN DEL (LA)

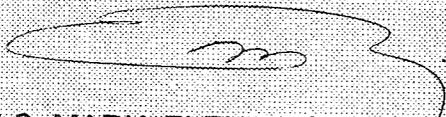
LIC. ESTHER SOTO PEREZ

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

PRESIDENTE: LIC. ESTHER SOTO PEREZ



SECRETARIO: ING. JAIME GARCIA QUINTANA



VOCAL: M.C. MARIA ELENA ROJO ALMARAZ

SUPLENTE: _____

CHIHUAHUA, CHIH., A 2 DE AGOSTO DE 1997.

AGRADECIMIENTO

A mis padres, por su gran apoyo, amor y comprensión, que me han brindado en los años de estudio para mi superación profesional; muy especialmente para mi hermana Angélica, que con su valiosa colaboración, alcancé la meta propuesta.

Y a mis hijos, por su cariño y paciencia

ÍNDICE

	Pág.
INTRODUCCIÓN.....	6
I PROBLEMA	
A) Planteamiento.....	8
B) Justificación.....	9
C) Objetivos.....	10
II MARCO TEÓRICO	
A) Ciencia.....	12
B) Ciencias Naturales.....	12
C) Hombre y Sociedad.....	14
D) Alimentación.....	14
E) Teoría Psicogenética.....	<u>34</u>
F) Etapas de Desarrollo.....	<u>37</u>
G) Sujetos que intervienen en le Proceso Enseñansa-Aprendizaje.....	40
H) Evaluación.....	43
III MARCO CONTEXTUAL	
A) Política Educativa.....	46
B) Artículo 3° Constitucional.....	47
C) Ley General de Educación.....	48
D) Modernización Educativa.....	<u>50</u>
E) Programa de Desarrollo Educativo 1995-2000.....	<u>51</u>
F) Programa de Educación Preescolar.....	<u>53</u>
G) Contexto Institucional.....	59
IV ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS	
Estrategia N° 1: “La Alimentación”.....	64
Estrategia N° 2: “Hagamos Comida”.....	65
Estrategia N° 3: “Realizar una Hortaliza”.....	66

Estrategia N° 4: "Elaborar un Espantapájaros"	67
Estrategia N° 5: "Elaboremos un Recetario....."	68
Estrategia N° 6: "Juguemos a la Caja de Sorpresas"	69
Estrategia N° 7: "Periódico Mural"	70
Estrategia N° 8: "Desfile"	71
CONCLUSIONES.....	72
BIBLIOGRAFÍA.....	74

INTRODUCCIÓN

En esta propuesta se aborda la grave problemática sobre la precaria alimentación que prevalece en el contexto social donde está situado el Jardín de Niños "Gabriela Mistral", enclavado en la zona periférica al norte de la Ciudad de Chihuahua; factor clave que influye en el desarrollo del proceso enseñanza-aprendizaje, causa de muchas y graves enfermedades que obstaculizan este proceso, esto refleja que los alimentos que reciben los niños genera una alto índice de desnutrición; por lo que corresponde a la institución asesorar a la comunidad sobre el manejo de un régimen alimentario balanceado en beneficio del educando y de toda la familia, así como el conocimiento de hábitos alimenticios favorables para el desarrollo físico emocional e intelectual del niño.

En este trabajo se mencionan los factores fundamentales más sobresalientes de esta problemática: la ausencia de hábitos de alimentación en el hogar y la desinformación de una alimentación adecuada.

El nivel preescolar que es primer peldaño en la educación del niño, es un magnífico vehículo para formar hábitos sobre una adecuada alimentación. De ahí que la educadora conozca la importancia de esta realidad y motive el interés del niño a una alimentación sana.

La presente propuesta pedagógica está conformada por cuatro capítulos:

El primero comprende la presentación del problema, justificación y los objetivos que se pretenden lograr.

El segundo capítulo aborda el marco teórico que es el que sustenta la presente propuesta pedagógica, en la cual se incluye el problema objeto de estudio.

El tercer capítulo menciona el marco contextual que contiene la normatividad que rige a nuestro país, donde se aborda la Política Educativa, el Artículo 3o. Constitucional, la Ley General de Educación, entre otros.

El cuarto Capítulo aborda las estrategias didácticas.

Finalmente se presentan las conclusiones, resultado de las observaciones de esta problemática, así como la bibliografía que sirvió de base en la realización de la presente.

I PROBLEMA

A) Planteamiento

La alimentación es un factor esencial en todo ser humano. Es importante que los niños cotidianamente se presente bien alimentados a sus centros de estudio.

Dentro del Jardín de Niños, se ha observado con gran preocupación que los alimentos que consumen diariamente los niños son de muy escaso valor nutricional, concretándose básicamente al consumo de comida no nutritiva

Por lo regular el niño se presenta sin almorzar; esto ocasiona que se encuentre físicamente desganado, relegando su participación por la falta de interés en las actividades propias de este ámbito escolar.

Ante esto se hace necesario que desde la etapa de preescolar, al niño se le incluya el conocimiento sobre la alimentación que le sea de más provecho para él. También es importante que los padres estén conscientes de la necesidad de mandar al niño bien alimentado, para luego estrechar esa comunicación con el educador, para conocer más a fondo cuál es su "modus vivendi" y tratar de resolver la problemática que les aqueja y perjudica.

Por lo anterior, el planteamiento del problema es el siguiente:

¿QUÉ ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS PUEDEN MOTIVAR AL NIÑO DE PREESCOLAR PARA QUE LLEGUE AL CONOCIMIENTO DE UNA ALIMENTACIÓN ADECUADA?

B) Justificación

El problema de una alimentación deficiente es muy común entre la población infantil que asiste al Jardín de Niños "Gabriela Mistral", institución educativa situado en una zona de la periferia de la ciudad. Esto es un reflejo de la precaria situación socioeconómica que padecen los habitantes de esta comunidad, aunadas a otros factores como los siguientes:

- Imitación de esquemas negativos en la ingestión de los alimentos no nutritivos que se consumen en el núcleo familiar.
- Pereza por comodidad en la elaboración de los mismos al mandarlo al Jardín de Niños, optando porque el niño llegue a tiempo en lugar de prepararle algún alimento nutritivo.
- Influencia nociva de los medios de comunicación a través de los anuncios subliminales que aparecen en la radio, la prensa, la televisión, en ésta última refleja imágenes con un alto grado de persuasión manipulando al niño al recibir pequeños obsequios a cambio del consumo de estos productos.
- Presentación atractiva que se le da al alimento que se consume, así como el sabor.
- Percepción de escasos recursos económicos lo que limita la compra de alimentos prioritarios, generando todo esto malos hábitos.
- Falta de adecuada educación nutricional.

Es de vital importancia hacer conciencia en los padres de familia lo destructivo que resulta para la salud el ingerir comida no nutritiva, es de suma prioridad desarraigar estos malos hábitos comenzando en el hogar, ya que son los padres los primeros para evitar que el niño vea y copie estos modelos, y así transmitir a sus hijos la importancia de adquirir una alimentación nutritiva y balanceada.

En la mayoría de las ocasiones representa para el padre de familia una comodidad llegar a la tienda que queda en el camino a la escuela y comprar estos productos, a preparar en el hogar un lonche y llevar una fruta, presentados con higiene.

Esta negligencia hace que el niño tenga marcada preferencia por comer: papitas, chicharrones, jugos, panecillos o galletas y empaquetados. Todo esto repercute en su nutrición, representando un grave problema, que se detecta desde que el niño empieza a comer alimentos sólidos, acostumbrándose su paladar a los mismos; cuando ingresa a preescolar ya este mal hábito alimenticio se encuentra muy arraigado.

En este nivel educativo se encuentra el niño en una etapa de transición del hogar al Jardín de Niños, lo cuál se debe aprovechar para construir la formación de buenos hábitos en su alimentación que lo hagan reflexionar y se concientice del significado que tiene el ingerir alimentos nutritivos. Responsabilidad que recae en el docente, reforzando esos hábitos; que debe ser compartida con los padres de familia, a través de pláticas, conferencias y entrevistas.

La formación de estos hábitos es con la finalidad de evitar enfermedades graves que repercutan en su estado anímico, trayendo como consecuencia una fuerte problemática en el proceso enseñanza-aprendizaje.

C) Objetivos

En este apartado se presentan algunos objetivos cuya finalidad es favorecer la formación de hábitos alimenticios donde se involucre educador-alumno-padre de familia.

- * Que el niño reflexione sobre los alimentos deseables para la salud.
- * Acercar al niño a la adquisición de adecuados hábitos de alimentación.
- * Asesorar y brindar apoyo a los padres de familia y la comunidad a construir hábitos alimenticios para tener buena salud.
- * Prevenir enfermedades que deterioren la salud física.

II MARCO TEÓRICO

A) Ciencia

Para Manuel Lancha, la Ciencia "es una forma de conocimiento de la realidad, basada en la observación de los hechos, la formulación de hipótesis que los intenten explicar, y la contrastación ulterior de esas hipótesis, con nuevos hechos para evaluar su consistencia, prueba está de la que se sigue la aceptación provisional de la hipótesis o su rechazo".(1)

La Ciencia en la Educación Preescolar se da través de la observación y la experimentación, el niño siente esa necesidad de preguntar, indagar, explorar, experimentar lo que no sabe, en base a lo que ya es conocido para él.

Es la Ciencia un instrumento que le permite el niño adquirir conocimientos y a la vez desarrolle un pensamiento científico a través de la observación y la experimentación y esto lo lleve a una reflexión de los hechos.

B) Ciencias Naturales

"Las Ciencias Naturales son las que estudian la Naturaleza, ya sea en su conjunto o en sus partes, en su estado actual o en sus transformaciones pasadas, son las ciencias que partiendo de la observación de hechos y fenómenos aislados establecen leyes generales".(2)

(1) LANCHA Manuel. Diccionario de Ciencias Naturales. -Pág. 73

(2) AMORIN Neri José :Enciclopedia Temática de la Educación. Pág. 9

Un aspecto muy importante en la comprensión de la naturaleza, el niño tiene mucha curiosidad por todo lo que ve, toca y siente, principalmente, por lo que se mueve.

Tal como lo hizo el hombre primitivo, la curiosidad del niño lo lleva a hacer que, poco a poco, le dan la pauta para conocer el mundo de los seres vivos: Los verdes, como las plantas, que no cambian de lugar por sí mismos; y los que se mueven activamente de un lugar a otro, los animales, a los cuales también pertenece el hombre.

La curiosidad que siente por el mundo de los seres vivos le permitirá desarrollar su capacidad de análisis, descubriendo, además de su existencia, su nacimiento, desarrollo, crecimiento, constitución y forma de vida.

Analizando el mundo de los animales, podrá llegar a descubrir que hay seres vivos que no se mueven, las plantas y otros elementos que tampoco se mueven, que no tienen vida, pero que forman parte de la naturaleza misma, los minerales; para llegar finalmente al descubrimiento de los elementos de la naturaleza, el agua, la tierra, el aire, el fuego; elementos entre los que existen los seres vivos y los no vivos, todo lo cuál es de vital utilidad al hombre. La preservación de la naturaleza será una actividad importante en el Jardín de Niños, por medio de la comprensión que de ella se tenga.

El niño en edad preescolar entrará en contacto con las Ciencias Naturales, ya que el docente propiciará situaciones en las que el niño se ponga en contacto directo con la naturaleza y sus fenómenos; al realizar observaciones sobre el medio natural aprende a conocer y aprovechar mejor el medio en el que vive; a darse cuenta que existen otros seres vivos con características diferentes a las que conoce.

C) Hombre y Sociedad

Una sociedad es un conjunto de individuos con intereses comunes que se entienden entre sí. Una sociedad está compuesta de hombres, mujeres y niños que viven juntos, generación tras generación, de acuerdo con modos de vida tradicionales. Una sociedad es un grupo de individuos biológicamente perfilados y completos, cuyas adaptaciones psicológicas y de conducta los hacen ser necesarios unos a otros sin obliterar su individualidad.

La herencia social de los seres humanos, que es la cultura, ha adquirido una doble función, la cual sirve para adaptar al individuo a su lugar en la sociedad, así como a su ambiente natural. En la vida humana de la sociedad, más bien que el individuo, se ha convertido en la unidad primaria en la lucha de la existencia. Los hombres se enfrentan a la naturaleza no como unidades independientes, sino como miembros de grupos organizados en forma cooperativa.

“La conquista de la sociedad ha de ser el mayor triunfo del hombre, la conquista misma del espacio interplanetario se vuelve insignificante si se compara con esto. Hay pocas dudas de que alguna vez se logrará, pero hay muy pocas probabilidades de que sea nuestra civilización la llamada a hacerlo.”(3)

D) Alimentación

Cualquier ser vivo, incluido el hombre, tiene como necesidad primaria la búsqueda del alimento, es obvio que el hombre necesita comer para vivir y que la forma como se alimenta, condiciona de manera determinante la salud.

(3) KARDINER, Abram. El Individuo y su Sociedad. Pág. 31

La alimentación en el hombre deberá ser completa y equilibrada en las primeras etapas de su vida, ya que de ahí dependerá todo su potencial de desarrollo posterior, no come solo para nutrirse, significa también un alto contenido emotivo y social.

La alimentación ejerce una influencia decisiva sobre una serie de procesos vitales; por ejemplo: "Desde la situación fetal en que es alimentado por vía trasplacentaria, en la lactancia, el estado de nutrición de la madre es de suma importancia, hasta la época infantil y la adolescencia, en que se establecerá el desarrollo definitivo del individuo. En relación al crecimiento, de la parte alimenticio que reciba el ser humano, depende el desarrollo genético que posee".(4)

Se puede considerar el alimento bajo tres aspectos; nutritivo, emotivo y simbólico.

El primero debe reunir características primordiales, cuyo contenido básico son: las vitaminas, proteínas y minerales, "ya que su presencia en el organismo es imprescindible para la realización de determinados procesos metabólicos, y para el mantenimiento de las estructuras biológicas del cuerpo".(5)

El aspecto emotivo, es proporcionarle importancia a las sensaciones placenteras o desagradables que proporcionan los alimentos.

El alimento como símbolo, por lo general, a una persona le gusta comer aquello que aprendió a comer en la mesa familiar, por el simbolismo que encierra. El compartir el alimento, es uno de los gestos de hospitalidad más extendidos, que se utilizan como un símbolo de comunión de ideas.

(4) BORRAL Carlos. Temario 82. Justicia del Tiempo. Pág. 30

(5) Ibidem. Pág. 36

Los esfuerzos del hombre por conseguir una alimentación suficiente y equilibrada, han sido constantes a lo largo de la historia de la humanidad.

La niñez es una etapa característica del crecimiento y desarrollo intelectual, el niño adquiere infinidad de conocimientos que le permiten adaptarse mejor al medio que lo rodea. La alimentación es decisiva en esta etapa.

“Los niños necesitan una triple ración alimentaria: una de mantenimiento o de fondo, para cubrir el consumo automático del organismo (respiración, digestión), otra de trabajo muscular y cerebral (el niño gasta mucha energía, se mueve constantemente en sus juegos) y su cerebro debe asimilar nuevas nociones y sobre todo otra de crecimiento para construir nuevos tejidos”.(6)

El crecimiento de un niño requiere, para su normal evolución, un aporte adecuado de energía y de nutrientes.

Clasificación de los Alimentos

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), los alimentos pueden clasificarse en siete grupos: (7)

GRUPO	COMPONENTES	CONTENIDOS
Grupo 1:	Leche, queso, yogur	Básicamente proteico
Grupo 2:	Carne, pescado y huevos	Básicamente proteico
Grupo 3:	Legumbres, tubérculos y frutos secos	Variable
Grupo 4:	Verduras y hortalizas	Vitaminas, sales minerales y fibra
Grupo 5:	Frutas	Vitaminas, sales minerales y fibra
Grupo 6:	Cereales, azúcares y féculas	Glúcidos y fibra
Grupo 7:	Aceites, grasas animales, mantequilla, chocolate	Lípidos

(6) Enciclopedia Saivat, S.A. Pág. 47.

(7) OCEANO Grupo. El Mundo de las Ciencias Naturales. Pág. 94

“A partir de los tres años, el niño inicia su etapa preescolar y, a la vez un periodo de intensa formación, de crecimiento estable que finalizará con la aparición de la pubertad en esta etapa, el gasto basal del niño es más alto que en el adulto, así como las pérdidas de agua y de calor por la piel.”(8)

Cantidades de vitaminas que deben consumir los niños.(9)

NECESIDADES DIARIAS DE VITAMINAS		
	A los tres años	A los doce años
Vitamina A	2.500 unid.	5.000 unid.
Vitamina D	400 unid.	400 unid.
Vitamina E	9 unid.	15 unid.
Ácido Fólico	300 mg.	400 mg.
Niacina	16 mg.	18 mg.
Riboflavina	1,2 mg.	1,8 mg.
Tiamina	1,2 mg.	1,5 mg.
Vitamina B6	1,2 mg.	2 mg.
Ácido Ascórbico	40 mg.	45 mg.

NECESIDADES DIARIAS DE MINERALES		
	A los tres años	A los doce años
Calcio	800 mg.	1.200 mg.
Fósforo	800 mg.	1,200 mg.
Yodo	110 mg.	115 mg.
Hierro	10 mg.	18 mg.
Magnesio	250 mg.	300 mg.
Cinc	10 mg.	15 mg.

(8) DÍAZ Extrementera Florentina. Medicina Natural. Pág. 29

(9) Ibidem. Pág. 30

Influirán en sus necesidades los hábitos alimentarios de su entorno -familia, escuela y sus necesidades energéticas globales dependerán directamente de la actividad física y la forma de vida del niño más que de su edad, la práctica de deportes en su escuela o fuera de ella, el carácter más o menos movido y juguetón del niño.

Es en el contexto escolar donde el niño refleja su desatención alimentaria; es ahí donde el docente se percata del precario estado emocional y físico del niño; al asistir al Jardín de Niños sin desayunar, presentando un aspecto de cansancio, aburrimiento, somnolencia, convirtiéndose en un ser pasivo, poco participativo, éstas características representan un obstáculo en su desarrollo físico y mental que si no son atendidos a tiempo medrarán su salud, repercutiendo posteriormente en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

En esta comunidad donde está ubicado el Jardín de Niños se encuentra una gran cantidad de granjas, la cuales aportan un número considerable de huevo, así como carne a la población. La comunidad tendría la oportunidad de tener acceso a consumir lo que el medio le ofrece, sin embargo no es así ya que por ejemplo el huevo que se levanta en las granjas se distribuye por mayoreo en centros de consumo distantes a su comunidad, así como la carne y los derivados de la leche.

La carne blanca (pollo), por lo regular pasa por un control de calidad, llevándose a su venta a los centros comerciales. Correspondiéndole consumir a los habitantes de esta comunidad piezas de pollo rechazadas por el control que se hizo de las mismas. Otros productos que se ofrecen en la colonia son los que se elaboran en la fábrica "Quesos Chihuahuita", que distribuye derivados de la leche: crema, asadero, yogourt, queso y mantequilla, al que tampoco tiene acceso la población. La venta de los alimentos que consumen lo adquieren en los estanquillos que circundan al plantel educativo; se llevó a cabo un censo para

conocer precios y variedad de productos alimenticios que se tienen a la venta encontrándose reetiquetación hasta de un 50 y 100% más del valor que tiene cada producto, siendo esto una limitante para poder proporcionar a la familia los alimentos básicos para lograr un régimen alimenticio equilibrado.

Es característico en este medio que el padre de familia proporcione desde temprana edad al infante comida no nutritiva, supliendo los alimentos básicos que debe tomar el niño sobre todo en la época de crecimiento. Algo que llama la atención es el consumo inmoderado del líquido gaseoso (soda), a la cual el niño se le da en su biberón desde que es bebé, enseguida come un paquete de frituras hechas de harina o maíz. Así sucesivamente el niño ingiere estos productos, comenzando en su hogar, continuando en preescolar, el cual es habitual que se le incluya en su lonchera periódicamente.

Algo sumamente trascendental en la vida cotidiana del niño, son las relaciones que establece en su núcleo familiar a la hora de reunirse a tomar sus alimentos, es muy gratificante para él, el interactuar con sus seres queridos en esa convivencia diaria que le proporciona seguridad, apoyo, confianza, satisfacción, alegría, bienestar; es esa relación algo muy significativo para su desarrollo físico, así como emocional.

Un aspecto muy importante que el niño conozca, es la procedencia de los alimentos, sus características, su industrialización; son a su vez una fuente muy rica del conocimiento que el niño va estructurando.

En el contexto escolar, así como en la comunidad, el trabajo del docente es esencial al promover la adquisición de una alimentación de alto nivel nutricional, y el de buenos hábitos alimenticios. Tarea que debe ser compartida con los padres de familia y miembros del contexto social, haciendo sobresalir la importancia tan significativa que tiene el tener una adecuada alimentación que repercuta en el

desarrollo físico y emocional del educando, la ausencia de la misma, significa una obstrucción en el desarrollo cognoscitivo del niño, que viene a afectar seriamente el proceso de enseñanza-aprendizaje.

El niño como pieza clave de la sociedad será el mejor portador de esa necesidad vital de preservar la salud en su núcleo familiar y a la vez trascienda a la comunidad.

“La alimentación a base de carne (prótidos) de origen animal son elementos indispensables para la elaboración de nuevos tejidos, de ahí la necesidad que tienen los niños de comer carne una vez al día, hasta los 7 años y dos veces diarias hasta los 10 años”.(10)

Es conocido que los huevos contienen propiedades básicas para el crecimiento, y debido a ello constituyen un elemento prioritario en la alimentación infantil y las carnes muy grasosas o fermentadas, son demasiado fuertes para el estómago, todavía delicado de los niños, menores de 12 años. Por otra parte las vitaminas y los minerales están contenidas sobre todo en las frutas y las legumbres frescas, que son complemento indispensable en todo menú cotidiano; en cuanto al calcio indispensable para la formación de los dientes y los huesos se encuentra en cantidad suficiente en la leche y sus derivados, lo cual hace necesario un consumo mínimo diario de medio litro de leche, sola o mezclada, conviene además evitar el exceso de alimentos que sólo llenan (pan, legumbres secas, tocinos, salsas), es decir, los que sacian el apetito sin ser muy importantes para el crecimiento, por ejemplo el exceso de pan, puede provocar trastornos digestivos, infecciones de la piel (acné), y tal vez, la pérdida de apetito.

Los niños tienen menos reservas que los mayores y su organismo se agota

(10)Enciclopedia Salvat, S.A. Pág. 48

más rápido, por lo que las comidas deben ser numerosas, pero no demasiado abundantes. Los menús infantiles deben de llevar alimentos resistentes, como carne poco cocida sin picar, frutas crudas para obligar al niño a masticar bien.

El estómago cumple mejor su función cuando se ingieren los alimentos a horas regulares y en cantidades regulares. Esto se refiere no solamente al desayuno, sino a todas las demás comidas. Comer a deshoras significa alterar la digestión, el estómago y los intestinos requieren casi tanto tiempo para digerir pequeñas cantidades de alimento como para digerir una comida completa y los órganos digestivos no logran el descanso, que es una parte importante de su programa rítmico. Deberán transcurrir por lo menos 5 hora entre una comida y otra para que se logre una buena digestión.

He aquí los cinco grupos que deben figurar en el menú de cada día en ciertas proporciones para obtener una alimentación balanceada.

Alimentos a base de prótidos (11)

Carne, pescado, huevos, leguminosas, cacao.

De 100 a 180 g. diarios, de origen animal.

De 15 a 30 g. una o dos veces por semana, de origen vegetal (menos valiosos).

Los prótidos son esencialmente materias de construcción, y su función es remplazar o formar nuevos tejidos en el organismo.

Alimentos a base de lípidos

De 50 a 60 g. diarios, incluidas las materias grasas "invisibles" que aportan los alimentos mixtos (embutidos, carne, pescado, queso graso y frutas oleaginosas).

(11) Enciclopedia Salvat, S.A. Pág. 44

Los lípidos son combustibles, suministran al cuerpo energía necesaria, le protegen del frío y constituyen las reservas.

Alimentos a base de glúcidos

Azúcares, directamente asimilables, y almidones o féculas que deben sufrir varias escisiones antes de ser asimilados:

De 323 g. de pan por día

De 25 a 40 g. de cereales o pasta.

De 40 a 120 g. de azúcar, miel, dulces o chocolate, entre los cuales hay que contar el azúcar de las frutas.

Los glúcidos permiten que se lleve a cabo todo tipo de esfuerzo muscular, incluido el de los músculos no motores como el corazón y el diafragma, son además de gran utilidad para el buen funcionamiento del hígado, y se transforman en reservas cuando se utilizan.

Vegetales

Legumbres y frutas abastecedoras de vitaminas, sales minerales y celulosa, fibras que constituirán los residuos de la digestión.

Entre 200 y 300 g. de legumbres

Entre 200 y 300 g. de frutas

[más o menos intercambiables
y por lo menos una de ellas
en crudo

De 300 a 400 g. de patatas, alimento mixto, legumbre y abastecedor de féculas.

Productos lácteos

Alimentos compuestos, entre los cuales se incluyen todas las sustancias base, es decir, prótidos, lípidos, glúcidos, vitaminas, sales minerales y la cantidad de calcio suficiente para cubrir las necesidades del organismo. La leche puede, en cierta

y es preciso consumir por lo menos un litro diario, puede ser solo o mezclada o más o menos reemplazado por queso (1/4 litro de leche equivale a 35 g. de queso).

El régimen alimentario debe ser variado para obtener una mejor nutrición(12)

NÚMERO DE CALORÍAS POR CADA 100 GRAMOS DE ALIMENTO	
Alimento (crudo)	Calorías
Carne de res, cordero, ternera	164
Carne de cerdo (parte magra)	172
Carne de cerdo (parte grasa)	332
	110 a 162
Conejo, pollo, pato	362
Ganso	
	145
Hígado	129
Sesos	207
Lengua	
Pescados magros (lenguado, huachinango, bacalao, mojarra, trucha)	81
Pescados grasos (anguila, atún)	207
Pescados semigrasos (salmón, arenque)	135
	76
Un huevo	
	78
Ostiones	65
Mejillones, almejas	90
Cangrejos, camarones, langosta	
	67
Leche	36
Leche descremada	157
Leche condensada	346
Leche concentrada con azúcar	500
Leche en polvo	362
Leche en polvo descremada	225
Crema fresca	761
Mantequilla	45
Yogur	
	142
Queso blanco	286
Quesos fermentados de pasta blanda con moho	339
Quesos de pasta blanda y corteza lavada	372
Quesos de pasta apretada (tipo gruyere)	336
Queso de cabra	

(12) Enciclopedia. SALVAT, S.A. Pág. 51

NÚMERO DE CALORÍAS POR CADA 100 GRAMOS DE ALIMENTO	
Alimento (Crudo)	Calorías
Avena	367
Arroz blanco	340
Harina de trigo	349
Pan integral	220
Pan blanco	250
Galletas	410
Pastas alimenticias	354
Legumbres secas (lentejas chícharos, habas)	338
Papas	89
Coliflor, legumbres verdes, zanahorias	37 a 43
Chícharos frescos	93
Ensaladas verdes(lechugas, escarolas)	29
Tomates rojos	22
Melón, calabaza	34
Ácidos (naranjas, mandarina, limón)	45
Otras frutas ácidas (fresas)	48
Frutas con hueso	65
Peras, manzanas	61
Uvas	81
Plátanos, higos	89
Dátiles	305
Frutas secas (higos, albaricoques, ciruelas)	275 A 285
Castañas	199
Frutas oleaginosas (almendras, nueces)	640
Aceitunas	224
Aceites de mesa	890
Mantequilla	761
Grasas animales (manteca de cerdo, unto)	778
Margarinas	752
Azúcar (de caña)	400
Mermeladas	283
Miel	304
Cacao	492
Chocolate	500

Una tarea básica de la educadora es reforzar los buenos hábitos de alimentación, así como el conocimiento de los alimentos de mayor prioridad que el organismo necesita para una mejor nutrición.

Es por medio de juegos o actividades, por citar un ejemplo: como en la clase de música o dentro del aula el entonar pequeñas canciones sobre la alimentación, es un recurso que motiva al niño para que aprenda a través del juego, sobre la importancia del conocimiento que nos proporcionan los alimentos como lo son: las verduras, las legumbres, los lácteos, los mariscos y las frutas.

Es el núcleo familiar el punto de partida donde el niño establece sus patrones alimenticios desde que el niño comienza a distinguir olores, sabores al tomar sus alimentos, tendrá especial interés en determinados productos.

Es la madre de familia un factor clave en la elaboración de sus alimentos que se encuentren balanceados y proporcione un constante estímulo para que los acepte. Esto debe llevarse a cabo desde que el niño es pequeño y comienza a comer los primeros alimentos sólidos como son las llamadas papillas; y así sucesivamente darle ese seguimiento a través de los años posteriores, para que el paladar del niño se habitúe a comer principalmente alimentos de alto valor nutricional que favorezca su desarrollo físico y mental.

Algo que ha sido muy notorio y alarmante en el Jardín de Niños es que el niño asiste sin desayunar, y como prolifera la comida no nutritiva que consume a la hora del recreo, como lo es: los jugos con la presentación del envase de plástico, todo tipo de frituras de harina con picante, gansitos, pan empaquetado y la ausencia de los alimentos de alto valor nutritivo como lo son: las frutas, el chocomilk preparado

con leche, un lonche donde se incluya lechuga y tomate, aguacate, queso, de frijoles o huevo.

Es preocupante como el padre de familia no hace un esfuerzo por prepararle al niño sus alimentos que le nutran y como se ha habituado a consumir alimentos poco nutritivos. Esto es un claro reflejo de la falta de organización familiar, responsabilidad que recae por lo regular en la madre de familia, quien prepara la alimentación que se consume en el hogar.

Los medios de difusión como lo es la televisión, que existe en todos los hogares logra captar la atención de los niños en los anuncios de estos productos utilizando como un gancho todo tipo de propaganda atractiva para el infante con la finalidad de su consumo logrando su propósito tanto de los adultos que son como un espejo en el que se refleja el niño.

Al comer alimentos y productos irritantes como golosinas de sabor agridulce que el niño consume en diversas presentaciones: paletas, paquetitos, "chamoy", "pelones" y otras, que gustan tanto a los niños y se compran sin un control y cuidado por parte del padre de familia. El masticar estos dulces cotidianamente se ha hecho una mala costumbre, que ha propiciado un enfermedad que afecta a una gran parte de la población infantil: la caries que se presenta en los infantes a muy temprana edad, ocasionando esto un grave problema que repercutirá en toda su vida.

Es ahí donde la labor del docente es básica para tratar de erradicar estos malos hábitos.

En su contexto institucional, el niño no debe tener acceso a la venta en gran escala de la diversidad de golosinas que tengan esas características mencionadas anteriormente, ni tampoco a toda clase de frituras consideradas como "comida no nutritiva".

anteriormente, ni tampoco a toda clase de frituras consideradas como “comida no nutritiva”.

Una opción que favorecerá su nutrición será el proporcionarle la venta diaria de fruta de la estación picada o en rebanadas, sandwich en forma de triángulo con los elementos necesarios, tostadas de aguacate o frijoles con queso, aguas frescas hechas a base de frutas; todo esto preparado con la debida higiene.

Si el niño se acostumbra a ingerir alimentos nutritivos desde pequeño, de esa manera, a través del tiempo, será algo sustancial para él.

Corresponde a la madre y a la maestra recordarle al niño que debe realizar tres comidas bien balanceadas, respetando siempre un horario, disponiendo del tiempo necesario y realizando estas prácticas en un ambiente de tranquilidad, lo que beneficiará indudablemente al niño, no solamente en su salud física, sino -y ello es muy importante- en su salud psíquica.

Con palabras sencillas y reiteradas, los niños sabrán de la importancia de la carne, las verduras y las frutas en el régimen de alimentación, y se acostumbrará a comer variados platos para que incorporen a cualquier tipo de comida.

La maestra podrá incluir en esta etapa la preparación de “comiditas”, actividad que encantará a los niños, refiriéndose al poder de los alimentos que ayudan a mantener un buen estado de salud.

Se podrán preparar bebidas tales como: caldos, sopas, chocolate, café con leche, limonadas; aguas de frutas como: melón, sandía, naranja, piña; ensaladas, dulce de frutas, pastel.

La educadora medirá periódicamente a los niños; la observación de su crecimiento; la necesidad del cambio de ropas por otras de mayor medida, podrá ser

el punto de partida para una conversación acerca del papel fundamental que juegan los alimentos en el crecimiento.

Los niños llegarán a comprender en forma natural, que la carne que se ingiere y que proviene de los animales, así como las frutas, los vegetales y el agua, alimentan y favorecen el desarrollo.

Asimismo, es importante que se conozca que una adecuada alimentación conduce hacia un buen estado de salud; así como una deficiencia de dicha alimentación, deriva un sinnúmero de enfermedades en todo el ser humano.

Salud

La Organización Mundial de la Salud (OMS), define como salud, “el bienestar físico, mental, social y no sólo la ausencia de una enfermedad”(13), es decir, cuando estamos en condiciones físicas y mentales, para cumplir todas nuestras actividades estamos sanos.

Conservar la salud es una condición esencial para encontrar la felicidad. La alimentación es una etapa fundamental del proceso nutritivo, puesto que del estado nutritivo que se tenga, se relacionará con una buena salud, dependiendo de una adecuada elección, preparación e ingestión de alimentos.

La salud para el niño es un estado que no alcanza a comprender muy claramente, es el adulto quien le indica su significado.

Dentro de la labor que se realiza en el Jardín de Niños, una de las responsabilidades del docente es conscientizar en primer lugar a los padres de familia y al contexto social en que se encuentra el plantel educativo, sobre la necesidad de consumir alimentos ricos en nutrientes en su menú familiar que beneficien su salud.

(13) Bloque de Juegos y Actividades en el Jardín de Niños. Pág. 77

Algo de suma importancia es aprovechar, los que su región le ofrece y así propiciar la elaboración de alimentos de fácil preparación y eliminar aquellos que solo representan un gasto innecesario como lo es la llamada comida no nutritiva. Hábito característico de numerosas familias de escasos recursos económicos, aunque también ya no es solo exclusivo de ese medio, sino también existe un gran aumento de consumismo en la clase media, así como en la clase alta.

En nuestro país una tradición muy remota que está fuertemente arraigada, es el comer en los mercados o en las calles, alimentos preparados, listos para ingerir de inmediato, recurso muy socorrido en el mexicano, para saciar el hambre.

En cualquier mercado público del país, así como en los puestos callejeros, prolifera por todas partes, hasta el más apartado rincón de un barrio marginado, la venta de tacos, tortas, quesadillas, tamales, chicharrones de diversos tipos, jugos, papitas, frituras, aguas frescas, elotes, hot dogs, hamburguesas, palomitas y otros. Todos estos alimentos callejeros son parte sustancial de nuestra identidad nacional y de nuestra manera de comer. Para millones de familias es una alternativa cómoda y económica, un sustituto de la comida de casa. Esto se ha hecho un hábito muy arraigado en el pueblo mexicano.

Enfermedades que se derivan de una alimentación deficiente

Los muestreos hechos por la Secretaría de Salubridad en estos alimentos han podido detectar que son mayoría quienes los venden en condiciones inciertas de salubridad o fuertemente contaminados. A ello se atribuye que los padecimientos gastrointestinales, continúan teniendo uno de los primeros lugares entre los principales problemas de salud de nuestra población. Por lo menos una docena de enfermedades estas pueden contraerse por alimentos contaminados, las cuales se pueden evitar si los consumidores hacemos un consumo crítico y como padre de familia ponemos el ejemplo para que los niños no copien este modelo y nos abstengamos en comer en cualquier lugar.

Lo que podemos o no podemos comer (14)

ALIMENTOS	PERMITIDOS	PROHIBIDOS
Leche y derivados	Todas las leches, yogur, queso fresco y curado	Quesos procesados, salsa de queso, leche chocolateada comercialmente leche malteada, bebidas lacteadas instantáneas cacao caliente
Carnes y aves	Todas, incluso los fiambres	Carnes preparadas, pastel de carne, paté de carne
Pescados	Todos	Cubitos con sabor a pescados preparados
Huevos	Todos	Los que estén contenidos en platos precocinados con salsas
Cereales	Maíz, arroz, soya, tapioca. Bollos y dulces elaborados con leche y harinas sin gluten.	Los que contienen harina de trigo, avena, cebada y centeno, germen de trigo, pan de gluten, mijo, cereales integrales, pastas italianas. Fianes, natillas, repostería, galletas
Legumbres y verduras	Todas	
Patatas	Todas	
Frutas	Todas	Las preparadas comercialmente con espesantes o mermeladas espesadas
Grasas	Mantequilla, margarina, aceites vegetales, grasas animales	Substitutivos no lácteos de la crema de leche
Azúcares y derivados	Azúcar, miel, jalea, jarabes, mermelada puros que no contengan harina como espesante. Chocolate puro, cacao en polvo puro y coco	Jarabes, caramelos...en los que no conste la formulación
Bebidas	Agua, refrescos, infusiones, vino, aguardientes destilados, cavas, aperitivos y licores	Cervezas y bebidas destiladas a partir de cereales.

Los alimentos siguen una serie de pasos, desde el lugar en que se producen, hasta nuestra mesa, variando este proceso en función de que el alimento se consuma en estado natural o procesado.

A continuación se mencionan los eslabones generados en la producción de alimentos, los cuales son: producción, transporte, transformación, almacenamiento, distribución, comercialización y consumo.

Los alimentos se pueden contaminar con:

1. Contaminantes biológicos (bacterias, protozoarios, virus), microorganismos que causan enfermedades.

a) Durante la producción

- Por regar cultivos con aguas negras
- Por dar a los animales alimentos cultivados con aguas negras
- Por no vacunar a los animales

b) Durante la transformación

- Por falta de higiene
- Por procesamientos inadecuados, y
- Por protección inapropiada de alimentos

c) Durante el transporte, almacenamiento y distribución

- Por no tener un transporte adecuado
- Por falta de refrigeración
- Manejo antihigiénico
- Locales inadecuados, sucios y húmedos
- Por estar accesibles a fauna nociva (moscas, roedores, perra)
- Por estar expuesto al ambiente

d) Durante la venta y adquisición

- Por falta de higiene en los vendedores ambulantes de alimentos
- Por falta de higiene del comprador y consumidor de alimentos

2. Con residuos de sustancias químicas

a) Durante la producción

- Por algunos insecticidas y fertilizantes que se usan en exceso y sin cuidado en los cultivos

-Durante la transformación

-Por agregar conservadores, aditivos químicos, saborizantes y colorantes inadecuados a los alimentos procesados; por contaminación con metales pesados en alimentos enlatados de naturaleza ácida (jugos de cítricos, enlatados, chiles en vinagre).

b) Durante el almacenamiento

-Cuando los alimentos no se han procesado adecuadamente o tienen demasiado tiempo almacenados, los alimentos pueden producir sustancias tóxicas, como las aflatoxinas que contaminan a la tortilla de maíz por mal almacenamiento de los granos.

Si se siguen los siguientes pasos, podemos evitar la contaminación de los alimentos.

-Defecar en baños, letrinas o fosas sépticas y conservar éstos limpio.

-No defecar al aire libre

-Lavarse las manos después de ir al baño y antes de preparar o consumir los alimentos.

-Hervir el agua para beber, por 20 minutos a partir de que suelte el hervor.

-Lavar las verduras y frutas al chorro del agua.

-Mantener los alimentos en lugares higiénicos, en recipientes tapados, y si es necesario en refrigeración, evitando de esa manera que estén en contacto con moscas, ratas, cucarachas.

-Poner la basura en recipientes tapados.

-No comer los alimentos que hayan caído al suelo.

-No comer los alimentos que se ofrecen en puestos por vendedores ambulantes.

-Refrigeración inmediata de los alimentos especialmente carnes, mariscos, leche y sus derivados).

-Evitar que las personas enfermas manipulen los alimentos.

-Control efectivo en la preparación de los alimentos enlatado y en conserva.

- Hervir los vegetales enlatados (tres minutos)
- No consumir los alimentos contenidos en recipientes (latas de plástico o de vidrio) que tengan abolladuras, estén abombados o tengan mal olor.
- Evitar tener animales domésticos (mascotas) como perros, patos, pollos y tortugas cerca de las áreas de preparación de los alimentos.
- Evitar comer alimentos enlatados con riesgo de contaminación por plomo (chiles y jugos cítricos enlatados por largo tiempo en la alacena).

Enfermedades que se derivan de los alimentos contaminados(15)

ENFERMEDAD	TIEMPO DE APARICIÓN	MANIFESTACIONES
Infección Intestinal aguda	1 a 2 días	Diarrea abundante, retortijones, vómitos, fiebre
Ambiasis	15 a 30 días	Diarrea con moco y sangre, estreñimiento y molestia en el recto
Giardiasis	1 a 15 días	Diarrea, asco y vómito
Tifoidea	8 a 20 días	Fiebre, dolor de cabeza, debilidad, más frecuente estreñimiento que diarrea.
Lombrices	2 meses	Diarrea, vómitos, retortijones, tos, dolor de cabeza, palidez
Oxiuriasis o Alfilerillo	4 a 5 semanas	Falta de apetito, insomnio, comezón y salida de lombrices por el ano
Intoxicación alimentaria	1 a 4 horas	Diarrea, inicio brusco con náusea, vómitos retortijones y decaimiento.
Hepatitis	15 a 30 días	Náuseas, decaimiento piel amarilla, orina obscura y excremento claro
Teniasis o solitaria	2 a 3 meses	Diarrea y estreñimiento, alternados, salidas de pedazos de lombriz en el excremento, hambre y desnutrición.
Triquinosis y cisticercosis	5 a 30 días	Diarreas, hemorragias en los ojos, dolores musculares, debilidad, puede dañar el cerebro y provocar ataques y dolor de cabeza.

Las autoridades deben de realizar una vigilancia muy estricta y controlada en la elaboración, preparación, manipulación y venta de alimentos en sitios públicos. También llevar a cabo una vigilancia sanitaria del almacenamiento de productos alimentarios con riesgo de contaminación producida por hongos.

La conservación de la salud es algo prioritario para el ser humano, y se debe fomentar desde que el niño es pequeño, y es deber del educador reforzar las medidas necesarias para que el alumno se concientice de su importancia.

Las complicaciones de las enfermedades diarreicas pueden ser: deshidratación, perforación intestinal, la infección grave y generalizada y, como consecuencias de estas, la muerte.

Por falta de hierro padecen anemia, tres de cada diez niños mexicanos. Al hablar sobre los efectos en la salud por la falta de hierro, un niño de preescolar con anemia al llegar a la escuela tiene deficiencias en su desarrollo mental y motor. La vitamina A y el hierro son elementos básicos en la dieta diaria de los mexicanos, y su integración en el azúcar redundaría en grandes beneficios.(16)

E) Teoría Psicogenética

La educación es una preocupación de toda la sociedad, pero quienes están más involucrados son los maestros, alumnos y padres de familia. Estando claro como un proceso por el cual, los alumnos hacen suyos, los bienes culturales de una sociedad, hecho por el cual los alumnos se apropian de los conocimientos científicos, hábitos, costumbres, lenguaje y normas de vida.

(16) Ibidem. Pág. 15

El proceso enseñanza-aprendizaje se apoya en una determinada teoría de aprendizaje o conocimiento, en donde se desarrollan los lineamientos que definen la adquisición de conocimientos, los cuales se consideran que es el alumno quien los construye. "Piaget dice que existe una continuidad entre los procesos de adquisición del conocimiento y la organización biológica del sujeto"(17). Refiriéndose a las posibilidades genéticas que son invariantes, en donde los procesos de maduración biológicos permiten al niño relacionarse y adaptarse al entorno físico y social, mediante interacción, así el alumno va construyendo el conocimiento totalmente abstracto y formal.

La Epistemología Genética en la cual se apoya la Psicogenética de Jean Piaget, concibe una interacción entre sujeto y objeto para la construcción del conocimiento. Esta teoría ha causado un gran impacto en el estudio del desarrollo cognitivo, ya que es la que ofrece más elementos para entender como aprende el niño tomando en cuenta los instrumentos mentales, los cuales son procesos internos que utiliza el ser humano para percibir y estructurar la realidad.

Desde el nacimiento hasta la madurez la organización interna de las personas va cambiando, a través de la acción que se ejerce constantemente tratando de dar sentido al mundo, este desarrollo implica cambios importantes en el proceso del pensamiento, dichos cambios se realizan por medio de la adaptación y organización, lo cual es necesario para aceptar más eficazmente el entorno. Esto es determinado por los factores ambientales, a los cuales se tiene que adaptar el individuo, ellos conducen a una organización y estructura cognitiva.

La adaptación implica dos procesos básicos: la asimilación y la acomodación, siendo la primera la utilización de lo que ya se sabe o se puede hacer al encontrarse

(17) PIAGET Jean. Teorías del Aprendizaje. Guía de Trabajo. Pág. 91

ante una situación nueva; es plasmar datos nuevos en esquemas de manera que formen esquemas esencialmente nuevos. Es cuando se utiliza una conducta ya aprendida sobre un objeto y el resultado no es satisfactorio, por lo cual se desarrolla un nuevo comportamiento.

A través de esta adaptación, se realizan cambios en la estructura cognitiva, los cuales son llamados cambios de organización, estas estructuras internas cambiantes se llaman esquemas; se logra gracias a la interacción de cuatro factores: maduración, experiencia física y lógica, transmisión social y equilibración.

La maduración es básica, ya que es la aparición de cambios biológicos que se encuentran genéticamente programados en cada ser humano; la actividad sobre el entorno va evolucionando conforme va madurando el sujeto físicamente, esto le va a favorecer en su aprendizaje. El niño a través de las acciones y reflexiones que realiza al tener contacto con los objetos, eventos y procesos que conforman su realidad, va construyendo su mundo y conocimiento a través de las operaciones lógicas. La transmisión social es lo que aprende de otras personas, es arbitrario, proviene del consenso sociocultural establecido, los valores y normas sociales que difieren de una cultura a otra.

A través del proceso de equilibramiento, es cuando se dan realmente los verdaderos cambios, siendo los tres factores anteriores las causas básicas de eso cambios, este equilibrio momentáneo es el proceso responsable del desarrollo intelectual en todas las etapas de maduración, este mecanismo favorece en el niño el pase de una etapa del desarrollo de la siguiente.

Todo lo que el ser humano desarrolla en su mente está influido por la madurez que posea, por su actividad, así como la interacción con otras personas, a esas

experiencias les da un sentido a través de la acomodación, para llegar a una equilibración posterior.

“A medida que los niños se desarrollan conforme a su potencial genética, cambian sus comportamientos para adaptarse a su medio ambiente”(18). En el niño suceden etapas que son decisivas en el desarrollo integral de si mismo y estas son:

F) Etapas de Desarrollo

Sensorio-Motriz (0 A 2 años)

Esta etapa que va del nacimiento a la adquisición del lenguaje, está marcado por un desarrollo mental extraordinario. Consiste nada menos que en una conquista a través de las percepciones y los movimientos, de todo el universo práctico que rodea al niño pequeño. Esta “asimilación sensorio-motriz” del mundo exterior inmediato, sufre toda una revolución copernicana en pequeña escala: mientras que el comienzo de este desarrollo, el recién nacido lo refiere todo a sí mismo, concretamente a su propio cuerpo, al final cuando se inician el lenguaje y el pensamiento, se sitúa prácticamente como un elemento o un cuerpo entre los demás, en un universo que ha construido poco a poco.

Preoperatorio (2 a 7 años)

Esta etapa es en la que se encuentra ubicado el niño de preescolar empieza el pensamiento acompañado del lenguaje el juego simbólico, la imitación diferida, la imagen mental y las demás forma de función simbólica. Consiste en gran parte en una interiorización progresiva de las acciones. El niño construye las estructuras

(18) Ibidem. Pág. 94

que darán sustento a las operaciones concretas del pensamiento, a la estructuración paulatina de las categorías del objeto, del tiempo, del espacio y la casualidad, a partir de las acciones y no todavía como nociones del pensamiento.

El carácter egocéntrico del pensamiento del niño podemos observarlo en el juego simbólico o juego de imaginación y de imitación; por ejemplo: la comidita, las muñecas, la casita y demás juegos en donde hay una actividad real del pensamiento, esencialmente egocéntrica, que tiene como finalidad satisfacer al yo, transformando lo real en función de los deseos.

Entre las edades comprendidas de 3 a 7 años, se encuentra el niño en la edad del "preguntón", esto nos indica el deseo de conocer la causa y la finalidad de las cosas que sola a él le interesan en un momento dado. En esta etapa el niño es muy dado a consumir "comida chatarra", debido a la publicidad, que se utiliza para atraer su atención, siendo uno de los principales consumidores de estos alimentos.

El pensamiento del niño resalta las siguientes características:

El Animismo: Tendencia a concebir los objetos como dotados de vida, lo que se mueve como los astros, los fenómenos naturales, etc. Este animismo es el resultado de la asimilación de las cosas a la actividad que el mismo niño realiza, a lo que él puede hacer sentir.

El Artificialismo: O creencia de que las cosas han sido hechas por el hombre o por un ser divino.

El Realismo: Esto es, cuando el niño supone que son reales hechos como: los sueños y los contenidos de los cuentos.

Se caracterizan estas diversas manifestaciones del pensamiento por haber en ellas una asimilación deformada de la realidad.

Los aspectos sobresalientes que caracterizan esta etapa del desarrollo donde se presenta la estructuración progresiva del pensamiento y en general la personalidad del niño.

La Función Simbólica

Al inicio del periodo preoperatorio aparece la función simbólica o capacidad representativa como un factor determinante en la evolución del pensamiento.

Se distinguen claramente expresiones de esta capacidad representativa la imitación en ausencia de un modelo, el juego simbólico o juego de ficción, en el cual el niño representa papeles que satisfacen las necesidades afectivas e intelectuales de su yo, la expresión gráfica, la imagen mental y el lenguaje que le permite un intercambio y comunicación continua con los demás.

La función simbólica se desarrolla desde el nivel del símbolo hasta el nivel del signo. Una forma de manifestación de los símbolos es a través del dibujo. Esta expresión gráfica puede considerarse, a su vez, como una forma de retroalimentar la función simbólica.

Otra de las manifestaciones es el juego de vista emocional, significa para el niño un espacio propio donde refleja sus necesidades afectivas, sus deseos.

Progresivamente a través de muchos momentos, el niño va llegando a la construcción de signos, cuyo máximo exponente es el lenguaje oral y escrito.

Las preoperaciones lógico-matemáticas, proceso fundamental que opera en este periodo y que permiten al niño ir conociendo su realidad de manera cada vez

más objetiva, es la organización y preparación de las operaciones concretas del pensamiento.

Operaciones Concretas

Esta abarca de los 7 a los 11 años, el niño se encuentra en la etapa de operaciones concretas caracterizándose por la manipulación que lleva a cabo abstraer relaciones con el fin de adquirir el conocimiento.

Esta etapa comienza la relación que hay entre un objeto y su representación a través de símbolos y va adquiriendo relaciones de tiempo espacio, conservaciones que le sirven para obtener conocimientos en la escuela primaria.

El niño va perdiendo su egocentrismo que le caracterizaba y comienza a sentir esa necesidad de integración a su grupo y al entorno social que le rodea, comienza a pedir ayuda a los demás.

Operaciones Formales

De los 12 años en adelante el pensamiento se vuelve totalmente abstracto. El razonamiento hipotético-deductivo se hace posible y con él la constitución de una lógica "formal", es decir, aplicación a cualquier contenido.

G) Sujetos que Intervienen en el Proceso en Enseñanza-Aprendizaje

Roles del Sujeto

Rol del Docente

La educadora, como profesional de la educación en este nivel, tiene la función de orientar y guiar el proceso de formación de los niños, por lo que requiere una constante reflexión acerca de su actuación diaria, para propiciar la participación del

niño como promotor de su propio aprendizaje, sin olvidar que para favorecer el desarrollo integral del niño, es necesario propiciar la integración de los padres de familia en el nivel de preescolar. Rescatar esas características de sus alumnos en los aspectos, físicos, psicológicos, familiares y socioeconómicos; será la pauta a seguir para conocer sus intereses y necesidades. Dentro de la labor que realiza el Jardín de Niños, como es el proceso de planeación, realización y evaluación adquiere gran importancia; sin embargo, no debe verse como una acción única y exclusiva del docente, sino como una actividad conjunta de niños-educadora, donde se toman los elementos que intervienen en el acto educativo como son: intereses y necesidades del niños y docente, características de la familia, medio sociocultural, entre otros.

Es por esto que en esta propuesta se fundamentará en el modelo constructivista, ya que tanto el educador como el alumno, tienen una relación recíproca, bilateral, amistosa y de respeto mutuo, puesto que el educador siempre busca la manera de que el niño sea crítico, pensante, reflexivo para que sea un ser más autónomo e independiente; aspectos trascendentales para que se dé una socialización favorable para el niño.

Rol de la Sociedad

La sociedad cumple una función elemental en la institución; su intervención surge a raíz de las transformaciones que sufre la misma, y es en ella dónde se emplearán todos los aprendizajes.

Los medios para la enseñanza son indispensables ya que son lo que llevan al niño a los conocimientos. Los medios a utilizar para una mejor respuesta en la enseñanza, es la motivación; el interesarlos para que éstos fijen y retengan conocimientos, el fomentar la participación, el variar las estimulaciones para no caer en la monotonía.

Los objetos son también factor importante en la enseñanza-aprendizaje, los niños al no tener contacto con ellos, se le abrirán nuevas ideas y todo esto se lo proporcionará el medio que lo rodea; el niño es reflexivo, dinámico, crítico y autorregulador de sus actitudes, debido a que en el grupo también existirán reglas y normas que deberán respetar.

Rol del Alumno

El niño es un ser cognitivo, que posee características individuales, únicas, siendo su desenvolvimiento, en su medio, de manera muy peculiar, estructurándose su personalidad de acuerdo a su conducta, y hábitos que haya absorbido de su entorno social.

Las relaciones que establezca en su hogar, es un factor determinante que favorece su desarrollo, pues a través de ellas el niño expresa su sentir, su pensamiento, sus aspiraciones, y a la vez busca la solución de su problemática, sus inquietudes, todo esto lo realiza a través de los cuestionamientos que explyea con los seres humanos que lo rodean.

El alumno sujeto de su propio aprendizaje y observador de la realidad que le circunda posee un interés natural por conocer su medio ambiente e interrelacionarse con él, permitiéndole cada día integrarse a la sociedad de manera gradual, con una percepción práctica y formativa. Además el alumno accede a una construcción cada vez más amplia del conocimientos, lleva un papel determinante, ya que es éste el motivo por el cual existe la escuela.

El niño a través de la acción total, hace suyos los conocimientos de diferentes maneras; esto es una forma concreta al tener contacto con los objetos y naturaleza, quien los interioriza, siendo esto producto de la asimilación de la realidad comprensible, de acuerdo a sus estructuras del pensamiento.

H) Evaluación

La evaluación tiene un objetivo, el tomar información más significativa para el maestro, al obtener esta información, se logrará en tomar decisiones acertadas. De esta manera la evaluación se dirige a analizar el proceso de aprendizaje de una manera total.

El Programa de Educación Preescolar 1992, plantea la línea de evaluación cualitativa considerada la más pertinente de aplicarse, principalmente con los niños menores de 6 años.

La evaluación de carácter cualitativo se caracteriza por tomar en consideración los procesos que sustentan el desarrollo; asimismo aborda las formas de relación del niño consigo mismo y su medio natural y social.

La evaluación se empleará sistemáticamente para lograr el mejoramiento del aprendizaje y el de la relación entre maestro, alumno, hogar y comunidad.

En preescolar la evaluación del aprendizaje es un proceso continuo donde el educador tiene la oportunidad de registrar los aspectos sobresalientes del educando y obtener los avances o retrocesos significativos. En ningún caso se pretende "encasillar" al alumno, sólo se pretende obtener valiosa información para saber cómo se están desarrollando las acciones educativas. Al obtener esta información, el educador tiene los elementos necesarios para formar un perfil de desarrollo individual y grupal.

La evaluación en el Jardín de Niños se lleva a cabo de manera inicial, final, grupal y permanente, como la marca el Plan 92 de Educación Preescolar.

Evaluación Inicial Grupal

Es la elaboración de un perfil del grupo. Permite el nivel de madurez en el que el grupo se encuentra en cada una de las áreas de desarrollo al inicio del año escolar, perfil que sirve de base en la ubicación del grupo dentro del Programa.

Este informe grupal tiene como finalidad el que la educadora pueda tener un esquema global de las características más importantes de su grupo, así como de aquellos aspectos que requieran ser atendidos de manera especial. Esto es con el propósito de orientar su práctica educativa ya sea en cuestiones de tipo metodológicas o hacia la búsqueda de contenidos específicos. El docente determinará las estrategias a seguir para el logro de los objetivos propuestos.

Evaluación Permanente

Hechos y actividades sobresalientes del niño y/o grupo. Esto se refiere a los logros o dificultades más significativos.

Está orientada a evaluar el proceso de desarrollo del niño y rescatar aquellos aspectos que requieran mayor atención. La elaboración constante de este registro implica que la educadora tendrá que observar sistemáticamente las actividades y acciones de cada niño y del grupo en general.

Evaluación Final

La educadora tiene como propósito de realizar un informe del grupo rescatando aspectos significativos y que deben ser tomados en cuenta por el docente en el año subsecuente para facilitar su trabajo y tener un antecedente del mismo.

Como son los siguientes, participación de los niños, dificultades, logros y toda aquella información que nos de cuenta del proceso que vivió en el grupo.

Como puede observarse, la evaluación en preescolar forma parte del proceso educativo, y toma en cuenta todo lo que interviene en él, así como las diversas interacciones que se realizan dentro de éste, lo cual es de gran importancia, ya que dicha evaluación no se toma como medición, sino como algo necesario para guiar de la mejor manera la tarea educativa.

III MARCO CONTEXTUAL

A) Política Educativa

La Política Educativa, es un “conjunto de normas que rigen el sistema educativo del país, y que están impuestas por el Gobierno y éstas mismas destinadas a cumplir fines para beneficio del mismo”. (19)

Cada país, cada gobierno, practica una Política Educativa de acuerdo a sus propios intereses y características, esto influye para que en cada sexenio vayan surgiendo cambios que modifiquen la educación que se imparte y pretende a su vez que ésta sea capaz de modificar las estructuras sociales de cada generación.

Para que la Política Educativa sea auténtica, tendrá que resolver todos los problemas por los que atraviesa la enseñanza, como: lo que se relacione con los planes y programas de estudios, maestros, alumnos y lo que surjan de la presencia de diversas instituciones en los que se imparte educación. El Gobierno es el encargado de organizar y administrar todo lo que a educación se refiere. Corresponde al Estado la vigilancia de que se cumplan debidamente las leyes y normas.

La política educativa es una normatividad inmersa en los Planes y Programas de Educación.

(19) GALLO, Víctor. Política Educativa SEP-UPN. México 1988. Pág. 456.

B) Artículo 3° Constitucional

La educación en México se sustenta en el Artículo 3° Constitucional, define los valores que deben realizarse en el proceso de formación del individuo, así como los principios bajo los que se constituye nuestra sociedad, marcando por tanto, un punto de encuentro entre desarrollo individual y social. Señala que la educación que se imparta tenderá a desarrollar armónicamente todas las facultades del ser humano; es decir propone el "desarrollo armónico del individuo".

"La educación que el Estado impartirá será gratuita, las donaciones destinadas a dicha educación en ningún caso se entenderá como contraprestaciones del servicio educativo" (20), ya que no se cobrará por la educación a sus hijos.

Menciona la obligatoriedad de la educación y la responsabilidad que tienen los padres de familia de que asistan sus hijos a la escuela, se hace obligatoria la educación primaria y secundaria para todas las clases sociales, siendo el Estado el que debe proporcionar los recursos económicos, por lo cual se propone que todos los mexicanos tengan una cultura en base a su educación elemental.

Las fracciones I al IV del Artículo 3°, para precisar que la educación que imparta el Estado -Federación, Municipio- será laica, evitando que privilegie alguna religión o promueva profesar un credo, y asimismo para prever la posibilidad de que la educación impartida por los planteles particulares no sea por completo ajena a doctrina religiosa, sin perjuicio de la observancia. El criterio que orientará esta educación se basará en los resultados del progreso científico, luchará contra la ignorancia y sus efectos, las servidumbres, los fanatismos y los prejuicios.

a) Será democrático, considerando a la democracia, no solamente como una estructura jurídica y un régimen político, sino como un sistema de vida, fundado en el

(20) SEP Artículo Tercero Constitucional. Pág. 50

constante mejoramiento de vida en lo social y cultural del pueblo.

b) Será nacional, en cuanto -sin hostilidades, ni exclusivismos, atenderá a la comprensión de nuestros problemas, al aprovechamiento de nuestros recursos, a la defensa de nuestra independencia política, al aseguramiento de nuestra independencia económica y a la continuidad y acrecentamiento de nuestra cultura.

c) Contribuirá a la mejor convivencia humana, a precio por la dignidad de la persona, y la integridad de la familia, igualdad de derechos de todos los hombres, evitando los privilegios de razas, de religión, de grupos, de sexos o de individuos.

C) Ley General de Educación

La Ley General de Educación propone guardar plena fidelidad con la letra y el espíritu de los postulados del Artículo 3° Constitucional. Dicha Ley, ratifica que toda la educación que el Estado imparta será gratuita, la cual establece que la educación básica tiene las adaptaciones requeridas para responder a las características lingüísticas y culturales de los diversos grupos indígenas del país, a la vez que reconoce por primera vez el español como idioma común de los mexicanos. En el Capítulo I, dispone estimular el conocimiento y la práctica de la democracia como forma de gobierno y convivencia social, alienta la creación artística, la práctica del deporte y las actividades que estimulen la investigación científica y la innovación tecnológica, inculca actitudes responsables hacia la preservación de la salud, el respeto a los derechos humanos, la protección de los recursos naturales y el medio ambiente.

En esta Ley se fijan atribuciones que de manera exclusiva corresponden al Ejecutivo Federal, por conducto de la Secretaría de Educación Pública y cuya finalidad es garantizar el carácter nacional de la educación; destacando los planes y programas del estudio para la educación primaria, secundaria y normal; establecer el

calendario escolar mínimo para cada ciclo lectivo en dichos niveles y elaborar y mantener actualizados los libros de texto gratuitos. La Ley confirma el papel central que desempeña el maestro en la educación. Por ello se reconoce al educador como promotor, coordinador y agente directo del proceso educativo.

Es a través de esta Ley que se dictaminan para toda la República los planes y programas de estudio para la educación en todos sus niveles: primaria, secundaria, la normal y demás, para la formación de maestros de educación básica. Establece el calendario escolar aplicable en toda la República para cada ciclo lectivo de la educación en todos sus niveles; además elabora y mantiene actualizados los libros de texto gratuitos. Las autoridades educativas dictaminan medidas tendientes a establecer condiciones que permitan el ejercicio pleno del derecho a la educación de cada individuo, una mejor equidad educativa. Estas medidas dirigidas preferentemente a los grupos y regiones con mayor rezago educativo o que enfrenten condiciones económicas y sociales en desventaja.

Las finalidades de la Ley General de Educación son las siguientes:

- El promover en el niño el desarrollo integral de su personalidad, tomando en cuenta las características de su personalidad, su entorno físico y social, y su peculiar forma de ser y sentir.
- El crear un ambiente propicio que conduzca al niño a formar nuevos conocimientos y relacionarse con los demás.
- El dotar al niño de experiencias significativas que contribuyan a la construcción progresiva de un criterio nacional, sobre los fenómenos naturales y sociales.
- El brindar oportunidades de investigación y promover al niño a una continua búsqueda de soluciones a sus problemas.
- El contribuir a convertir al preescolar en un individuo autónomo, crítico y capaz de relacionarse con los demás.

- El fincar las bases de una formación moral, intelectual y social en el niño, como inicio de proceso de realización humana.

D) Modernización Educativa

Dentro del marco de transformación que va sufriendo el mundo, se presentan cambios en el ámbito económico, político y social. Así la educación se ha transformado; para llegar a éstos cambios, primero hubo un análisis, estudios e investigaciones, ya que debía asegurar las consecuencias benéficas que traería para los procesos pedagógicos y el sistema educativo.

La Modernización Educativa pretende erradicar el analfabetismo en los lugares más recónditos del país, y así mejorar la educación en México. Las nuevas estructuras con las que cuenta el nuevo Programa, están sustentadas para favorecer el proceso enseñanza-aprendizaje en el ámbito educativo.

El gobierno federal, los gobiernos estatales, el magisterio nacional y la sociedad, se proponen transformar el sistema de educación básica -preescolar, primaria y secundaria- con el propósito de asegurar a los niños y jóvenes una educación que los forma como ciudadanos de una comunidad democrática, que les proporcione productividad nacional, que ensanche las oportunidades de movilidad social y promoción económica de los individuos, y que, en general, eleve los niveles de calidad de vida de los educandos y de la sociedad en su conjunto.

La educación es ámbito decisivo para el futuro de la Nación. La acción educativa del gobierno y de la sociedad, es una de nuestras grandes prioridades, existe un claro consenso acerca de la necesidad de transformar el sistema educativo. Este reclamo social, extendido tanto en la geografía del país, como entre

los sectores de la sociedad, es por una educación de calidad. La aspiración es esencial, además para cumplir cabalmente con el Artículo Tercero Constitucional, cuyo mandato es por una cobertura suficiente, una mejoría constante en la calidad de la educación.

Existe una amplia constancia de que es aconsejable propiciar una mayor equilibrio en la participación de los diversos actores del quehacer educativo. Cada comunidad y la sociedad en su conjunto, deben participar en forma activa y creadora en lo que concierne a la educación y, particularmente en el Sistema Educativo del País. Para lograr este propósito, es indispensable fortalecer en la base del sistema -la escuela misma-, de los maestros, los padres de familia y los alumnos.

El protagonista de la transformación educativa de México debe de ser el maestro. Es el maestro quien transmite los conocimientos, fomenta la curiosidad intelectual y debe ser ejemplo de superación personal. Es él quien mejor conoce las virtudes y debilidades del Sistema Educativo. Sin su compromiso decidido, cualquier intento de reforma se vería frustrado. Por ello uno de los objetivos centrales de la transformación educativa es revalorar la función del maestro. La revalorización de la función magisterial comprende seis aspectos principales; la formación del maestro, su actualización, el salario profesional, su vivienda, la carrera magisterial y el aprecio social por su trabajo.

E) Programa de Desarrollo Educativo 1995-2000

En este siglo XX dentro de la Educación han surgido cambios muy grandes en beneficio de la misma, en cuestión de bajar en alto grado el analfabetismo, y elevar el promedio de escolaridad, el enfatizar la importancia de la Educación Preescolar,

ampliando la educación primaria y el acceso a las secundarias, ensanchando la educación tecnológica y multiplicando las carreras universitarias.

El Programa de Desarrollo Educativo 1995-2000, propone una lucha continua por mejorar la educación, en la cual participarán gobierno y los diferentes grupos sociales existentes; cuyos propósitos principales de este programa son: calidad, equidad pertinencia de la Educación.

Una de las demandas más requeridas es el elevar la calidad y aplicar una educación de cobertura amplia. Una educación con calidad se fundamenta en una sólida formación de valores, actitudes, hábitos, conocimientos y destrezas desde la primera infancia, recorriendo primero el nivel de preescolar, por consiguiente el nivel de primaria y de secundaria. Uno de los propósitos a seguir es buscar el cumplimiento de las leyes establecidas en el Artículo 3o. Constitucional, siendo la educación laica, gratuita, democrática, nacionalista y fundada en el conocimiento científico.

La educación básica se basa en atender al mayor numero posible de estudiantes del sistema educativo, esta será la base para un mejor aprovechamiento de la futura educación recibida.

Por consiguiente este Programa se propone diseñar y aplicar programas y acciones para garantizar el acceso al nivel preescolar, a la primaria y a la secundaria.

Otro de los propósitos es el mejorar los servicios de educación e Indígenas, respetando sus lenguas, sus costumbres y sus tradiciones. El mejorar y reforzar la educación especial, abarcando lo más posible a toda persona que la requiera, propone la superación del proceso de enseñanza-aprendizaje mediante el

mejoramiento continuo de los contenidos, métodos y materiales educativos. Se vigilará la calidad de los libros de texto gratuitos de la primaria y su repartición oportuna.

Se reacondicionarán, ampliarán y modernizarán los planteles y su equipo de comunicación informática, para mejorar el desempeño de labores docentes y lograr un mayor aprovechamiento en los alumnos.

La evaluación será objetiva y a su tiempo para facilitar respuestas ágiles del sistema educativo, para así asegurarse que los propósitos y fines de la educación contesten a las necesidades que plantea al desarrollo del país.

Se ampliará el alcance de programas, como los de educación inicial, desayunos escolares y becas. La escuela puede servir como eje para intermediar los programas sociales a nivel comunidad.

El maestro es la estrella principal en la obra educativa, es por eso que él mismo debe de asistir a asesorías, capacitaciones, cursos de superación profesional, para garantizar la calidad en la educación.

Un gran elemento transformador en México es "la educación".

F) Programa de Educación Preescolar

En el año de 1992, se dio marcha al nuevo Programa de Educación Preescolar, con el fin de elevar la calidad de educación en México; este programa, ubica al niño como centro del proceso educativo, cuyos principios es el respeto a sus intereses y necesidades, dándole la libertad de elegir y plasmar lo que él desea.

El programa escolar da esa movilidad al docente de llevar al niño al encuentro de sus propios intereses, respetando sus decisiones en la elaboración de Proyectos a través de los frisos que elaboran los niños, teniendo un seguimiento de acuerdo a lo que ellos acordaron. El docente es otro miembro más del grupo. En preescolar se le da seguimiento a las ideas del niño al plasmarlas en sus trabajos; el docente tiene también trascendencia cuando deja al niño ser él mismo.

La finalidad que persigue el Programa de Educación Preescolar 1992, es elevar la calidad educativa en este renglón de la educación. Este Programa constituye un propuesta de trabajo para el docente.

Enfocado a destacar y respetar las necesidades e intereses de los niños, así como su capacidad de expresión y juego, favoreciendo su proceso de socialización.

El programa se concibe como un instrumento elemental en el trabajo que lleva a cabo la educadora, considerando de suma prioridad la participación e interés del niño.

El juego en la etapa preescolar es un factor importante del desarrollo integral de los niños. Hasta se dice "los niños no juegan porque son niños, sino que son niños para jugar" (y así crecer). Para ellos jugar y trabajar, pensar, crear, es recrearse.(21)

El programa está estructurado por Proyectos, éstos tienen una gran complejidad y duración, de acuerdo al interés de los niños, o a las situaciones dadas. "El proyecto es una organización de juegos y actividades propias de esta edad, que se desarrollan en torno a una pregunta, un problema o a la realización de una actividad concreta(22)

(21) BAUZER Medeiros Ethel. Juegos de Recreación. Pág. 28

(22) SEP, Dirección General de Educación Preescolar. Programa de Educación Preescolar 1992. Pág. 18

Se lleva una planeación previa para todas las actividades, registrándolo en un friso, siendo esto en una forma grupal, para poder lograr los objetivos determinados. En el transcurso del proyecto, se le permitirá al niño dar sus aportaciones, opciones, dudas, de acuerdo al tema.

La participación de todo el grupo, es esencial en el trayecto del proyecto, debido a que grupalmente será sugerido, realizado y evaluado. El Programa de Educación Preescolar 92, es accesible, da libertad a los alumnos para acuerdo a sus intereses.

El realizar actividades por proyectos está apoyado por los bloques de juegos y actividades, estos mismos son los que nos ayudan a organizar los juegos y actividades relacionados con los diferentes aspectos del desarrollo, los cuales permiten integrar en la práctica el desarrollo del niño, de una manera integral.

Los bloques de juegos y actividades que propone el Programa de Preescolar son:

Bloque de juegos y actividades de sensibilidad y expresión artística.

Al hablar de expresión se refiere a las relaciones que establece un individuo con todo lo que lo rodea y entre más sean sus experiencias con este medio, éste tendrá más posibilidades de comunicar sus sentimientos y necesidades.

Existen diferentes formas de expresarse como la gestual, corporal, plástica, verbal, dramática y musical, éstas permiten desarrollar sus habilidades para mejorar la manera de comunicarse.

Este bloque está conformado por: la música, en donde el alumno disfruta del canto y los ritmos, para desarrollar su imaginación.

Las artes gráficas y plásticas, aquí el niño se expresará por medio de la utilización de diferentes materiales existentes en el aula, expresará sus sentimientos, su creatividad y sus conocimientos. La Literatura, en ella está inmersa, las rimas, adivinanzas, cuentos, poesías, siendo éstos medios para un acercamiento del niño a la literatura. Las Artes visuales, se manifiestan en el campo educativo por medio de audiovisuales, que son recursos didácticos con los que en un momento dado cuenta la educadora para motivar la atención de los niños. La vista y el oído son un medio importante para el aprendizaje éstos pueden ser revistas, un medio para desarrollar y ampliar sus conocimientos.

Bloque de juegos y actividades de psicomotricidad

La actividad motriz es esencial en el desarrollo del niño. Sobre todo en sus primeros años de vida, por ello se le va a dar al niño experiencias, descubrir sus habilidades físicas y desarrollando con el todo lo que le rodea.

Este bloque está conformado por: la imagen corporal, la cual es el conocimiento que tiene el niño en relación a su cuerpo. El Jardín es en donde el niño va a desarrollar sus habilidades motrices llegando así a controlar su cuerpo. La estructuración especial en la que cada niño realiza movimientos de desplazamiento en un determinado espacio relacionado con él mismo, con los objetos, con personas y situaciones dadas a su alrededor.

La estructuración temporal, es la organización continua que el niño realiza en cuanto a acontecimientos de su vida diaria.

Bloque de juegos y actividades relacionados con la naturaleza

El hombre siempre ha contado con la naturaleza para sobrevivir. Sin embargo, hoy en día se enfrenta a cambios muy bruscos, debido a la contaminación

ambiental que afecta los recursos naturales y el medio ambiente, debido a esto se necesita el inculcar a los niños desde el nivel preescolar el respeto por la conservación de la naturaleza.

Este bloque está conformado por: la salud, en él se observa el objetivo de que los niños adquieran o refuercen hábitos de higiene personal, alimentación completa, de el autocuidado y del aseo de su hogar y la comunidad, esto se logrará con campañas dentro del Jardín involucrando a padres de familia y a la comunidad o colonia en general.

También pretende el llevar a los niños a la reflexión sobre los beneficios que nos trae el tener estos hábitos y las consecuencias que traería el no llevarla a la práctica. La Ecología está inclinada hacia el estudio de la naturaleza que integra el ambiente físico como el aire, el agua, la tierra y por otro lado a los seres vivos como los vegetales, animales y las persona. Por medio de diferentes actividades se va a favorecer el contacto directo con los elementos físicos que rodean al niño, éste podrá apreciar en las observaciones las relaciones que existen entre cada uno de ellos.

La Ciencia, en la que el niño se apropia de ella por medio de la observación y experimentación, ya que el conocimiento del por qué y el cómo suceden ciertas cosas, permitirá que los niños realicen preguntas, búsquedas y exploraciones de lo que él quiere saber, y por consecuencia se irá desarrollando su conocimiento científico.

Bloque de juegos y actividades matemáticas

Es el área en donde le niño va a desarrollar su pensamiento lógico y desarrolla el proceso de abstracción.

Este bloque lo conforman: la Clasificación, en este aspecto se establecen relaciones y comparaciones en las actividades de semejanzas y diferencias, en las que se logran la clasificación y la seriación. La adición y sustracción, debido a todas las actividades realizadas en el Jardín, van a favorecer a la suma y a la resta, esto será apoyándose en diferentes materiales como objetos, piedras, semillas, palitos o cualquier material propicio que esté al alcance de la mano. La medición, en ella el niño descubrirá al observar figuras geométricas, en su mismo entorno y a la vez establecerá semejanzas y diferencias entre las mismas figuras.

Bloque de juegos y actividades relacionadas con el Lenguaje

Los niños al ingresar al Jardín, ya poseen un lenguaje oral que les permite comunicarse con las personas que lo rodean en su hogar, pero la educadora reforzará y enriquecerá esos conocimientos en los niños y propiciará el uso de un lenguaje que será un medio eficiente de expresión y comunicación.

Este bloque está conformado por: la lengua oral, en el Jardín se favorecerán las relaciones que ya existen entre los niños y su medio que lo rodea por medio de actividades, logrando ampliar su vocabulario y a la vez que adquiera seguridad en sí mismo. El lenguaje escrito, su objetivo es acercar al niño a la lengua escrita, debido a que éste es un sistema de códigos y signos convencionales que le permitirán comunicarse con otras personas por medio de mensajes, cartas y otros. La lectura pretende que el niño descubra la utilidad de la misma, observando en donde se lee, los movimientos de los labios y los ojos al leer, cuando la educadora les lea algún texto, descubriendo también que lo que se habla se puede escribir para después leerse.

Después de observar la estructuración del programa de Preescolar, se hará mención de varios autores que propusieron el Método por Proyectos para Educación preescolar y con qué fin se realizaron.

G) Contexto Institucional

El Jardín de Niños "Gabriela Mistral" 1114, ubicado en la Calle Carlos Armendáriz, de la Colonia Nombre de Dios, Chihuahua, situado en la periferia, se localiza a una cuadra del arroyo "Magallanes", las casas que los circundan a los costados derecho e izquierdo, por lo regular están construidas de adobe, ladrillo, block hecho por ellos mismos y otros materiales, algo muy notorio es que la mayoría de las casas están en obra negra, tanto en sus interiores como en sus exteriores, las calles que los circundan son de terracería, las cuales no están bien trazadas, ya que al fundarse la colonia, sus moradores se apropiaron de los terrenos por medio del paracaidismo. Al sur le circunda la existencia de fábricas como Cementos y Placas aislantes, que significan un grave foco de contaminación, causando serios problemas de salud a la población.

La comunidad se caracteriza por tener sus habitantes, un status de vida de bajos recursos. Su hábitat, lo forman casas de construcción normal, pero por lo regular, tiene una o dos habitaciones, la gran mayoría carecen de sanitarios, teniendo fosas sépticas que hacen las veces de baño, su construcción generalmente es de block, que los integrantes de la colonia elaboran. Su religión predominante es la católica, cumpliendo con sus obligaciones tradicionales.

La gran mayoría de los niños son hijos de padres que laboran en diversos oficios: vendedores ambulantes, albañiles, plomeros, obreros que desempeñan su trabajo en maquilas y otras empresas. La mayoría de las familias tienen de 5 a 7 integrantes, por lo cual su ingreso familiar es muy raquítico. Existe una cantidad considerable de desempleados aumentando la población flotante.

En relación a su alimentación, es muy deficiente, una de las causas es el alto costo de la vida sus compras se reducen a comida no nutritiva. Una manera

cómoda de alimentarse; en cuanto a su vestimenta es de segunda mano, algo muy sorprendente de su desembolso económico es que en casi todos los hogares tienen costosos aparatos eléctricos como son: video caseteras, estéreos, televisiones, etc, dándole prioridad a la recreación, en lugar de proporcionarse una alimentación sana.

El grado de escolaridad alcanzado por lo regular es el de un bajo porcentaje termina la escuela primaria, una cantidad mínima de adolescentes termina la escuela secundaria debido a la problemática que se presenta; desintegración familiar, problemas de drogadicción y escasos recursos económicos.

El Jardín de Niños

Se empezó a integrar a la comunidad partiendo de la existencia de un solo salón grande, construido por un grupo de ejidatarios; donde se sesionaban eventualmente. Actualmente la Institución cuenta con tres aulas construidas por el organismo de la CAPCE (Comité Administrativo del Programa Federal de Construcción de Escuelas), así como dirección, cinco sanitarios, los dos primeros construidos con la ayuda de la comunidad, tiene los servicios de agua, drenaje y electricidad. También cuenta con 8 bebederos un chapoteadero, un equipo de juegos infantiles.

El personal está compuesto por la Directora, tres Educadoras, Profesor de Música, Profesor de Educación Física y un Trabajador Manual.

La Directora tiene la función principal de la organización del plantel educativo, así como la asesoría para el mejor desempeño de la práctica docente del personal.

La función que realiza la Directora, comprende: sesionar con los padres de familia y comunidad en la elaboración de nuevos proyectos, que redunden en el mejoramiento del edificio escolar en la representación de la Institución, con las

autoridades educativas, en lo académico, en la revisión de planeaciones, supervisión del trabajo docente, evaluación del trabajo realizado, coordinación de actividades donde interactúen el personal, padres de familia y comunidad.

El docente, tiene como responsabilidad el llevar a cabo comisiones que le sean adjudicadas, formar el consejo técnico y tener una participación activa en el mismo; atender la tienda escolar, guardias como lo es vigilancia del recreo y otras más que le sean asignadas.

Es sumamente importante que el educador conozca las características del contexto social, donde labora; el medio socioeconómico, cultural y político de la comunidad donde esté ubicado el Jardín de Niños, pues partiendo de esa pauta, se llevará a cabo la enseñanza para poder conocer con qué recursos cuenta la institución y el entorno social.

El Grupo Escolar

El grupo al cual hace referencia la presente propuesta es el 2o. Grado "1", constituido por 22 niños, 10 niños y 12 niñas.

Se encuentran ubicados entre los 5 años y meses. El clima en el aula se desarrolla en un marco armónico, de respeto, cooperación, dependencia en el desarrollo de las actividades, confianza, participación y sobre todo de comunicación alumno-maestro, maestro-alumno; estableciéndose normas en el grupo-clase, elaborando en base a un acuerdo grupal un código que contiene reglas de comportamiento internas y externas que permanece situado en un lugar visible para retomar sus indicaciones cuando sean respetadas.

Se trabaja por lo regular en equipos, esto ha dado muy buenos resultados, ya que ellos mismos se distribuyen los materiales, movilizándose en los espacios de

trabajo dentro y fuera del aula con gran independencia, respetando a sus compañeros y los materiales. Los niños demuestran un alto valor participativo, son independientes a la hora de trabajar.

Es notorio como el grupo trabaja por sí solo, inclusive se puede ausentar la educadora y los niños siguen trabajando, motivados en lo que están realizando.

IV ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS

Las estrategias didácticas son una valiosa herramienta de trabajo que surgen de la inquietud de un docente por mejorar algún aspecto que considera más difícil y problemático en su práctica docente.

Es el interés las necesidades e inquietudes que manifiestan sus alumnos lo que propicia el que se lleve a cabo una serie de actividades elaboradas por el maestro, logrando con ello una mayor participación por parte del grupo, dando como resultado un mejor aprovechamiento. Esta forma de trabajo es generadora de múltiples ventajas, ya que facilita al docente tener acceso a una diversidad de recursos y medios de la enseñanza, obteniendo mejores resultados, cubriendo la totalidad de las necesidades del grupo.

Es importante que el niño llegue a la comprensión, reflexión, estructuración de conocimientos, rescatando buenos hábitos alimenticios para la conservación y preservación de su salud.

Teniendo básicamente como objetivo primordial, que el niño mejore en su contexto social el manejo de los alimentos que le son proporcionados por los integrantes de su entorno social, eliminando aquellos que dañan su salud.

Estrategia No. 1

“La alimentación”

Objetivo:

Conscientizar al niño sobre la necesidad de comer alimentos nutritivos para el bienestar de su salud.

Material:

Loncheras, naranjas, azúcar, exprimidor, vasos, servilletas.

Desarrollo:

Durante una conversación grupal se abordará el tema de la alimentación, exponiendo algunos niños que es lo que desayunan, otros mencionarán lo que su mamá les pone, por ejemplo: jugos (envase de plástico) y productos empaquetados. Se les planteará que revisarán su lonchera para comentar que irán a comer en el recreo. En ese momento la educadora les pedirá a los niños que separen los alimentos nutritivos: naranjas, plátanos, manzana y otros, acordando los niños que se realizará con las naranjas un jugo, se les dará a conocer la importancia que tiene esa fruta, cuya vitamina “C” ayuda a evitar las enfermedades bronquiales, y la necesidad de tomar diariamente un jugo de naranja, evitando el tomar esos jugos que se venden en los establecimientos comerciales.

Se llevará a cabo una comparación del sabor del jugo elaborado con las naranjas y el jugo que se les compra en la tienda y se comprobará si es de su agrado.

Se reafirmará lo necesario del consumo del mismo en beneficio de su salud. Resaltando las propiedades nutricionales de estas frutas, y lo perjudicial que resulta consumir alimentos que perjudique su salud.

Evaluación:

El docente cuestionará el interés que el niño presente hacia la alimentación, diferenciando los alimentos nutritivos de los “alimentos no nutritivos”.

Estrategia No. 2

“Hagamos comida”

Objetivo:

Que el niño conozca alimentos que le nutren y la higiene que debe tener para prepararlos.

Material:

Lechuga, zanahoria, papa cocida, elote, mayonesa, limón, cuchillo, tabla para picar, platos, tenedores, servilletas, agua, jabón y toalla.

Desarrollo:

Se organizarán equipos de cuatro niños cada uno, a los cuales se les asignarán diferentes roles para elaborar una ensalada. Antes de iniciar su preparación se les dará a conocer la importancia de lavarse las manos antes de preparar y comer los alimentos. Al comenzar la actividad se comentará sobre las propiedades de las verduras y el beneficio que proporciona el ingerir los platillos que las contengan. En particular se explicará que la lechuga se desinfectará con agua y sal para eliminar los microbios que dañan al organismo. Será la educadora quien utilice el cuchillo para cortar los ingredientes que así lo amerite, los niños observarán esta acción, que se aprovechará para explicar el peligro que representa su utilización.

Al término de la actividad se resaltaré el beneficio que proporciona el consumir estos alimentos.

Evaluación:

Durante esta actividad se anotará en el libro de observaciones el interés y la participación de los niños al llevar a cabo esta estrategia, así como su conscientización para la higiene tanto personal, como de sus alimentos.

Estrategia No. 3

“Realizar una hortaliza”

Objetivo:

Que el niño descubra de dónde provienen ciertas verduras, mismas que le ayudan en su organismo.

Material:

Semillas de diferentes verduras, agua, abono, pico, pala, azadón, cartón, palitos, resistol, marcadores.

Desarrollo:

Se propondrá a los niños llevar a cabo la elaboración de una hortaliza escolar, en esta conversación expondrán cómo se va a realizar, en dónde se ubicará, los materiales y las tareas que desempeñarán los equipos de trabajo formados de cinco niños cada uno. Investigarán en su casa cuáles semillitas se pueden sembrar, entregándoselas a la educadora. Se preparará la tierra con la ayuda de herramientas existentes en el Jardín de Niños, unos sembrarán semillas, otros limpiarán, otros regarán la tierra, otros elaborarán y pondrán los letreros en la hortaliza.

Evaluación:

La educadora llevará al niño a descubrir situaciones significativas al ir realizando esta actividad, involucrando la participación de algunos padres de familia en el cultivo de la hortaliza.

Estrategia No. 4

“Elaborar un espantapájaros”

Objetivo:

Que el niño conozca la protección que brinda este muñeco llamado “espantapájaros” a las plantas, para que no sean destruidas por los animales.

Material:

Madera, ropa semiusada, pastura, un globo, periódico, pinturas, brochas, engrudo, un sombrero.

Desarrollo:

Cuando sea terminada la elaboración de la hortaliza (Estrategia No. 3), se comentará cómo se cuidará para que las plantitas crezcan y se desarrollen, surgirá una propuesta de la elaboración de un muñeco llamado “espantapájaros”; la educadora invitará a los niños a participar por equipos formados de cinco niños, los cuales realizarán este muñeco, con los materiales antes mencionados y se colocará en un lugar estratégico con la ayuda de los niños.

Evaluación:

En el momento de la elaboración del muñeco del “espantapájaros”, el niño plasmará su creatividad en lo que le corresponda realizar.

Estrategia No. 5

“Elaboremos un recetario”

Objetivo:

Que padres de familia y niños descubran la variedad de platillos que contienen ingredientes que los nutren.

Material:

Cartulina, marcadores, resistol, tijeras, y una caja de cartón mediana.

Desarrollo:

Hacer una invitación a los padres de familia para que presenten recetarios de cocina que contengan ingredientes nutritivos y de bajo costo, donde la educadora será también portadora de algunas recetas. Durante ese diálogo se analizará cuáles recetas son ideales para realizar en el Jardín de Niños, anotándose en el pizarrón. Al retirarse los padres de familia, los niños escogerán sus materiales y “escribirán” la receta que ellos elijan.

Un equipo de niños forrará y etiquetará la caja donde se colocarán todas las “recetas”, luego se elegirá un lugar estratégico donde se pondrá la caja al alcance de los niños.

Evaluación:

Se cuestionará a los niños durante la actividad para descubrir si estos comprendieron la importancia de alimentarse bien.

“Juguemos a la caja de sorpresas”

Objetivo:

Favorecer la comprensión del niño para el conocimiento de las frutas y las verduras.

Material:

Caja de cartón grande, frutas y verduras naturales.

Desarrollo:

Se les pedirá a los niños que al día siguiente traigan de su casa algunas frutas y verduras como: (frutas) plátano, manzana, naranja, durazno, melón, uvas, mango, pera; (verduras) lechuga, tomate, cebolla, rábanos, repollo, papa, zanahoria. Ya que con ellos se llevará a cabo un “juego”. Se colocarán las frutas y verduras en la caja y se cerrará, previamente se le hará una perforación que permita al niño sacar el contenido de la misma. Se invitará a que participen a “ojos cerrados” que por medio de la textura, forma, olor, peso, adivinen de que fruta o verdura se trata, participarán los niños que así lo deseen. Resaltando el beneficio que proporciona el consumo de cada fruta y verdura en beneficio de la salud.

Evaluación:

Durante la trayectoria de esta actividad, la educadora irá realizando cuestionamientos a los niños para que exprese sus ideas y logre distinguir las características de los alimentos que lo nutren.

Estrategia No. 7

“Periódico Mural”

Objetivo:

Que el niño y la comunidad se conscienticen sobre la adquisición del beneficio que proporcionan los alimentos de alto valor nutricional.

Material:

Papel manila, recortes de revista, marcadores, resistol, tijeras.

Desarrollo:

Se formarán equipos de cuatro niños cada uno, y cada uno de ellos buscará en las revistas los alimentos que toman a la hora de desayunar, comer y cenar. Se recortarán y se separarán los que sean ingeridos en las tres comidas diarias (también se les pedirá a los padres recortes para ampliar este periódico). Se colocarán en el salón de usos múltiples, y se invitará a los niños de los otros grupos, así como a los padres de familia y a la comunidad para que observen su trabajo.

Evaluación:

Al actuar los niños en el desarrollo de su trabajo, se tomará en cuenta sus opiniones y comentarios, así como su iniciativa, involucrando a los padres de familia y la comunidad, al dar a conocer lo significativo que representa tener una alimentación balanceada a través de esta actividad.

Estrategia No. 8

“Desfile”

Objetivo:

Que el niño proyecte hacia la comunidad la importancia de comer alimentos de alto valor nutricional.

Material:

Cartulina, papel, pinturas, resistol, tijeras, cajas y volantes.

Desarrollo:

Luego de que el niño tuvo diversas actividades relacionadas con la alimentación, se organizará un desfile por la comunidad, elaborando los propios niños los disfraces que lucirán con diversos materiales, los niños tendrán la libertad de escoger, si se disfrazan algún alimento nutritivo: fruta o verdura, o de alimentos no nutritivos, como por ejemplo: jugos (envase de plástico) y paquetes diversas de “frituras”.

Evaluación:

El niño al elaborar su disfraz, plasmará sus ideas a través de su creatividad e inquietudes con la participación del padre de familia, concientizando a la comunidad para que reflexione acerca de la importancia que tiene una buena nutrición.

CONCLUSIONES

El Jardín de Infantes, representa para el niño el primer encuentro con un grupo social, con una serie de características novedosas para él; donde se pretende que adquiera conocimientos, actitudes y conductas que le permitan enriquecer sus experiencias, pero a la vez lo sitúa en una confrontación al verse inmerso en una serie de situaciones desconocidas, a las cuales les busca solución.

Este nivel preescolar es básico para que el niño, a través de sus vivencias cotidianas, adquiera la formación de hábitos saludables de higiene, alimentación, de respeto, de autocuidado a su cuerpo y ejercicio que redunden en su propio beneficio, así como el de su familia y comunidad.

Esto no es una tarea fácil, principalmente debe conscientizarse al padre de familia para que inculque estos hábitos en su hogar; es la familia el primer eslabón para que favorezca la adquisición de hábitos de higiene y alimentación que trasciendan durante toda su niñez. Para lograr esto, es importante conocer las condiciones socioeconómicas y culturales que prevalecen en su contexto social, para que en base a ello, detectar y atender las necesidades principales en materia de salud, así como orientar las acciones educativas, promoviendo la formación de hábitos, actitudes y conductas operantes en el mejoramiento y conservación de la salud. Involucrar directamente a los padres de familia en acciones encaminadas a promover soluciones a la problemática tan fuerte que existe en la actualidad, en relación a que el niño adquiera una alimentación adecuada.

Se está consciente que se viven tiempos de crisis difíciles de adecuar en el consumo de alimentos balanceados. Es ahí donde la participación de las autoridades correspondientes debe dar prioridad a la creación de Centros de Apoyo

en la Alimentación Infantil, ubicados en sectores estratégicos, que beneficien a una gran número de planteles educativos.

La institución puede servir como eje para intermediar los programas sociales a nivel comunidad, esto vendría a ser una gran apoyo para la niñez mexicana. Siendo el desayuno parte medular de la alimentación para el inicio de un nuevo día, y así enfrentar el reto que significa la vida.

BIBLIOGRAFÍA

- DÍAZ, Extrementera Florentina. Medicina Natural, Editorial Libsa. México, D.F. 1986. 64 págs.
- Enciclopedia Salvat, S.A., Higiene y Salud, Ediciones Pamplona. México, D.F. 1980. 254 págs.
- SAN MARTÍN Hernán, Salud y Enfermedad, Editorial Copilco, S.A. México, D.F. 1981. 153 págs.
- Secretaría de Gobernación. "Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos" Talleres Gráficos de la Nación, México, D.F. 1983. 128 págs.
- SEP "Artículo Tercero Constitucional y la Ley General de Educación". México, D.F. 1990. 187 págs.
- ___Antología, Bloques de Juegos y Actividades en el Desarrollo de los Proyectos en el Jardín de Niños. México, D.F. 1993. 94 págs.
- ___"Programa de Educación Preescolar, Fernández Editores, S.A. de C.V., México, D.F. 1992. 79 págs.
- ___"Programa de Educación Preescolar", Nuevas Técnicas Educativas, S.A., México, D.F., 1979. 225 págs.
- ___"Programa Nacional de Educación Ambiental", Comisión Nacional de los Libros de Texto Gratuitos, México, D.F. 1987. 209 págs.
- ___UPN, Antología. Una Propuesta Pedagógica para la Enseñanza de las Ciencias Naturales. México, D.F. 1988. 397 págs.
- ___UPN, Antología. Teorías del Aprendizaje. México, D.F. 1987. 444 págs.
- SNTE Acuerdo Nacional para la Modernización de la Educación Básica Editorial del Magisterio "Benito Juárez, México, D.F. 1992. 80 págs.
- YASHINE Margarita, Martha Robles. "Programa de Educación Preescolar, México, D.F. 1981. Libro 1, 117 págs.