

SECRETARIA DE EDUCACIÓN PÚBLICA Y CULTURA

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD 25-B

**"EL JUEGO COMO UNA ESTRATEGIA EN LA ENSEÑANZA DE LOS
HÁBITOS ALIMENTICIOS EN EL GRUPO DE PRIMER GRADO DE
PRIMARIA"**

TESIS

PRESENTADA PARA OBTENER EL TÍTULO DE

LICENCIADO EN EDUCACIÓN

PRESENTAN

JUDITH MORALES RAMOS

CARLOTA ROMO ROMO

SILVIA YADIRA SANTOS PÉREZ

MAZATLÁN, SINALOA, MÉXICO

SEPTIEMBRE DEL 2004

INDICE

INTRODUCCION

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

OBJETO DE ESTUDIO,

JUSTIFICACION

MARCO CONTEXTUAL

HIPÓTESIS

OBJETIVOS

I MARCO TEORICO Y REFERENCIAL

1.1 Antecedentes históricos de la alimentación en México.

1.2 La relación educación-nutrición

1.3 Referentes sobre la escuela y la alimentación.

1.3.1 La escuela y la importancia de la alimentación.

II ¿QUE ES EL JUEGO?

2.1 El derecho a jugar

2.2 El juego libre en la escuela primaria

2.2.1 ¿Dónde jugar?

2.2.2 Otros lugares

2.3 ¿Con qué jugar?

2.4 ¿Y la maestra? ¿Sólo observa?

- 2.5 El juego en la ciudad.
- 2.6 La importancia del juego
- 2.7 Juego y ansiedad.
- 2.8 El juego como recurso didáctico en la escuela primaria.
- 2.9 El juego como liberador de emociones
- 2.10 Se tienen que elegir los juegos
- 2.11 Finalidad de los juegos.

III EL JUEGO COMO ESTRATEGIA DIDACTICA EN EL PRIMER NIVEL DE EDUCACIÓN PRIMARIA

- 3.1 El juego como parte del Proceso Enseñanza Aprendizaje.
- 3.2 El juego; desarrollo y acción pedagógica.
- 3.3 El juego desde la perspectiva de Piaget
- 3.4 El juego desde la perspectiva de Vigotsky.
- 3.5 El juego infantil desde la perspectiva de J. Bruner.

IV METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION.

CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS.

BIBLIOGRAFIA

ANEXOS

INTRODUCCION

El proceso evolutivo en el que se ven involucrados nuestros educando es un proceso que constantemente se ve alterado o influenciado por diversos elementos que constituyen alrededor de él.

Uno de los elementos que a la postre pudiera resultar de importancia relevante es el aspecto nutricional que permite el niño un desarrollo armonioso de su cuerpo y de su mente.

El presente trabajo rescata aspectos básicos de nutrición que llevados el ámbito del aula, repercutirán en un mejor aprovechamiento en nuestros alumnos.

En nuestro país existen regiones en las que el factor nutricional relega el aprovechamiento escolar de los niños, situación que sin lugar a dudas, también se presenta en Sinaloa, aún cuando estamos considerados como uno de los estados agrícolas y productos de granos en México más importantes.

En la primera parte de este trabajo abarca la definición del problema que involucra a alumnos, maestros y padres de familia sobre los conocimientos de la nutrición y sobre todo como causa que origina el aprovechamiento escolar y el desarrollo físico y mental de los educandos.

En el capítulo I corresponde al marco teórico y referencial que sustenta la investigación documental de nuestro trabajo en este apartado se hace mención de los antecedentes históricos sobre la temática. También se da a conocer los conceptos básicos más importantes sobre la nutrición.

En lo referente al capítulo II se habla de lo conceptual en cuanto al juego pero además se hace mención de las características de algunos tipos de juego y en donde pueden realizarse estos, de igual manera se comenta sobre la importancia del juego como un factor que influye en la conducta del infante siempre y cuando estos sean dirigidos en este caso, con los docentes.

En el capítulo III se abordan las regencias teóricas psicopedagógicas en donde recae el sustento metodológico.

En el capítulo IV abordamos el aspecto metodológico de este trabajo, el cual lo realizamos buscando una relación entre las teorías mencionadas en el marco teórico con los métodos más adecuados a la verificación y el logro de los objetivos planeados.

Finalmente incluimos algunas de las conclusiones a las que llegamos después de haber realizado nuestro trabajo y por último la bibliografía consultada así como los anexos producto de este esfuerzo.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

"El juego como una estrategia en la enseñanza de los hábitos alimenticios en el grupo de primer grado de primaria"

OBJETO DE ESTUDIO

El problema de nutrición es un fenómeno de carácter natural y social. El hombre desde que tuvo su razón de ser ha tenido la necesidad de nutrirse, así, podemos observar que en las diferentes etapas sociales que ha vivido, desde lo primitivo hasta en la actualidad, la nutrición es un factor determinante para su desarrollo físico y mental, es por eso que la nutrición debe de ser conducida a través de buenos hábitos alimenticios que deben formarse desde el seno del hogar y fortalecerse en el escuela, pues es a través de estos, donde el niño alcanza su mayor potencial, desde luego con la adquisición de conocimientos y valores que le servirán en la búsqueda de mejores soluciones a las situaciones problemáticas de su vida cotidiana.

El ser humano desde su fecundación requiere obtener los elementos necesarios para su desarrollo mental y físico, por lo que, toda mujer que lleve un ser en su matriz, necesita de una alimentación adecuada, la cual debe de ser balanceada, o sea, consumir en su dieta diaria la ración de alimentos recomendada por los nutriólogos de acuerdo al número de calorías que tiene cada uno de éstos. De ahí que consideremos que, la alimentación es un factor que contribuye al logro eficaz de cualquier actividad, especialmente para la que nos interesa en esta investigación, como lo es el proceso enseñanza-aprendizaje.

Dentro de nuestro ámbito educativo, como docentes nos percatamos de algunas dificultades que los sujetos presentan en su aprendizaje. Uno de esos múltiples problemas es el bajo nivel de aprovechamiento escolar, el cual, en muchos casos se debe a la mala o nula alimentación que obtiene el educando en su hogar.

Los sujetos dentro de su proceso de enseñanza-aprendizaje deben adquirir hábitos alimenticios que los conlleven a obtener buenos resultados en el funcionamiento de su organismo; por lo tanto, consideramos que, si el educando no se apropia bien de éstos, presentará algunas anormalidades en el funcionamiento de su cuerpo y el nivel de aprendizaje será menor.

Los planteles educativos son lugares donde interactúan niños de diversos niveles socioeconómicos, presentando diferentes y deficientes hábitos alimenticios, ya sea por falta de recursos económicos de las familias o por ignorancia de cómo poseer una alimentación balanceada. Dado que es una problemática de tipo social, nos interesa que, tanto los alumnos como los padres de familia tomen conciencia del beneficio que se obtiene al transformar sus hábitos alimenticios, por lo que nos interesa estudiar: El conocimiento de las prácticas alimenticias de los alumnos y sus familias, en dos ámbitos educativos diferentes; uno rural y otro urbano.

Analizando el programa escolar, observamos que los contenidos que se refieren a la alimentación, se dan a conocer en los libros de texto muy superficialmente, es hasta en los grados superiores donde se amplía un poco más, se habla esencialmente acerca de alimentos nutritivos y balanceados.

Es importante también mencionar que, desde su hogar, el niño debe adquirir los conocimientos de lo que es una alimentación balanceada, que favorezca su desarrollo físico y mental, porque de esta manera se le facilitaría tanto al docente, como a él mismo, la obtención de conocimientos.

Por lo anterior, creemos que este conocimiento debe ser ampliamente estudiado, primeramente por los docentes, para que así, puedan propiciar en sus alumnos la obtención de hábitos alimenticios que favorezcan el funcionamiento de su organismo para conservar su cuerpo en buen estado y tener una buena salud, repercutiendo esto en un buen rendimiento escolar.

Como consecuencia, es de nuestro interés como docente compenetrarnos en la problemática antes mencionada y consideramos en buscar la solución a través de nuestro trabajo de investigación, en donde consideramos pertinente hacer las siguientes interrogantes.

¿Esta preparado el docente para fomentar hábitos alimenticios que forme una cultura nutricional en el alumno?

¿Los padres de familia están preparados para coadyuvar en las actividades referentes a los buenos hábitos alimenticios?

JUSTIFICACION

Existe una gran despreocupación del hombre por satisfacer sus necesidades nutricionales, dado que lo hace de una manera responsable en donde solo busca ahorrar en su economía y no busca elevar su grado nutricional, pues los alimentos que consume son de tipo chatarra, todo esto se deriva también de campañas publicitarias que se hacen a través de los medios de comunicación y que influyen bastante en la sociedad.

Esto mismo lo observamos en nuestra escuela en donde los alumnos asisten sin haber consumido alimento llámese desayuno o comida, pues existe una nula cultura alimenticia en sus hogares o a veces por la necesidad de que sus padres realizan actividades para incrementar la economía del hogar y proporcionaran a sus hijos dinero para consumir alimentos en las tiendas escolares de las escuelas en donde estas solo expenden alimentos poco nutritivos.

Los mexicanos por tradiciones y costumbres en su gran mayoría consumimos alimentos que tienen como base el maíz, ricos todos ellos en almidones, cuyo exceso perjudica al organismo ocasionando algunas veces a temprana edad, enfermedades como la obesidad y la diabetes.

Como docentes creemos que es importante analizar y estudiar el tema de la alimentación balanceada, al nivel del modus vivendi de la mayoría de la población escolar, el cual es bajo.

Este problema, es uno de los factores que más afectan al proceso enseñanza-aprendizaje, ya que los niños con las características y el nivel medio de su alimentación, no tienen un buen rendimiento en la realización de sus actividades escolares y, en consecuencia, no se logran los objetivos propuestos.

Por lo tanto, es importante dentro de la labor docente, fomentar en nuestros alumnos, hábitos alimenticios, actitudes que se vean reflejadas en su aprovechamiento escolar y en las diversas actividades que realizan en su vida diaria. Por tal razón, es de nuestro interés realizar este trabajo de investigación referente a esta temática, además porque hemos observado en la población escolar un alto índice de desnutrición, reflejándose, este problema, posteriormente, en el bajo rendimiento escolar.

Por ello, es de suma importancia, conocer los alimentos que nos ayudarán a mejorar la alimentación y así, darle un uso adecuado al medio ambiente, que es el que nos brinda todo tipo de alimentos utilizados para subsistir, contribuyendo a cuidar y mejorar la naturaleza.

Propiciando con ello, el consumo de alimentos de acuerdo a sus posibilidades, calidad y cantidad de los nutrientes que brinda la naturaleza, para mejorar la sana formación de su organismo y regular un funcionamiento normal, de acuerdo a su edad y constitución física y mental.

La alimentación, es importante porque es primordial para que los sujetos puedan realizar todas las actividades de su vida diaria de la mejor manera posible y en condiciones óptimas, pues los alimentos son; "...cualquier sustancia de origen animal o vegetal que se pueda comer o beber y que contenga nutrimentos de cualquiera de los tres tipos, (vitaminas y minerales, carbohidratos y proteínas)"¹

Al abordar la temática es importante conocer las opiniones de los alumnos, hacer que se interesen en anotar los alimentos que más les agradan en cantidad y tipo de nutrientes que poseen éstos; lo cual resulta muy fructífero, ya que como resultado de este trabajo se pretende fomentar el buen hábito del consumo de una alimentación balanceada entre la población escolar, lo cual les ayudará a tener una nutrición adecuada y por ende repercute en una buena adquisición de conocimientos en el proceso enseñanza -aprendizaje.

¹ JEREZ, Talavera Humberto, Complemento escolar Esfinge, p. 172

Para el logro de esta investigación creemos que lo más indispensable sería señalar factores o causas de esta problemática escolar ya la vez, obteniendo datos que servirán para encontrar las estrategias necesarias que nos ayuden a cambiar la mentalidad de las familias mexicanas, inculcándoles que, si consumimos frutas, verduras, pescado, carne, pollo, leche, huevos, etc., en mayores cantidades, los niños, serán unas personas sanas y se forjarán hábitos y una cultura alimenticia.

En la actualidad, el docente debe de fomentar en sus alumnos, hábitos para una buena alimentación y, al mismo tiempo concientizarlo en la adquisición de conocimientos que lo ayuden al consumo de una alimentación balanceada, porque de esta manera obtendrá un desarrollo físico e intelectual, que finalmente formen en él, una actitud reflexiva y abierta que le permita plantear interrogantes, donde a través de éstas, descubran sus propios conceptos y, a la vez, utilicen todos los conocimientos para su aprovechamiento en el proceso escolar.

Dicha actividad se realizó en un entorno social medio bajo, donde descubrimos diferentes tipos de problemas en la alimentación, ya que es el primer factor para un rendimiento escolar favorable. En dicha investigación estuvieron inmersos padres de familia, maestros, comunidad, escuela, etc; y es el maestro el que debe promover y fomentar nuevos hábitos alimenticios que cambien el pensamiento de las generaciones futuras.

MARCO CONTEXTUAL

El trabajo se realizó en la escuela primaria "Diana Laura Riojas de Colosio", clave 25EPRO655B, turno matutino, sector VI, entre calle Caoba y Maravillas sin, ubicada en la colonia Loma Bonita, al sureste de la ciudad de Mazatlán, Sinaloa.

En cuanto a su aspecto material cabe señalar que ésta, cuenta con 8 aulas de concreto, equipadas mobiliario (mesas, sillas, pizarrón y ventiladores de techo), una dirección, una pequeña biblioteca, baños para niños y niñas; así como también cuenta con amplias áreas donde los niños pueden jugar a la hora de recreo.

El personal docente que labora en ella son: un director, ocho maestros de grupo, una maestra de educación artística y un auxiliar de intendencia. De éstos la mayoría (7) son pasantes de Licenciatura en Educación, los maestros restantes cuentan con estudios de normal básica.

Los alumnos que asisten a esta escuela en su totalidad son 215, distribuidos en los diferentes grados. Según datos estadísticos muestran que son hijos de padres de bajos recursos económicos, que trabajan como albañiles y obreros, las madres de familia en su mayoría trabajan como domesticas para ayudar en el gasto familiar, dejando a sus hijos solos en sus casas después de la hora de salida de clases; repercutiendo esto para un bajo aprovechamiento escolar.

HIPOTESIS

La problemática de la mala nutrición que presentan los alumnos en los diferentes contextos escolares es consecuencia de diversos factores económicos y sociales, intentaremos con nuestro trabajo, si no erradicar, al menos disminuir la problemática; todo esto en base a objetivos, que como docentes nos proponemos y fue de esta manera como llegamos a elaborar las siguientes hipótesis que pretendemos comprobar.

El desconocimiento de la información relacionada con los buenos hábitos alimenticios por parte de los padres y de los maestros, se ve reflejado en las deficientes prácticas alimenticias de los niños.

OBJETIVOS

Para llevar un logro positivo en la formación de hábitos alimenticios nutritivos en los niños, es necesaria y primordial la colaboración de los padres en el ambiente familiar, ya que es ahí donde el sujeto inicia su educación. Por ello, hemos elaborado algunos objetivos que consideramos son importantes para el desarrollo de esta problemática:

1. Resaltar la importancia de la adquisición de buenos hábitos alimenticios para un buen desarrollo físico y mental.
2. Conocer las causas y consecuencias de las prácticas alimenticias de las familias.
3. Resaltar el papel de los sujetos en la promoción y adquisición de hábitos alimenticios.

CAPITULO I

MARCO TEORICO Y REFERENCIAL

1.1 Antecedentes históricos de la alimentación en México

Todo grupo humano posee patrones de alimentación y hábitos, que incluyen tanto los actos repetitivos que realizan para la satisfacción de las sensaciones de hambre, como todas las técnicas para obtener e ingerir alimentos.

Estos actos, además están influidos por numerosos factores tales como: normas sociales, conocimiento del mundo, concepto de la vida, emociones y sentimientos, medio, tierra, clima e influencia de otros grupos humanos.

Es importante tener en cuenta que la gran diversidad de climas, tierra y vegetación han sido un elemento clave en la vida del México antiguo y moderno. Esta diversidad dio origen a cultivos muy variados que permitieron el intercambio de productos a través de influencia que los diferentes pueblos ejercen entre sí.

Las grandes civilizaciones del México antiguo gozaban de excelentes alimentos, ya que contaban con gran variedad de productos, lo cual hacía rica y atractiva su dieta. Por otro lado, es cierto que la estructura grupal provocaba que no todos los habitantes consumieran lo mismo, por lo que se piensa que la huella de enfermedad presente en algunos restos óseos es de origen nutricional.

"La base de su alimentación fue el maíz y múltiples especies de frijol. Desarrollaron una técnica llamada nixtamalización, en la que el maíz se mezcla con calcio, con el se aumenta la disponibilidad del triptofano aminoácido indispensable, con la con siguiente mejora en la calidad de la proteína."²

² ESQUIVEL, Hernández Rosa. Aspectos básicos de nutrición. Pag. 63

Cultivaban vegetales diversos, entre ellos se pueden mencionar: calabaza, cayote, aguacate, hierbas como el quelite y verdolagas, también sembraban cebolla, tomate, achiote, igualmente originarios de México son la vainilla y el cacao y además una gran diversidad de chile.

Aunque no practicaban la ganadería y había pocos animales domesticados, entre ellos el guajolote y alguna variedad de perros, como fuente de carnes; para la dieta no faltaba lo que se obtenía de la caza y la pesca.

De la fauna comestible de México que era muy variada, destacan; el armadillo, tlacuache, serpiente, iguana, cenado, jabalí, conejo y pato; roedores como ardilla, ratas y ratones; carnívoros como la comadreja y el zorrillo.

Panorama actual

Uno de los principales problemas que afectan al país en materia de salud pública es el nutricional. A pesar de que México es un territorio sumamente fértil, rico en recursos naturales, con una diversidad de alimentos, existen una alarmante desproporción nutricional entre la población, ya que se tiene una desconocimiento total de los nutrimentos necesarios que nuestro cuerpo debe consumir diariamente para tener un cuerpo y una mente sanos.

Una alimentación adecuada permite crecer y desarrollarse de la mejor manera, dependiendo de factores como el basto, costumbres y distribución familiar.

Actualmente existen personas preocupadas que estudian constantemente el nivel de nutrición que existe en nuestro país.

Algunos autores dividen a la población mexicana según su situación nutricional:

"Se calcula que la mitad de los fallecimientos en México son provocados por la mala alimentación. La falta de educación nutricional adecuada y sobre todo la carencia de una distribución equitativa de la riqueza han proporcionado que nuestro país. El 28% de la población tenga una dieta basada en maíz, frijol, chile, y que el 25% padezca de problemas nutricionales, aun tenga solvencia económica, debido a los malos hábitos alimenticios, lo que da lugar a la desnutrición ya la obesidad."³

Las estadísticas recabadas muestran que la mayoría de los habitantes no alcanza a cubrir sus necesidades alimentarias básicas.

Un 50% de los alimentos que se venden en el país son consumidos por la población socioeconómica más alta, y el 85% restante, por la población marginada y de clase media, ya que los alimentos se consiguen sobre la base del poder adquisitivo.

Como nos damos cuenta, los alimentos para algunos grupos de la población se manejan como artículos de lujo y principio de enriquecimiento.

Las personas que presentan más alto índice de desnutrición y se encuentran indefensas ante ella son: madres lactantes, embarazadas y niños en desarrollo debido a sus altas necesidades nutricionales. "La mayoría de los casos de muerte en niños en América se asignan a la desnutrición."⁴

En México por ejemplo, las consecuencias que ocasionan una mala nutrición son la anemia, provocando serias consecuencias en los niños.

"Nuestro país presenta una de las tasas de mortalidad en jóvenes, mas allá de América Latina según datos obtenidos muestran que, 200,000 niños, mueren cada año debido a la desnutrición e infecciones: 49 mil mayores de 12 años murieron solo en el

³ CHÁVEZ Ayllón. Sus recursos naturales y su población. Pag. 128

⁴ CONAPO: Pág. 66

Estado de México. El 60% de los sobrevivientes sufrirán daños físicos y cerebrales a causa de la desnutrición."⁵

Los censos realizados hasta la fecha muestran que los niños del medio rural presentan un bajo índice en el peso y la estatura, mientras que en la zona urbana los niños presentan un índice mayor en la talla y el peso normal: "22% de los niños en la zona rural y 40% de niños en la zona urbana."⁶

Aunque este panorama no es muy halagador, la inestable disposición nutricional de una región no solo afecta la salud de las personas, sino que además tienen un impacto social y económico determinado; y la mayoría de los niños en edad promedio de escolaridad no sobrepasa de tercer año ya que una gran parte de la población sufre de desnutrición y no tienen la oportunidad de adquirir este tipo de educación nutricional.

La existencia de tantas empresas internacionales en el país, además de los medios publicitarios provoca una gran influencia en los hábitos de alimentación y en su economía poniendo a la venta productos ajenos a las necesidades reales de nutrición.

La desnutrición en México en comparación con otros países que padecen de ese mismo problema, existe la diferencia de que México es un país con mucha riqueza natural y produce una gran variedad de alimentos como frutas, verduras, semillas, que les permite comercializarlos con otros países y para el consumo del mismo. Pero por desgracia, son pocos los alimentos ya mencionados que son consumidos por el mexicano.

"Solo 7 de cada 100 mexicanos se alimentan bien, la mayor parte de la fuerza laboral se encuentra sub alimentada y la principal causa de mortalidad en el país es la relación desnutrición-infección"⁷ Los resultados de una serie de investigaciones que han

⁵ Ibid.66

⁶ Idem.

⁷ INSTITUTO NACIONAL DE NUTRICIÓN, Nutrición y dieta, p. 67

sostenido nutriólogos han determinado que los niños de primaria en los que padecen problemas de nutrición, claro esta que las estadísticas recabadas varían de una entidad a otra dependiendo de sus ecosistemas, su clima, flora, fauna, etc.

Una alimentación deficiente provoca que el organismo del niño se adapte a realizar ajustes a su metabolismo, provocándole reducción de peso y talla.

El escolar, debe consumir los nutrientes necesarios que le estimulen a formar cuerpo y mente sanos, pero como ya se menciona anteriormente son pocos los alimentos que consumen en sus casas, por diferentes factores, a no ser la tortilla y frijoles los que figuran en su dieta diaria, proporcionándoles hierro, calcio y proteínas.

"El potencial más impotente con el que puede contar México, es su población, pero la capacidad humana frente a un problema tan grande del hombre queda nulificada y constituye una pesada carga social".⁸ Es necesario que el niño reciba una adecuada educación en la formación de hábitos de alimentación, para que aprenda a aceptar o a rechazar los alimentos que no le nutren y seleccione los que les sirven para su buena alimentación, ya que un consumo pobre de nutrimentos provoca serios problemas en su desarrollo físico mental y social.

1.2 La relación educación-nutrición

De acuerdo al panorama actual de la nutrición en México, hemos de reconocer que el problema de la nutrición en nuestro país es grave e importante. Cabe señalar que aun cuando contamos con suficientes recursos naturales, estos no son utilizados de manera adecuada.

⁸ ESQUIVEL, Hernández Rosa, Op. Cit. Pag. 67

"El 90% de la población indígena esta desnutrida, la mayor parte de la parte laboral se encuentra subalimentada, la principal causa de mortalidad en el país es la desnutrición-infección con la precaria situación nutricional no solo afecta a la salud, sino que también un impacto social y económico, como en el aspecto educativo, el índice de escolaridad promedio no rebasa el tercer grado de secundaria, ya que los sectores mayoritarios de la población sufren desnutrición y no tiene acceso ala educación"⁹

Con los datos anteriores nos damos cuenta que en una sociedad hambrienta, enferma con desarrollo físico y mental deficiente, nos aporta un bajo nivel cultural educativo, incapacitados para el desarrollo social del país.

Con este panorama tan crudo, nos permite generalizar que el problema más grave que presenta México es la desnutrición, por lo tanto podemos considerar que la calidad de la educación en nuestro país es pobre debido principalmente ha este fenómeno.

1.3 Referentes sobre la escuela y la alimentación

1.3.1 La escuela y la importancia de la alimentación

Para obtener mente y cuerpo saludable es imprescindible alimentarse tres veces al día, consumiendo en la dieta diaria alimentos frescos y naturales con un alto nivel nutritivo de cereales, alimento de origen animal, vegetales y frutas.

Lo importante es saberlos combinar adecuadamente para obtener los grupos de nutrientes indispensables, que nos ayudaran a crecer, estudiar, correr, pensar y vivir una vida plena, sanos y fuertes.

Consumirlos con responsabilidad sin extralimitarse para no afectar nuestro organismo y ocasionarle algún trastorno físico, tomar lo suficiente para sentirse satisfecho y así se podrá aprovechar mejor.

⁹ Idem.

Es necesario que el maestro como propiciador del aprendizaje fomente hábitos alimenticios en los alumnos para que aprendan a conocer los alimentos, y sus valores nutricionales.

La escuela, es el lugar que consideramos como idóneo para consolidar este conocimiento, haciendo un análisis de este tema en los documentos oficiales de la SEP; es decir, programas y libros de texto, podemos detectar que estos materiales tienen una marcada tendencia hacia la información nutricional.

El programa de segundo grado marca o establece como propósito:

- "-Establezca la relación entre la alimentación y la conservación de la salud.
- Identifiquen la relación entre la alimentación y el ser humano y el estado de salud.
- Recae la alimentación y la salud, forman parte de los derechos que tienen todos los niños.
- Conocimientos de los alimentos básicos.
- Conocimiento y práctica de los hábitos de higiene durante la preparación y consumo de alimentos.
- Para el desarrollo del cuerpo: cereales, leche, frutas y verduras."¹⁰

Con lo anterior, se deduce que los propósitos de los contenidos programáticos en ciencias naturales van enfocados hacia la comprensión y el conocimiento de los diferentes tipos de alimentos, así como, de su contenido nutricional.

Otro aspecto interesante, es el enfoque formativo de estos planes de estudio, ya que se puede observar que aparte de conocer los valores nutritivos, también destaca la relación responsable con el medio natural.

¹⁰ SECRETARIA DE EDUCACIÓN PÚBLICA. Avance programático Pág. 45

"Se pretende que los niños se convenzan de que las enfermedades más comunes pueden ser prevenidas poniendo de relieve el papel que en la preservación saludable del cuerpo humano desempeñan los vahitos adecuados de la alimentación e higiene."¹¹

Esto refleja, el interés de las autoridades educativas por considerar a la salud como elemento importante del proceso vital de la nutrición ya que:

"La salud es un recurso para la vida, la aptitud de los seres humanos para desarrollar el potencial personal propio y responder afectuosamente a los desafíos del ambiente y la sociedad."¹²

Es importante la alimentación por que los alimentos permiten al cuerpo fabricar nuevas células y reponer las gastadas, en el ámbito educativo. Ayuda a los alumnos a razonar por lo que es importante que consuman proteínas para su desarrollo armónico.

¹¹ SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA. Plan y Programa de estudio, Pág. 76

¹² GONZÁLEZ, Vázquez. J. Contenidos relevantes de ciencias naturales. Pag. 118

CAPITULO II

¿QUE ES EL JUEGO?

A partir de estos conceptos, llega el momento de aproximarnos a una definición de lo que llamamos juego libre o tal vez "Juego". Es aquí, en donde el ser humano, tiene la posibilidad de actuar, sentir y pensar, de ser libre y crear.

Pensamos en un tiempo y un espacio destinado a jugar, en donde las reglas y la organización son establecidas por los mismos niños que juegan. El fin es el juego mismo, no se persigue ningún producto, sino el placer en el proceso. Este proceso demanda un gran compromiso afectivo y corporal y una cantidad considerable de energía.

Algunos puntos las características esenciales del juego:

1. El juego se articula libremente, es decir, que no es dirigido desde afuera.
2. La realidad en que se desarrolla dicho proceso, es ficticia, en el sentido de que se estructura mediante una combinación de datos reales y datos fantaseados.
3. Su canalización es de destino incierto, en el sentido de que no prevé pasos en su desarrollo ni en su desenlace. Justamente la característica de incierto, es la que mantiene al jugador en desafío permanente, haciéndole descubrir y resolver alternativas.
4. Es improductivo, en el sentido de que no produce bienes ni servicios; no es útil, en el sentido común que se le da al término. Finalmente, su interés fundamental no es arribar a la consecución de un producto final.
5. Es reglamentado, en el sentido de que durante su transcurso se van estableciendo convenciones o reglas "in situ ", en forma deliberada y rigurosamente aceptada.

6. Produce placer, es decir, que la actividad en sí, promueve en forma permanente un desafío hacia la diversión.

Nuestra pregunta es: ¿Se respetan estas características en los momentos de juego en la escuela primaria? ¿Existen un espacio y un tiempo para el placer de jugar, la diversión, lo inesperado, lo sorprendente?

Por momentos, pensamos que este "permiso" cada vez es menor. Los niños pasan de una actividad a otra; de la clase de música a una técnica plástica; de la merienda al "juego-trabajo", previo "cortas escalas" en el patio o parque.

¿Y el juego, ese que describíamos anteriormente? , pareciera quedar relegado a los días de lluvia, en que no se puede salir al patio, o al día en que la maestra tiene que completar el registro, arreglar carpetas, etcétera.

Pareciera no tener importancia ni valor en sí mismo. Nuestra propuesta, en este punto, es la de revalorizar el juego libre en la escuela primaria. Debemos empezar por un cambio de actitud por parte de nosotros los docentes. Este cambio implica pensar que jugar no es "perder el tiempo", sino que es acercarse a los niños, valorando lo que ellos pueden, saben y desean hacer de acuerdo con sus intereses.

Implica también correremos "del centro del aula" y darles (y damos) permiso para que el juego, la libertad y la creatividad se expresen naturalmente.

Es probable que a este despliegue, se sumen "ruidos y desórdenes". Es probable también que nos cueste aceptarlos. Creemos que el permiso "para ir a jugar" es necesario, tanto como el permiso interno, que nosotros maestros, debemos darnos, para metemos en el juego, tolerar (y disfrutar) el ruido, el desorden, la incertidumbre, sin sentir miedo aun supuesto descontrol o pérdida de la conducción del grupo.

El desorden se puede volver a ordenar, después de haber jugado; esto también forma parte de un aprendizaje. El aula pudo transformarse en un campo de juego, en donde los elementos cobraron otros significados; las mesas pudieron ser trenes o caballos; las sillas formar un colectivo, etc., pero el aula, puede luego, junto con los niños y docentes, volver al orden habitual, una vez que han vuelto al plano de la realidad. Trabajamos en este sentido también hábitos de orden y cooperación, que forman parte de los objetivos curriculares.

Pero más allá de apuntar a los hábitos, este desorden habla de un permiso de libertad. Para el observador, es desorden como tal, es vivido como peligroso, difícil de controlar, pero para quien juega y fija sus propias reglas, la situación no es vivenciada negativamente, ni como algo desprolijo, más bien al coartar la actividad, estaremos imponiendo un verdadero desorden; estaremos haciendo un corte que impide que el niño continúe exteriorizando sus propias escenas, internas que en sí son organizadas.

Estas representan la conexión de la realidad y la fantasía, y están cargadas de alegría, despliegue movimiento, que es necesario respetar, si realmente queremos permitir que el juego se desarrolle y los niños puedan expresarse verdaderamente.

Se trata de permitirse y permitirle al pequeño la vivencia de su experiencia personal, en forma intensa. Esta vivencia está basada en la acción y la interacción de las personas, y por lo tanto consideramos que los niños no viven solos sino en una sociedad y necesitan del juego para representar los distintos roles y recrearlos.

Según Moreno, creador del método psicodramático, se define el rol como "un aspecto tangible del yo". El desempeño de roles es anterior al surgimiento del "yo". Señala este autor que, a partir del nacimiento, el niño juega con distintos roles. En un principio, los roles psicosomáticos como por ejemplo: respirador, ingeridor, etc.; luego juega roles psicodramáticos (o psicológicos), las hadas, los ángeles, los fantasmas y por último juega roles sociales, como el ser madre, padre, médico, maestro, alumno.

El juego es la representación de una situación del "como si", fuera de la realidad, un acto simulado y su desarrollo en la acción. Este nos permite a los docentes visualizar el interjuego personal y la forma que dentro de una situación conflictiva adopta cada niño, como una experiencia que comparte con otros pequeños.

En esta situación, es que los niños requieren de su espontaneidad; la que Moreno define bajo la forma de respuesta que los individuos dan a una situación nueva o de respuesta nueva ante una situación conocida. La espontaneidad es uno de los factores más importantes en la interacción, ya que posibilita a ésta una mayor comunicación.

Es una experiencia colectiva, pues lo que siente uno y trata en el desarrollo de la interacción, le permite realizar una catarsis, expulsando sentimientos y pasiones.

Tal vez como adultos, nos resulte más seguro y tranquilizador un juego "ordenado", en donde cada cosa esté en su lugar (el lugar que asigna el adulto). Lo mismo ocurre con el tiempo. El tiempo del juego lo fijan los jugadores y no el docente. La realidad en la escuela primaria impone una secuencia de tiempos y actividades, pero en este caso debemos permitirnos cierta flexibilidad. No todos los días habrá posibilidad de jugar libremente, pero cuando esto ocurra, será necesario el respeto por los tiempos. Por un lado, está el tiempo de juego: no podemos "tocar la campana" o decir "¡al recreo!" cuando la actividad lúdica está en pleno desarrollo (ya sea porque se está organizando, delimitándose roles, iniciándose escenas) y por otro lado está también el tiempo del orden.

Es difícil pasar del campo imaginario (al cual pertenece el juego) al de la realidad, de un momento para el otro. Es necesario que el docente de primer grado de primaria haya observado el desarrollo y se dé cuenta de cuándo se puede volver al plano real.

Pensamos en una sala con niños jugando. Los materiales están en el suelo, sobre las mesas. Algunos nenes están disfrazados, hay música. De repente la "señora" mira su reloj y automáticamente comienza a cantar; "a ordenar a ordenar, cada cosa en su lugar... despacito, despacito, ordenando los juguetitos..."

Seguramente tendrá que hacer un gran esfuerzo para ser escuchada y lograr que su consigna se cumpla, que los niños ordenen. Es necesario comprender que el tiempo de juego de los niños no se corresponde con el del reloj, sino con un tiempo interno, y que el tiempo del orden no significa que puedan acomodar la sala automáticamente.

2.1 El derecho a jugar

El juego forma parte de la vida y está presente en todas las etapas. Desde los primeros momentos ya lo largo de todo el desarrollo, el juego nos permite conocer, relacionamos con los otros e internamos en el mundo imaginario, en el cual "todo" es posible.

El juego es por lo tanto una de las actividades centrales en los primeros años de vida. Es por eso que así como existen derechos que deben ser respetados en el caso de los niños el derecho a jugar es uno de ellos.

¿Pero se le reconoce a éste como tal? Observamos que con el transcurso del tiempo y sobre todo en las grandes ciudades, los niños cada vez juegan menos. Por un lado la misma vida de la ciudad va coartando los espacios y momentos para la actividad lúdica.

Por otra parte, los niños son invadidos por imágenes, sonidos y modelos que continuamente reciben, sin poder seleccionar o defenderse. Esto les impide cada vez más, crear sus propias imágenes; inventar sus propios juegos.

En muchos de los tiempos extraescolares, observamos que gran cantidad de horas transcurren frente al televisor mirando programas que posiblemente fomentan sólo el consumismo y el juego estereotipado o competitivo. A veces en la primaria, los niños nos cuentan que el día anterior se reunieron con dos o tres compañeros en la casa y cuando les preguntamos a qué jugaron nos responden con la enumeración de una lista de videos (que contemplaron "pasivamente") y con otra lista de videojuegos de moda.

Sabemos que no es fácil para padres que trabajan todo el día, ni para maestros presionados por el curriculum con aulas de más de 30 niños y otras razones extrapedagógicas, tener en cuenta esta situación, pero creemos necesario tomar conciencia nosotros adultos, de la importancia que tiene el juego en esta etapa y no permitir que éste quede oculto y deje su lugar a otro tipo de actividades.

Puede parecer superficial o utópico que en nuestros tiempos hablemos del derecho de jugar en un contexto difícil de crisis socioeconómica en que se plantean prioridades diferentes. Necesidades básicas como alimentación, salud, vivienda, y educación, se ven aún insatisfechas. No todos los niños disponen de un medio que dé respuestas favorables y equitativas a sus requerimientos elementales para poder crecer armónicamente.

Por ello, pensamos como imprescindible la necesidad de acciones que garanticen cierto nivel de vida, de educación y salud, que exceden el marco de este trabajo. A pesar de ello no podemos dejar de recordar que asegurando estos derechos, de alguna manera estamos facilitando el derecho a jugar.

2.2 El juego libre en la escuela primaria

Volvamos a la escuela primaria, proponemos como ya hemos dicho revalorizar el juego dentro del Nivel Inicial. Para ello, es necesario por un lado, estar atentos a los emergentes que surjan desde el grupo.

¿Qué entendemos por emergente? Coincidimos con D. Kozak en que "un emergente es la expresión de aquello que el grupo necesita o le interesa". No necesariamente se expresa verbalmente. Debe presentar cierta generalidad. "Captar un emergente es, pues, poder leer qué le está sucediendo aun grupo, en un momento determinado y poder canalizar esos intereses y necesidades a través de diversas actividades concretas".

Un ejemplo que evidencia esta modalidad, desde ("la reunión de las ratas"), aquí la maestra toma elementos que "lee" o percibe desde lo corporal, verbal y propicia un espacio

para retomar esos datos y jugarlos.

Por otro lado, si consideramos el juego como actividad central en la primaria, es necesario también propiciar deliberadamente momentos y espacios para dicha actividad, ¿Cuándo jugar? Proponemos buscar (y encontrar el tiempo adecuado. En algunas instituciones es difícil hallar los momentos para jugar. Tal vez en ese caso sea conveniente fijar un día y horario para hacerla, si bien anteriormente afirmamos que el juego tiene un tiempo propio, recordemos que la realidad de algunas escuelas, presentan dificultades en los horarios, ya que éstos están muy pautados.

Es por eso, que si asignamos un momento para el juego, estaremos asegurando un pequeño espacio.

Probablemente éste sea el primer paso para luego ir flexibilizando el manejo del tiempo. Si los horarios no son tan estrictos, pensamos en crear los momentos cuando el grupo lo demande o el docente lo considere propicio.

De una manera u otra, creemos necesario garantizar una hora de juego libre, al menos dos veces a la semana. Sin olvidar la realidad institucional y grupal que llevará a cada maestra a organizarlo de la forma más adecuada.

2.2.1 ¿Dónde jugar?

En cuanto al espacio físico, será más fácil encontrarlo, si contamos con el espacio interno (el tiempo, las ganas, el permiso). Puede ser el aula que se vaya transformando con el juego mismo. Tal vez, en alguna ocasión será necesario sacar afuera las mesas y sillas o correrlas hacia un rincón, etc. Lo importante es que el espacio exista, que pueda recrearse.

2.2.2 Otros lugares

- El Gimnasio o Aula de Educación Física, si la escuela cuenta con ellos.
- El patio.
- La plaza del barrio...
y todo aquel espacio en el que se pueda jugar.

2.3 ¿Con qué jugar?

En primer lugar con las ganas, con los niños, que tengan deseos de abrir la puerta para ir a jugar...de sentir, de divertirse... cantar... de hacer... "con un docente que haya sentido la necesidad de redescubrir su capacidad de juego y de no ser solamente un indicador de consignas, un observador, un evaluador".

Si contamos con esta base para empezar a jugar, con el espacio y con el tiempo, sólo nos queda pensar en algunos objetos y materiales que acompañen el proceso en determinados momentos. Cuando el niño juega, elige a veces juguetes que le permiten vencer al miedo a los objetos, así como vencer el miedo a los peligros internos. Si bien los niños se sienten atraídos por juguetes estructurados, mecánicos, con pilas, etc., creemos importante contar en la primaria también, con materiales no estructurados, que pueden ser usados en muchas situaciones diferentes y transformados, de acuerdo con las necesidades del juego.

En el aula, pueden estar guardados y clasificados en cajas o cajones al alcance y disposición de los niños. Si ellos saben con qué cuentan, podrán elegir algún elemento en el momento requerido.

El material no es indispensable para jugar, sino que en algunas situaciones, se convierte en mediatizador de los planos interno y externo, permitiéndoles a los niños expresar sus fantasías y experiencias. En otras situaciones, en cambio, un elemento puede promover y estimular la imaginación y la creatividad, es decir, ser el elemento que

promueva la situación lúdica.

Proponemos sólo algunos objetos, sabiendo que cada docente irá descubriendo otros, en función del contexto regional e institucional y las posibilidades que tenga a su alcance:

- cajas de cartón de diferentes tamaños, incluso cajas grandes en las que puedan meterse los niños;
- sábanas o telas de texturas variadas;
- papeles de diario, revistas, celofán;
- bolsitas con arena;
- almohadones;
- pompones;
- algodón;
- palanganas;
- colchonetas;
- ovillos de lana;
- medias de nylon;
- cintas.
- materiales de deshecho: corchos, vasos plásticos, botellas plásticas, cilindros de cartón, etc.

Tal vez, para determinadas situaciones y según nuestra experiencia, algunos materiales son más útiles que otros.

Por ejemplo: los papeles pueden arrugarse, romperse, lanzar, de manera de permitir jugar con la agresión; expresarla sin lastimarse. Los almohadones, cubos de gomapluma y pompones, pueden cumplir una función similar.

Se puede jugar a la "guerra de pompones" sin riesgo físico. Las sábanas y telas posibilitan la creación de personajes... un traje de novia, un vestido, el delantal de cocina.

También permiten armar cuevas, casas y simplemente taparse...

Las cajas estimulan juegos como los de esconderse y aparecer, trasladarse o trasladar, construir y apilar.

Estas y otras opciones que irán apareciendo en el juego mismo, nos demuestran cómo los objetos adquieren significados diversos, en función de las necesidades de los niños. No olvidemos que las mesas y sillas, las mochilas y camperas, también pueden servir al objetivo del juego.

Hasta aquí mencionamos la riqueza de los materiales no estructurados, pero también pensamos que la etapa del juego simbólico, por la que atraviesan los niños que asisten a la primaria, incluye el ejercicio de roles y, funciones cotidianas como ser: cocinar, limpiar, acunar, vender y comprar, entre otros. Por ello, incluimos entre los materiales:

- vasitos, ollas, cucharas, etc.
- muñecas, autos.
- disfraces.

Es decir, objetos más estructurados que permiten el desarrollo del juego dramático: jugar a la mamá, alas visitas ya hacer compras, a los negocios, etc. pero... ¿y qué hacer con los juguetes que traen los niños a la primaria?

Estos pueden incluirse en los momentos de juego. Creemos que ese juguete debe ser "recibido" en la primaria, dando un espacio y un valor a lo que se trae "de casa", a las pertenencias de cada uno.

Desde nuestra experiencia, consideramos que esos juguetes no deben ser frágiles, sofisticados o de excesivo valor económico, que los niños no se sientan "miedo" de perderlos o que se rompan ni se generen situaciones conflictivas o de celos.

La idea es: si traen juguetes que los puedan prestar, compartir e intercambiar.

2.4 ¿Y la maestra? ¿Sólo observa?

En algunos momentos sí, pero en otros también participará del juego con los niños y con sus juguetes. De esta manera, se irá incluyendo paulatinamente en este espacio transicional, aceptando al niño que recién se separa de sus padres para incluirse en un grupo.

Así, irán vinculándose maestra y niños y creando un nuevo espacio de confianza, punto de partida para el desarrollo de cualquier aprendizaje. A partir del juego, es posible crear este vínculo de afecto y seguridad, como fue en los primeros momentos en la vida con la mamá.

Con el tiempo, los objetos "personales" tal vez se conviertan en "grupales", en parte del aula. Luego de jugar cada uno con "sus" cosas, y luego de poder compartirlas con otros, de intercambiarlas metiéndolas y sacándolas de distintos cajones, de jugar a "meterse" en los cajones (los propios y los de los demás), entonces sí se podrá iniciar otra etapa en la cual los objetos se clasificarán y se guardarán en los cajones o en otro lugar (bolsas, cajas, etcétera).

Por ejemplo: todos los autos, se guardarán juntos, así como las muñecas, los disfraces y todo lo que se les ocurra poner en un mismo lugar, para utilizarlo en otro momento en, que lo soliciten los niños o el docente lo sugiera.

2.5 El juego en la ciudad

En muchos casos, se vive en departamentos sin un espacio libre adecuado. Los niños están sobrecargados de actividades extraescolares. No deseamos de ninguna manera restar importancia al desarrollo intelectual sobre todo en tiempos de tanto crecimiento científico tecnológico...si, pensamos en equilibrar el tipo de actividad.

2.6 La importancia del juego

En nuestros tiempos, se encuentra con una gran variedad de material, para poder prepararnos mas ampliamente sobre la enorme importancia que tiene para el niño, el saber utilizar y encausar adecuadamente los juegos, ya que al jugar brinda al niño una infinidad de oportunidades, para descubrir el mundo en que vive y se desarrolla su cuerpo y sus sentidos, para formar su persona y relacionarse con los demás, porque aprende a tomar en consideración a los demás, y se da cuenta de esto al jugar con los otros niños, gracias a la relación con sus compañeros, descubre la lealtad y la amistad, así como ejercita la observación y la coordinación entre las diferentes partes de su cuerpo.

Si observamos aun niño jugar libremente, descubrimos como es, cuando un pequeño juega por mucho tiempo y lo hace con gusto, es que esta sano, y de ser lo contrario, o sea que si esta muy apacible, es una mala señal y debemos de poner más atención. El juego le ayuda también a contribuir al desarrollo educativo, es a través de su cuerpo que los niños, exploran, crean y contribuyen una autentica necesidad y una fuente de placer y gusto. Algunas veces se afirma lo importante que es el jugar, sin embargo, aun conociendo la gran variedad de ellos, podemos darnos cuenta de que lo fundamental, no es únicamente jugar, si no el objetivo, que pretendemos con dicho juego o hacia qué metas esta dirigido. Los juegos con movimiento pueden ayudar al niño que tiene problemas de aprendizaje, y del mismo modo puede hacer que el niño normal y activo aprenda mejor, ya que por otra parte puede mejorar el proceso académico de los niños.

También puede ajustarse para satisfacer mejor las necesidades de los infantes activos y de los pasivos.

Actualmente se le da gran valor a las funciones educativas y socializadoras del juego, ya que son las primeras formas de poner en marcha los dispositivos motores (son mecanismos o aparatos impulsados) del niño; luego aparecen los movimientos de la etapa imitativa y finalmente la constructiva, puente de unión entre el juego y el trabajo. Los juegos son para el niño una forma de liberación de sus energías, un desahogo que, por otro

lado, le resulta indispensable; pero mas adelante podría ser una prolongación de una buena educación, con la condición, de que el maestro sepa dirigir las situaciones surgidas del propio juego. Como ya se ha dicho repetidas veces que el juego es una labor de suma importancia, cabe volver a recordarlo, puesto que tiene un gran valor para los pequeños, ya que de lo contrario, podrían resultar niños inútiles y además poco provechosos algunos de los programas educativos, pues los maestros, que están a cargo de los niños les resultaría aburrido e ineficientes estos programas, cuando deberían ser por lo contrario, ya que son un medio indispensable para poder marcar objetivos y alcanzar en cada una de nuestras actividades.

2.7 Juego y ansiedad

También el juego es un campo propicio para controlar la ansiedad, para manifestar vivencias, impulsos, sentimientos que pueden ser expresados dentro del espacio lúdico. Se puede jugar a matar o a morir, a nacer, a morder...; se puede jugar, porque aquí está permitido, porque vale el "como si". De esta manera se actúan esos impulsos en el plano de lo imaginario, lo cual facilita controlar la ansiedad en el campo de lo real.

Interpretando los contenidos del juego de los niños, fue logrando una disminución en la carga de la ansiedad. Para ello, debía acercarse, leer lo que el niño iba expresando en términos del lenguaje simbólico del juego. Así, se observa que los objetos o juguetes que Klein utiliza en sus investigaciones psicoanalíticas, representan para el niño, elementos de interés en sí mismos, pero además, en el juego, éstos adquieren significados simbólicos, que están ligados a sus fantasías, deseos y experiencias.

Así, como S. Freud interpreta los sueños, esta autora utiliza los mismos mecanismos de representación simbólica, para estudiar los juegos de los niños. Este proceso de simbolización va a ser diferente y particular en cada niño, es decir que cuando dos compañeros elijan el mismo juguete, éste tendrá para cada uno, una significación propia.

2.8 El juego como recurso didáctico en la escuela primaria

Los docentes, para lograr los fines deseados en primer grado, deberían tener mucho en consideración que los juegos, no debemos de imponerlos; sino al contrario, observar primero los intereses del niño, en todas sus actividades y de ahí buscarle los juegos recreativos que necesite, teniendo esto en gran valor, ya que se están manejando los intereses del niño, es por esto, se hace evidente la gran importancia de dirigir con acierto el juego. Para que este sea educativo, es necesario que los maestros los apliquen en forma cuidadosa y meditada, ya que podemos hacer que el aprendizaje se haga agradable, eficaz y una experiencia feliz, y para aliviar las tensiones (nerviosismo, angustia) que pudieran mantener sus esfuerzos por aprender.

Por lo general, a los niños pequeños les gusta, el movimiento pero en las mayorías de las aulas se les tolera muy poco, por lo que he visto, algunos maestros consideran niños buenos, a los que están atentos y bien sentados. La inmovilidad no garantiza que el aprendizaje será al máximo. Algunos niños aprenden mejor trabajando en una forma pasiva, otros aprovechan al máximo si pueden estar físicamente activos mientras aprenden.

El juego es una actividad, su trabajo; el niño no juega por ninguna obligación externa, sino impulsado por una necesidad interior. La escuela se sirve de esta necesidad para usarlo como cualquier otro recurso, es un ejercicio natural y placentero, que al mismo tiempo prepara al niño hacia su madurez.

Los niños capaces del juego intenso, entretenido, interesante, serán los que tendrán eficientes resultados a medida que vayan aprendiendo su vida de adultos ya medida que se cumpla el proceso de crecer se va cambiando progresivamente los intereses de los juegos, en los frutos serán mas completos, pero tendrán el mismo efecto evolutivo que los anteriores.

Ya que como son uno de los principales intereses del niño, es una necesidad vital que constituye el equilibrio humano e indispensable para su desarrollo físico, intelectual y

social, por lo tanto, sería una forma más fácil para la enseñanza, utilizando a éste como, recurso didáctico.

Es muy importante que en el programa de primer grado, los docentes tengan en cuenta e incluyan el juego, de acuerdo con las edades de los niños y en relación con su interés, puesto que es un valioso medio, para que el niño, aprenda, enriquezca sus conocimientos, estimulen su creatividad y los ayuden en su desarrollo físico y social.

2.9 El juego como liberador de emociones

A través del juego el niño libera todas sus emociones (agitación, exhalación, angustia, inquietud), como cuando llega la hora del recreo, después de una clase, se puede ver a los niños salir con alboroto, agitación y desorden, del aula, al patio de juegos. Esto sucede, por que el niño después de haber realizado algún trabajo, se cansa y se angustia de haber elaborado algún trabajo complicado para él, también al estar mucho tiempo quieto y sentado, y como por naturaleza el niño es un ser inquieto al solo oír el timbre del recreo se crea en el una alteración inmediata de emociones ya que los juegos, los deportes y el atletismo, brindan un campo rico e incitante en el que los niños pueden expresar sus sentimientos y emociones al máximo, en ese momento las energías contenidas en el hogar y la escuela, buscan de esta forma una gran liberación.

2.10 Se tienen que elegir los juegos

Un juego puede parecer bueno algunas veces, sin embargo o carece de elementos necesarios que contribuyen al desarrollo educativo, en cambio algunos otros le ayudan y favorecen a su capacitación para aprobar sus habilidades, en muchas formas, sin tener ni fracasar, y es por medio de el, que experimenta y explora, para así poder llegar al aprendizaje. También estimula al niño a utilizar el lenguaje, para proporcionarle una gran variedad de experiencias nuevas que lo ayuden a expresarse y comunicarse con los demás.

En muchas ocasiones, los niños eligen algún juego que no son, los adecuados para su edad, puesto que podrían resultar dañados en su persona, por ejemplo: cuando los niños eligen juegos de algunos programas que salen en la televisión, muy fantasiosos y después ellos quieren imitar, y es aquí donde pueden perjudicarlos. Es por este motivo que quiero dar a conocer mi opinión, ya que considero, que es bueno elegir los juegos, pero no con esto quiero decir que se les imponga, pero que si se les oriente a los niños en la elección de ellos.

2.11 Finalidad de los juegos

Los juegos tienen como finalidad, contribuir al desarrollo integral de los niños, a través de las actividades físicas y recreativas y ayudar de esta manera a la formación del ser, que sea capaz de conducirse activa y conscientemente en el servicio de la comunidad. Otro de los objetivos que se pretenden con el juego son; fomentar un niño saludable, con un desarrollo armónico (unido, solidario), con la posición de hábitos dinámicos y de valores morales que le permitan ser tenaz (firme, resistente). Crear una base fuerte de partida, para la práctica deportiva y para actividades competitivas posteriores. También forma hábitos de trabajo con todas las personas de su medio ambiente y desarrolla positivamente los aspectos de la personalidad, el valor, audacia y la disposición para vencer sus problemas. Algo muy importante, como lo son; las formas fundamentales y esenciales de la motricidad infantil, caminar, correr, saltar, trepar, escalar, empujar, lanzar y atrapar.

El propósito de este trabajo, es despertar en los niños de primer grado su interés por conservar y proteger su cuerpo y por ende una mejor salud, sugiriendo para ello el juego como estrategia para abordar los problemas nutricionales, ya que se considera una acción que le caracteriza en esta edad, por lo que puede ir encaminado a motivarlo en la búsqueda de soluciones para frenar una serie de enfermedades producidas por la falta o carencia de hábitos alimenticios.

Cabe señalar que cuando se abordan temas relacionados con el área de ciencias naturales se hace referencia a esta como fuente de vida, de alimentación, de salud, trabajo y

recreación por lo que se puede relacionar de la planeación de diversos contenidos del programa del eje temático el cuerpo y la salud.

Toda acción educativa, remite a un proceso de enseñanza-aprendizaje que supere la interacción de un sujeto que aprende otro que propicia la experiencia de aprendizaje y aquello que se aprende, es decir el alumno, docentes y contenidos, el proponer el juego como alternativa para despertar el interés de los niños por conservar y proteger la salud en el cuerpo humano, es por considerar que el fenómeno de ludismo infantil es el origen de la actividad creadora del hombre abarcando dos aspectos muy importantes como lo es el desarrollo individual y social del niño. Es por eso que el juego debe presentarse como una experiencia enriquecedora en el proceso formativo, donde ellos conocen, interpretan y conceptualizan el mundo construyendo así su pensamiento y formando así sus propias convicciones sociales.

El juego es una alternativa didáctica en la que los niños buscan conocer sobre todo los elementos que conforman los valores nutricionales a través de los diferentes alimentos que tomamos diariamente y desde luego los relaciona con los seres vivos, pero sobretodo reflexiona sobre el cuidado y la conservación de nuestro cuerpo humano, en donde identifica las acciones del hombre como un factor determinante en el deterioro de nuestra salud a través de la industrialización de alimentos sintéticos o químicos que en la actualidad son la causa de una gran cantidad de enfermedades tales como la diabetes, úlceras, obesidad, etc.

CAPITULO III

EL JUEGO COMO ESTRATEGIA DIDÁCTICA EN EL PRIMER NIVEL DE EDUCACION PRIMARIA

3.1 El juego como parte del Proceso Enseñanza Aprendizaje

El juego es una actividad propia de los animales y de los seres humanos. Para los primeros representa el desarrollo de los instintos en su adaptación al mundo circundante en tanto que para los humanos adquiere un papel básico en su desarrollo social, intelectual y físico.

El juego es una actividad u operación que se ejercen o se realizan solo con miras en si misma y no por el fin a quien tiene ni por el resultado que produce.

Ya desde épocas remotas era valorada la importancia de la actividad lúdica. Por ejemplo: los grandes filósofos como Aristóteles y Platón, reflexionaron sobre el juego, el primero lo acerca a la felicidad ya la virtud, el segundo le concede un valor educativo y más gradual, con juegos para las diferentes edades.

En el transcurso del tiempo, con el avance cultural se sigue esperando sobre la importancia y necesidad del juego humano.

La pedagogía moderna y contemporánea ha reconocido al juego un carácter privilegiado de condición o instrumento de la primera educación humana.

El juego, es importante como preparatorio para la adquisición de conceptos, que sirven de estímulos en el proceso de aprendizaje del niño. Puede considerarse el juego, como el camino del proceso del pensamiento.

Así, el juego es sobresaliente entre las tendencias infantiles porque en un placer que responde a las necesidades del desenvolvimiento como una fase activa de adquisición de experiencias y como un interés de satisfacción inmediata.

Puesto que el niño vive en sociedad, será siempre miembro de un grupo con características sociales y culturales propias.

"El juego de los niños mantiene viva su historia cultural y social"

La teoría del juego de Piaget esta íntimamente relacionada acerca del desarrollo de la inteligencia.

El juego es una simple asimilación que consiste en cambiar la información "de entrada" de acuerdo con las exigencias del individuo. El juego y la imitación son parte integrante del desarrollo de la inteligencia) por lo tanto pasan por los mismos periodos.

El juego empieza con el periodo sensoriomotor.

El recién nacido no percibe el mundo en función de los objetos vivos que existen en el espacio y en el tiempo. El niño que no sabe jugar "un pequeño viejo" será adulto que no sabrá pensar.

"Definiciones del juego"

El diccionario Webster lo define como: ejercicio o serie de acciones con el objeto de divertirse y entretenerse.

Joseph Lee: actividad instintiva, orientada hacia un ideal en el niño es creación (aumento de la vida), en el adulto es recreación (renovación de la vida).

John Dewey: actividad realizada inconscientemente, cuyos resultados la

trascienden.

Diccionario de la Educación: actividad placentera, realizada por si misma, sin referencias a un propósito ulterior o satisfacciones futuras.

Froebel, Montessori y Decroly: principio fundamental de la educación.

Lagrange: actividad natural y espontánea para la cual todo individuo, es impedido cuando le agrada la necesidad instintiva de movimiento.

Arnold Amold: manifestación espontánea y natural de autoexpresión.

Joan Muizinga: es una acción libre, que se ejecuta y siente como situada, fuera de la vida corriente para la que se pueda, sin embargo observen completamente al jugador sin que obtenga provecho de ella; por otra parte esa acción se ejecuta dentro de un espacio y tiempo determinado y se desarrolla según un orden y reglas en las que reina una propensión a rodearse de misterio ya disfrazarse a fin de separarse del mundo habitual. "Del juego surge la civilización"

3.2 El juego; desarrollo y acción pedagógica

Para comprender la concepción bruneriana sobre el juego infantil necesitamos remitimos a la concepción que al respecto delineó Vigotsky, en quien Bruner se apoya.

Al valorar la concepción de Vigotsky encontramos que, como Piaget, atribuye al juego una gran importancia en el desarrollo evolutivo del niño, al ponderar las situaciones imaginarias que se producen durante el juego, que así se convierte en un medio para desarrollar el pensamiento abstracto.

Sin embargo, entre ambos teóricos existen nodales diferencias que los llevan a concepciones distintas.

3.3 El juego infantil desde la perspectiva de Piaget

Piaget considera al "juego como una actividad que permite la construcción del conocimiento en el niño"¹³, y en especial en las etapas sensorio-motriz y preoperacional, pero que tiene valor para el aprendizaje en cualquier etapa, pues es un medio que posibilita se ejercite la iniciativa y se desarrolle la inteligencia.

Piaget considera que el juego no se distingue del acto intelectual por su estructura, sino que la diferencia está en su finalidad. Esto significa que "mientras el acto intelectual busca siempre un objetivo externo, el juego, por el contrario, tiene un fin en si mismo".

Piaget establece una clasificación de tres tipos de juegos de acuerdo a las estructuras que en ellos observa:

El juego ejercicio. En la fase sensomotora aparecen únicamente este tipo e juegos como adaptaciones puramente reflejas. Piaget considera que es difícil interpretar los como verdaderos juegos, porque solamente consolidan el funcionamiento del montaje hereditario. Sin embargo, en la segunda parte de la inteligencia sensomotora, se puede considerar que la mayor parte de las actividades de las "reacciones circulares" se continúan en los juegos donde los esquemas sensoriales y motores se ejercitan sin otro fin que el de placer funcional que producen al bebé. El nacimiento del juego surge entonces, por el placer funcional que se logra una vez adquiridas las habilidades que permiten superar una dificultad determinada.

En la etapa escolar también continúan expresiones del juego ejercicio cuando el niño desarrolla esencialmente el placer motor: correr, saltar, lanzar, trepar, etc.

Más tarde, dice Piaget, evolucionará hacia tres posibles alternativas. Quizás se integre con la imaginación representativa y se transformen hacia el juego simbólico o se

¹³ PIAGET, Jean, El juego desde la perspectiva de la psicología genética. p. 13

socialicen y entonces se orienten hacia los juegos reglados; la tercera posibilidad es que deriven hacia la inteligencia práctica, permitan adaptaciones reales y se excluyan de los dominios del juego.

El juego simbólico. Según Piaget el juego simbólico logra su mayor desarrollo entre los 3 y 6 años, aunque puede comprender de los 2 a los 7 años y posteriormente van perdiendo interés.

Al explicar el origen de este tipo de juego Piaget supone que en un principio el niño comienza por imitarse a si mismo; posteriormente, imita a los demás pero con esquemas que ya adquirió, que le son familiares y que le permiten adjudicar esta misma acción a otros. En una etapa superior imita a otros, o más bien los copia en sus acciones o actitudes.

Por medio de la imitación diferida, sustenta Piaget, la imitación comienza a separarse de la adaptación en general para pasar a ser una actividad especializada de adquisición, donde la imitación y la imagen señalan un predominio de la acomodación, pero con la asimilación como fundamento explicativo del juego.

Piaget considera que "el requisito esencial de la representación es la posibilidad de distinguir los significantes de los significados y poder evocar a uno para referirse a otro"; a este proceso lo denomina función simbólica.

Explica que existe aquí una representación simbólica, en tanto el niño sustituye, con el uso de símbolos propios, una situación vivida por una supuesta. Así ocurre cuando el niño hace como si estuviera en una situación determinada, "como si durmiera", "como si lavara", "como si comiera". Este tránsito a la representación que ocurre en la última etapa sensoriomotora, dice Piaget lleva al niño a la adaptación conceptual. Más adelante veremos que esta transición de significados corresponda para Vigotsky a una representación simbólica. Piaget termina este punto señalando que el niño al ir tomando mayor conciencia de lo real, conduce a que el símbolo vaya perdiendo su característica deformante de la realidad, para convertirse, después, en una simple representación de la realidad o copia

imitativa. Así, los juegos simbólicos de la etapa posterior superan la incoherencia anterior en las construcciones lúdicas, existe preocupación por una imitación correcta de lo real y comienza un simbolismo colectivo.

El juego reglado. El juego reglado surge a partir de los 6 años y alcanza su mayor desarrollo e interés entre los 8 y 10 años. Indica Piaget que el juego reglado:

"es la culminación de los procesos lúdicos, se consolida progresivamente durante este periodo del pensamiento lógico concreto y logra su máxima expresión en el período del pensamiento formal abstracto"¹⁴

Los juegos reglados van a continuarse durante toda la vida adulta en lo que son los deportes.

Finalmente con la descentración el niño para aun conocimiento más objetivo de a realidad ya una mayor capacidad de autoconciencia. En el niño se inicia en la formación del pensamiento lógico-concreto, lo que le posibilita una inteligencia operacional para actuar mucho más adaptativamente con la realidad.

3.4 El juego desde la perspectiva de Vigotsky

Para Vigotsky el juego no se puede definir esencialmente como una actividad placentera ni como una acción simbólica.¹⁵

No puede definirse como una actividad placentera en sí misma porque hay actividades más placenteras y no puede definirse como acción simbólica en tanto no permite la libre sustitución que puede darse en la representación simbólica, pues "un símbolo es un

¹⁴ ZAPATA, Oscar, "El juego desde la perspectiva de la psicología genética". En el aprendizaje por el juego en la escuela primaria, p. 13

¹⁵ *Ibíd*, p. 141

signo", mientras, por ejemplo, en el palo con 'el que un niño imagina un caballo, el niño retiene las propiedades de las cosas pero cambia su significado. "El pequeño no es capaz de desglosar el significado de un objeto, o una palabra de un objeto sino es a través del hallazgo de un trampolín en otro objeto", define Vigotsky al plantear que "el niño hace que un objeto influye semánticamente en otro". No se trata, entonces, de una acción simbólica sino de una "definición funcional de Conceptos y objetos".

Para explicar el origen del juego Vigotsky señala que primero el niño pequeño satisface sus necesidades de modo inmediato y aquella que no las satisface las olvida, mientras que en edad escolar surgen tendencias irrealizables y deseos pospuestos que al no poder ser satisfechos de manera inmediata ni olvidados conducen al niño al juego, es decir a un mundo ilusorio e imaginario donde puede atender tales deseos.

En el juego las cosas reales que rodean al niño pierden su fuerza determinante, explica Vigotsky al considerar que el niño ve una cosa, pero actúa prescindiendo de lo que ve. Así, alcanza una condición en la que el niño empieza a actuar independientemente de lo que ve. Esta condición no ocurre siempre en el desarrollo del niño. En su más temprana edad, los pequeños no pueden separar el campo del significado del campo visual, pues para ellos hay una fusión entre lo que perciben visualmente y el significado que eso representa, lo que implica que mantiene una proporción objeto significado (predomina el objeto sobre el significado).

Como en la edad preescolar empiezan a divergir los campos del significado y la visión se hace posible que en el juego el pensamiento esté separado de los objetos y la acción surja a partir de las ideas más que de las cosas, "es cuando un palo de madera se convierte en un caballo", apunta Vigotsky al advertir aquí la inversión de la proporción significado/objeto (predomina el significado sobre el objeto).

Del mismo modo que la relación objeto/significado se invierte, también la relación acción/significado. En un niño de edad preescolar, la acción domina en un principio sobre el significado que entonces es parcialmente comprendido, así el pequeño es capaz de hacer más cosas de las que puede comprender. Después el niño ya es capaz de hacer predominar el significado sobre la acción, como, ejemplifica Vigotsky, "cuando da patadas al suelo e imagina que está montando a un caballo". La acción pasa a segundo plano y convierte en el trampolín donde el significado se separa de la acción mediante otra acción distinta.

Ahora bien, el juego tiene una gran importancia como factor del desarrollo al permitir el mayor autocontrol que el niño puede alcanzar a su corta edad. Así lo sostiene Vigotsky debido a que el juego enfrenta al niño a un conflicto entre las reglas del juego y lo que le gustaría hacer si de momento pudiera actuar espontáneamente, es decir, le impide atender su impulso inmediato.

Así, dice Vigotsky,

"el juego brinda al niño una nueva forma de deseos, le enseña a desear relacionando sus deseos a un yo ficticio, a su papel en el juego y sus reglas. De este modo, se realizan en el juego los mayores logros del niño, logros que mañana se convertirán en su nivel básico de acción real y moral"¹⁶

En base a esto, Vigotsky califica como erróneo el considerar al juego como el prototipo de la actividad cotidiana de un niño o como su forma predominante, pues mientras que en el juego el niño subordina la acción al significado, en la vida real la acción domina al significado.

Es en el juego donde el niño aprende a comportarse de un modo distinto a como lo hace en la vida real, y esto conduce a que el juego cree una zona de desarrollo próximo en el niño, según establece Vigotsky, al considerar que durante el juego el niño está siempre

¹⁶ Ibidem p. 151-152

por encima de su edad promedio, por encima de su conducta diaria; en el juego, es como si fuera una cabeza más alto de lo que en realidad es. Al igual que en el foco de una lente de aumento, el juego contiene todas las tendencias evolutivas de forma condensada, siendo en si mismo una considerable fuente de desarrollo.

Por esto es que la teoría vygotskiana da una importancia fundamental al juego, además de considerar que, desde el punto de vista del desarrollo, el hecho de crear una situación imaginaria conduce a desarrollar el pensamiento abstracto.

3.5 El juego infantil desde la perspectiva de J. Bruner

Apoyado en las ideas vygotskianas sobre el juego infantil, Bruner desarrolla los siguientes planteamientos;

Características y funciones del juego

- A diferencia de Piaget que no atribuye objetivos al juego sino que considera al juego en si mismos como el objetivo del niño, y de Vigotsky que identifica objetivos precisos en el juego infantil, Bruner señala la existencia de una movilidad entre medios y fines al afirmar que la actividad lúdica se caracteriza por una pérdida de vínculo entre los medios y los fines, no porque no los perciban, sino que los cambian para que encajen con medios que acaban de descubrir, o modifican estos medios para que se adapten a fines nuevos, esto es consecuencia de la satisfacción que proporciona el juego. De modo que el juego no es sólo un medio para la exploración sino también para la invención.¹⁷
- El juego proporciona un gran placer, pues los obstáculos, necesarios para

¹⁷ BRUNER, J. "juego, pensamiento y lenguaje". (Comp). Jerome Bruner, Acción, pensamiento y lenguaje. P.

que el niño no se aburra, proporcionan placer al ser vencidos.

- En tanto reduce las consecuencias que pueden derivarse de los errores que se cometen, el juego no tiene consecuencias frustrantes para el niño; por tanto el juego es un motivo de exploración, una actividad más para uno mismo que para los otros.
- Para Bruner el juego se desarrolla en función de "escenarios" y no sucede al azar o por casualidad
- Hay una diferencia entre el aprendizaje y el juego, en tanto el primero implica interiorizar el mundo externo hasta llegar a hacerlo parte de uno mismo, es decir se transforma el niño de acuerdo a la estructura del mundo externo, mientras que el juego transforma el mundo exterior de acuerdo con los deseos del niño.

Consideraciones de Bruner sobre la acción pedagógica a través del Juego

Bruner advierte que si bien el juego es un medio para mejorar la inteligencia, debe tenerse cuidado con la pretensión de convertirse en ingenieros de la conducta, pues es mejor dejar al niño en libertad, en un medio honesto y rico de materiales, con buenos modelos culturales a los que pueda imitar, que privarlo de su iniciativa el carácter libre y espontáneo del juego.

Según estudios realizados por Bruner, los niños que mejores secuencias de juego realizan son aquellos a los que se les permite manipular y jugar libremente con las herramientas de la actividad lúdica y sin demostración pedagógica previa que pueden inhibirse por temor a la frustración.

También afirma Bruner, que la adquisición de la lengua maternal facilita a través del juego. Así lo muestran el que las formas gramaticales más complejas aparezcan primero

en medio del juego. Del mismo modo, el "habla Infantil" con la que la madre se dirige al niño contribuye a este proceso pues le permite combinar distintas formas de lenguaje que ya conoce para después producir emisiones más complejas, de manera que según Bruner no es la institución, el lenguaje, ni el pensamiento, lo que permite al niño desarrollar su capacidad combinatoria, sino la posibilidad de jugar con el lenguaje y su propio pensamiento.

Bruner recomienda mejorar el material y la atmósfera del juego, de modo que fomenten y mejoren la concentración de los niños y la riqueza de su juego, sin pretender imponer estructuras que inhiban la espontaneidad, sino sólo establecer situaciones que enriquezcan el juego, pues el verdadero juego necesita ser autónomo de los adultos.

En el mismo sentido, Bruner encontró que las actividades y circunstancias que producen episodios más largos de juego y están compuestos de elaboraciones complejas sobre un tema son:

- Las secuencias de juego que tienen una estructura "instrumental" que le estimule en el niño el impulso del ir y venir de medios a fines y viceversa.
- La presencia de un adulto, que al estar cerca de los niños les da seguridad e información en el momento que la necesitan.
- La cantidad de niños, que idóneamente pueden sostener una actividad lúdica. Un niño sólo tiene dificultad de sostener esa actividad de juego; tres constituyen una multitud que distrae, mientras que dos niños que juegan juntos pueden intercambiar ideas, negociar sus intenciones, elaborar los temas a medida que lo necesitan, continuar jugando todo el tiempo que les sea necesario. Bruner explica que la dificultad del juego en solitario se debe a que el pensamiento y la imaginación requieren con frecuencia el diálogo con un interlocutor. El desarrollo del pensamiento puede que esté, en buena medida, determinado por las oportunidades de diálogo, de modo que dicho diálogo puede llegar a interiorizarse ya continuar funcionando por si mismo en la cabeza de cada individuo. Si un niño se encuentra en un grupo o en una

clase, que dedica una cierta cantidad de tiempo a una actividad que requiere de los niños un alto rendimiento intelectual, este niño mostrara una mayor riqueza y elaboración cuando, posteriormente, se encuentre jugando en solitario, como si el jugar juntos en la clase, sirviera de modelo para una actividad de tipo espontáneo cuando el niño se encuentra solo.

En suma, para Bruner, "el juego no es sólo juego infantil. Jugar, para el niño y para el adulto, es una actitud sobre cómo utilizar la mente. Es un marco en el que pondrá a prueba las cosas. Un invernadero, con posibilidad de poder combinar pensamiento, lenguaje y fantasía", por lo que "cultivar la espontaneidad del sujeto y la negociación del diálogo, proporciona modelos y técnicas con las que el niño podrá operar por si mismo sin privarlo de su iniciativa en la socialización que lo preparará para la adopción de papeles en la sociedad de la que, más tarde pasará a formar parte como adulto.

CAPITULO IV

METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION

En toda investigación, es necesario que el investigador se siga por una metodología adecuada, seleccionando los métodos, técnicas, procedimientos y los recursos apropiados a la situación problemática elegida.

Siendo la metodología la base fundamental para demostrar la hipótesis planteada, le permite al investigador describir todo lo realizado, desde que se detectó el problema hasta su comprobación.

Con el objeto fundamental de recabar información necesaria para la realización de nuestro trabajo, llevamos acabo una investigación bibliográfica y de campo.

La investigación documental o bibliográfica la obtuvieron a través de varios libros, los cuales no proporcionaron el contexto teórico que fundamenta nuestro trabajo de investigación para darle una interpretación teórica más objetiva.

La investigación de campo la llevamos acabo en el lugar de los hechos o sea, en la escuela primaria Diana Laura Riojas de Colosio, con el grupo de primer grado, con una muestra de 30 alumnos y 30 padres de familia, que hacemos mención en la parte contextual. Fue en esta Institución donde pudimos recabar los datos a través de observaciones hechas y de la implementación de algunas estrategias que nos ayudaron ala comprobación de la hipótesis y al logro de los objetivos antes mencionados.

Es de importancia mencionar que para la realización de esta investigación abordamos el método experimental, ya que los pequeños en primer año de primaria adquieren conocimientos a través de interactuar directamente con los objetos de aprendizaje; por lo que consideramos prudente la aplicación de este método como el más

adecuado en la enseñanza de las Ciencias Naturales en primer grado de primaria y además recurrimos a la técnica o estrategia de la observación pues el niño en esta edad observa y experimenta para llegar así a la apropiación del conocimiento.

El acceso del niño al conocimiento, se genera a través de la manipulación de los objetos y de las situaciones que se propicien, preguntando, analizando, comparando, experimentando, descubriendo, elaborando sus propias conclusiones, verificando hipótesis, evaluando y aprendiendo de sus propios errores, es decir la experiencia que surge de la interacción con los objetos, determina su aprendizaje.

El método experimental es una alternativa que brinda los mejores resultados en la satisfacción de las necesidades del aprendizaje, que se basan en el ensayo y error, propiciando el desarrollo integral del niño.

"El método experimental, es un método activo, intuitivo, inductivo que se complementa con la deducción, ofrece las mejores condiciones para llevar al campo didáctico sus verdades, participa del carácter pragmático, matemático, simbólico, intuitivo e inductivo"¹⁸

La investigación, debe hacerla el niño libremente guiado por el docente, el cual, tiene que convertirse en otro investigador sin intervenir y dejar que el mismo niño encuentre la solución.

El proceso científico al igual que el trabajo experimental didáctico consta de las siguientes etapas.

- a) Observación y experimentación: recopilación de datos y análisis de los mismos.
- b) Hipótesis: así se formula una hipótesis.
- c) Comprobación experimental: mediante esta se verifica la hipótesis y se formula

¹⁸ SANTILLANA, Diccionario de las ciencias de la educación, p.116

una conclusión.

El método experimental es una acción de trabajo deseada, que requiere conocerse más a través del trabajo diario con los niños y encontrar mediante la experiencia y observación, las formas más convenientes de conducirlos y ayudarlos en su verdadero desarrollo integral.

Actualmente la estructura operativa de educación de primer grado se apega a esta metodología, ya que se determinó organizar su desarrollo en áreas de juegos y de actividades, atendándose de manera congruente los principios fundamentales que sustentan el programa el cual considera al niño como centro del proceso, como una visión integral del desarrollo del niño.

En nuestra investigación se consideró el área de juegos y las actividades de relación con la naturaleza que nos proporciona contenidos y posibilidades educativas, mediante la técnica de juegos y actividades que respondan a las necesidades e intereses del desarrollo integral del niño.

Asimismo permite fomentar una sensibilidad responsable y protectora de la vida humana, como el mundo animal y la naturaleza en general.

Es por esto que vamos a ubicar los juegos y actividades del niño sobre nutrición en donde trataremos de observar y proponer soluciones a problemas que ocurren cotidianamente en el contexto donde vive para que aprenda también a comprender las causas que lo originan y desarrolle formas para evitarlos.

Por lo que vamos a promover la participación con campañas de nutrición y hábitos alimenticios, por mencionar algunas, el desarrollar estas estrategias permitirá al niño observar y experimentar, trabajar en equipos y plantear posibles soluciones, es decir que sea él quien descubra y aplique el conocimiento en vez de que actúe como receptor pasivo.

Practicamos juegos para el cuidado y preservación de la vida, llevándolos a la reflexión sobre diferentes alimentos que se consumen.

En el primer grado de primaria, la elaboración de una hipótesis compleja no es posible, ya que el niño de este nivel se ubica en la etapa de las técnicas imaginativas y su móvil de acción es:

Actúa solo para ver a través de una representación global, su lectura es dirigida por la asimilación y no existe verificación.

Por lo que en la fase de observación y la experimentación es fundamental en este nivel.

Para obtener el máximo de eficacia en la observación se requiere estimular al educando de acuerdo a su edad, con objetos o fenómenos que le interesen, con el fin de facilitar su concentración mental.

Se debe tener en cuenta que las observaciones y experimentaciones deben ser espontáneas y libres, guiadas por el docente y pueden realizarse en forma individual, por equipos o en forma grupal, propiciando la discusión comunitaria y la búsqueda común de la solución.

Para lograr un buen trabajo de experimentación es importante que el docente seleccione temas y experimentos sencillos y del interés del niño, de donde surjan múltiples experiencias que él pueda apropiarse y favorecer su aprendizaje.

Por lo anteriormente expuesto optamos por aplicar como técnicas la observación y la experimentación ya que es sabido que son las estrategias más adecuadas en la aplicación del método experimental y además a través de estas se obtiene el máximo de eficacia así como también estimular al educando en este primer grado. En donde se tiene como consecuencia el interés ante los objetos y fenómenos con el propósito de facilitar su

concentración mental y además deben ser espontánea y libre guiada siempre por la maestra.

Para poder partir de la realidad se realizó una guía de observaciones con los docentes de la escuela primaria "Diana Laura Riojas de Colosio", donde se realizó la investigación.

Dicha guía, nos dio la posibilidad de percibir de manera real las necesidades metodológicas y prácticas que viven las maestras en las aulas con los alumnos en relación a la manera de abordar e interesar a sus educandos en el área de naturaleza y cumplir con uno de los objetivos de esta área que es el de formar en los alumnos hábitos alimenticios.

De tal manera que consideramos necesario iniciar con los docentes sobre la metodología que marca el programa de educación de primer grado de primaria específicamente en el bloque de juegos y actividades en relación con la naturaleza con el objeto de retomar los propósitos y contenidos que abarca el programa; para lo cual fue necesario realizar una reunión colegiada analizando los diferentes contenidos que se manejan.

El procedimiento se realizó mediante la lectura y el intercambio de experiencias vividas en su práctica docente lo cual nos dio un panorama acerca de la dificultad que estas tienen en relación al manejo del área de ciencias naturales y principalmente el despertar el interés de los alumnos sobre dicha área por lo cual surgieron algunas peticiones sobre el cómo interesar e involucrar a los alumnos hacia la experimentación e interés por la iniciación de los educandos hacia mejores conductas en relación a su medio o entorno circundante con proyección en la comunidad.

Dependiendo de esto se involucró a padres de familia ya que estamos conscientes de que el quehacer educativo se hace con el apoyo y participación de estos más significativos para el logro positivo de los resultados dentro y fuera de la institución.

Valiéndose del interés y la disposición de la mayoría de los padres de familia por el desarrollo y desenvolvimiento de sus hijos se incurrió a efectuar una junta técnico-pedagógica para rescatar el manejo familiar que sobre la necesidad de fomentar y crear buenos hábitos alimenticios, mediante una participación espontánea y abierta, los padres comentan el descuido y la poca atención que se le da a la formación de hábitos.

Después de conocer de manera real las necesidades tanto del docente como del padre de familia surgió una tercera actividad.

La enseñanza de un contenido sobre nutrición y hábitos alimenticios diferentes actividades se despertó en los alumnos el interés y la participación hacia el cuidado de su cuerpo y de proteger su salud para un buen desarrollo físico y mental.

Por tanto se desarrolló de manera práctica un proyecto pedagógico al cual se le dio el nombre de "cómo podemos cuidar nuestro cuerpo y salud" y se estructuró de la siguiente manera.

Como primera actividad abarcativa fue "conocer diferentes tipos de alimentos que encontramos en su entorno" dentro del bloque de juegos y actividades en relación de la naturaleza con el contenido de la nutrición donde fueron realizadas las siguientes actividades específicas:

- Observe y registre los tipos de alimentos que consume.
- Realizar campañas de nutrición.
- Jugar a dramatizar acerca de los hábitos alimenticios.
- Observar los tipos de alimentos que se tienen en la tienda escolar.

La segunda actividad abarcativa fue: "hagamos experimentos" dentro del bloque de juegos y actividades en relación con la nutrición en el contenido de ciencia donde fueron realizadas las siguientes actividades específicas:

- Descubramos cómo están compuestos algunos alimentos.
- Realizar prácticas sobre las propiedades nutricionales de algunos alimentos.

Análisis de Resultados

Una vez realizadas cada una de las actividades programadas dentro del plan de trabajo, abordamos el análisis de estas quedando plasmado en esta parte de la investigación.

De acuerdo a la primera actividad que fue la reunión colegiada con los docentes, en las cuales se propició la lectura y el análisis de la fundamentación que se maneja actualmente en el primer grado, la reunión giró en torno a una participación espontánea donde los docentes lograron rescatar de la teoría los propósitos y objetivos específicos que abarca el bloque de juegos y actividades en relación con la nutrición, dicha actividad fue muy favorable ya que se logró despertar en las educadoras el interés hacia la utilización del eje temático del cuerpo humano, reconociéndola como una estrategia para la formación en sus educandos de una conciencia nutricional más responsable.

En cuanto a la segunda actividad realizada, que fue la reunión técnico-pedagógica con padres de familia, pudimos observar que hubo interés por parte de ellos ya que participaron activamente, aportando provisión que fueron utilizadas en la elaboración de un desayuno y una comida, de igual manera colaboraron en la lectura de cuentos y fábulas relacionadas con la nutrición y hábitos alimenticios, en todo esto se refleja la participación constante de ellos en la realización de este trabajo de investigación, pues sabido es que en esta técnica de enseñanza se debe de involucrar al padre de familia con el propósito que conozca en este caso, la manera de crear y fomentar hábitos alimenticios y así dentro del núcleo familiar, reafirmar estos hábitos para la creación de una cultura nutricional en sus hijos.

Referente a la tercera actividad programada en el plan de trabajo que fue la realización del proyecto pedagógico pudimos constatar que se cumplió con el objetivo deseado pues tanto alumnos como docentes y padres de familia mostraron una participación

activa en todo el desarrollo de las actividades programadas en dicho plan de trabajo. Los docentes pudieron percibir en forma práctica las diferentes estrategias aplicadas en dicho proyecto, comentando que estas estrategias facilitan su práctica docente en el manejo y utilización en el eje temático del cuidado del cuerpo humano.

Así mismo, se reflejó en los padres de familia el interés por mejorar la nutrición e implementarla en la comunidad como en sus hogares, entendiendo estos que estas actividades favorecen a la salud de sus hijos y contribuyen en su desarrollo físico y mental.

Por lo que respecta a los educandos se reflejó un desenvolvimiento personal en cuanto a las actividades y una conducta positiva sobre el conocimiento de los diferentes tipos de alimentos que se encuentran en su entorno natural, así como también para tener cuidado y practican buenos hábitos alimenticios.

La relación existente entre las teorías que fundamentan el marco teórico-metodológico y los resultados obtenidos en las actividades contempladas en el plan de trabajo de esta investigación reflejaron los aspectos cuantitativos y cualitativos referentes a la problemática planteada en este trabajo. Por lo que creemos que los resultados en la interpretación de los datos favorecieron el logro de los objetivos propuestos en esta investigación.

CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS

Al finalizar nuestro trabajo de investigación y agotado en él, todos los pasos que el método exige pudimos ver como estos en su correlación contribuyeron a la aseveración y logro de los objetivos e hipótesis donde el marco teórico sirvió como referente para la solución del siguiente planteamiento.

La utilización del área de ciencias naturales para la formación de hábitos alimenticios y cuidado del cuerpo humano en el primer grado. Con relación a los objetivos propuestos se lograron ya que se despertó el interés, en los alumnos hacia las ciencias naturales por medio del eje temático el cuerpo humano y la salud, donde se favoreció el bloque de juegos y actividades con la participación de los padres de familia, de igual manera los docentes obtuvieron acciones prácticas.

Se recomienda que el docente adecue las actividades a los intereses del niño dándole la oportunidad de que participe activamente interactuando con los materiales en el área de ciencias naturales de forma libre y espontánea, tocando, experimentando y observando los cambios y fenómenos que se producen a través de la acción sobre los objetos.

Se sugiere también en base a la diversidad de materiales y sus características se realicen registros por los niños (diario de campo) sobre cada una de las acciones realizadas en esta área, llegando a la conclusión de que la experimentación permite al niño apropiarse del conocimiento de una manera atractiva y significativa la cual podrá aplicar en los diferentes contextos de su vida personal.

El presente trabajo lo ponemos a consideración de los docentes, sabemos que tiene algunas limitaciones pero se pretende a través de él aportar elementos que sirvan como herramientas para el manejo del área de ciencias naturales en primer grado, ya que es un este nivel donde se dan las bases al educando para formar en él un espíritu investigativo que

lo conlleve a otros niveles de formación personal ya la vez adquiera hábitos y actitudes que propicien un cambio de conducta que favorezcan en la práctica de buenos hábitos alimenticios, para una mejor forma de vida dentro de la sociedad en que vive.

A través de la lectura del presente trabajo los docentes tendrán la oportunidad de reflexionar acerca de la importancia de su papel y compromiso con los alumnos de conocer y respetar sus necesidades. Por lo cual se hace una invitación de la lectura del presente a todos los maestros que tengan la inquietud de desarrollar su labor educativa.

BIBLIOGRAFIA

ALONSO PALACIOS MARÍA TERESA, La afectividad del niño. Ed. Trillas, México, 1990, 147 pp

BRUNER, J. Juego, pensamiento y lenguaje, Ed. Linaza, México, 1989, 212 pp

CHÁVEZ Ayllón. Sus recursos naturales y su población, Ed. Icaza, México, 1994, 238 pp

ESQUIVEL, Hemández, Rosa. Aspectos básicos de nutrición, Ed. Limusa, México, 1992, 106 pp

GONZÁLEZ, Vázquez. J. Contenidos relevantes de ciencias naturales. E. Limusa, México, 1989, 457 pp

HIGASHIDA, H. Bertha, Ciencia de la Salud, Ed. McGrawHill, México, 1990, 535pp

INSTITUTO NACIONAL DE NUTRICIÓN, Nutrición y dieta, Ed, Lamusa, México, 1995, 125 pp.

JEREZ Talavera Humberto, Complemento escolar esfinge, México, Ed. Esfinge, 1994, 271 pp

LAROUSSE, Diccionario Universal ilustrado, Buenos aires, Ed. Larousse, 1958, 638 pp

MARTINEZ, Mercedes, Maravillas de la Biología II, Ed. Pedagógicas, México, 1994, 256 pp

ORALIETA CLAUDIA R. El espacio del juego y el jardín de infantes. Ed. Humanitas. Buenos Aires, Argentina, 1996, 245 pp

PIAGET, Jean, El juego desde la perspectiva de la psicología genética, Ed. Pax, México, 1977, 137 pp

SANTILLANA, Diccionario de las ciencias de la educación, Vol. I, A.H. Madrid, España., Ed. Santillana, 1983, 945 pp

SECRETARIA DE EDUCACION PÚBLICA. Avance programático, segundo grado, Ed. SEP, México, 1982, 116 pp

-----Plan y Programa de ciencias naturales, Ed, Limusa, México, 1993. 157 pp

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL, Ciencias naturales, evolución y enseñanza, Ed. UPN, México, 1987, 248 pp

-----Una propuesta pedagógica para la enseñanza de las ciencias naturales, Ed. UPN, México, 1988, 276 pp

ZAPATA, Oscar, En el aprendizaje por el juego en la escuela primaria, Ed. Grijalbo, México, 1988, 141 pp