

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA Y CULTURA  
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL  
UNIDAD 25-B

“LA FORMACIÓN DE HÁBITOS  
PARA EL CUIDADO DE LA SALUD  
Y UNA NUTRICIÓN ADECUADA  
EN LA EDUCACIÓN PREESCOLAR”

**T E S I S**

PRESENTADA PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADA EN EDUCACIÓN

MARÍA ISABEL GONZÁLEZ PASOS  
MARÍA MARGARITA ALONSO OSUNA  
MARÍA ELVIRA COLIO ASTORGA

MAZATLÁN, SINALOA, DICIEMBRE DEL 2004

# ÍNDICE

**INTRODUCCIÓN**

**PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

**JUSTIFICACIÓN**

**OBJETIVOS**

**HIPÓTESIS**

## **SALUD Y NUTRICIÓN COMO OBJETOS DE ESTUDIO**

1.1 Conceptualización de salud y nutrición

1.2 Relación entre nutrición y salud

1.3 Nutrición y desarrollo intelectual

1.4 El cuidado de la salud

1.5 Factores de la nutrición

1.6 Trastornos de la nutrición

## **II. ENFOQUES TEÓRICO METODOLÓGICO DEL APRENDIZAJE Y LA ENSEÑANZA EN PREESCOLAR**

2.1 Enfoque psicogenético

2.1.1 Teoría Psicogenética de Jean Piaget

2.1.2 Etapas del desarrollo del pensamiento

2.1.3 La teoría Evolutiva de Henry Wallon

2.2 Pedagogía Operatoria

2.3 Método de Proyectos

## **III. LA FORMACIÓN DE HÁBITOS DE SALUD Y ALIMENTACIÓN EN EL JARDÍN DE NIÑOS**

3.1 El papel de la educadora

3.2 El papel del alumno

3.3 Los padres de familia: co-educadores

3.4 La elaboración de proyectos

3.5 El juego como estrategia didáctica

3.6 El Jardín de Niños como espacio de formación

#### **IV. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

4.1 Investigación documental

4.2 Investigación de campo

4.3 Interpretación de los resultados

#### **CONCLUSIONES**

#### **BIBLIOGRAFÍA**

## INTRODUCCIÓN

En los tiempos actuales la educación en nuestro país enfrenta retos de suma importancia para el desarrollo de la sociedad mexicana, pues se busca consolidar a la educación como medio de desarrollo y progreso socio-económico. Dichos retos implican que la enseñanza se adapte a las necesidades básicas de los alumnos, tratando de solventarlas y contribuyendo a la mejora de la calidad de vida de los sujetos.

El nivel preescolar acaba de ser declarado obligatorio, con lo que fortalece su función de educación básica, misma que se centra en los procesos formativos más que informativos.

Dentro de los retos del preescolar esta el contribuir a la adquisición de hábitos en los alumnos que les permitan vivir con salud y tener un desarrollo intelectual y físico adecuados a su edad y condición humana. Es aquí donde se centra la inquietud que nos motivó a la elaboración de este trabajo de investigación.

La estructuración temática de este trabajo se encuentra dividida en los siguientes capítulos:

En el primer capítulo se conceptualiza a la salud y la nutrición como objetos de estudio, definiendo además la relación que existe entre estos conceptos y el desarrollo intelectual y físico, así como el desarrollo humano.

En el segundo capítulo se analizan algunos de los enfoques teórico- metodológicos que sustentan la práctica docente en el preescolar, entre los que se encuentran las teorías Psicogenética y Evolutiva de Jean Piaget y Henry Wallon. También se describen dos propuestas metodológicas que son la Pedagogía Operatoria y el Método de Proyectos como perspectivas que fortalecen la enseñanza en el jardín de niños.

En el capítulo tercero se identifican los roles que juegan los sujetos que intervienen en el proceso enseñanza-aprendizaje de preescolar, además de la responsabilidad del jardín como espacio de formación.

En el cuarto capítulo se describe la metodología de investigación que dio origen a este trabajo, el cual lo realizamos buscando una afirmación práctica de los enfoques mencionados en nuestro marco teórico, así como la verificación de la hipótesis y el logro de los objetivos planteados en la investigación de campo.

Posteriormente se incluyen las conclusiones que elaboramos como productos de análisis y reflexión derivados del proceso de investigación documental y de campo.

Finalmente se integró la bibliografía básica y complementaria que sirvió como sustento para laborar el aparato crítico de nuestra tesis y algunos anexos que muestran evidencias del proceso de indagación para la elaboración de este trabajo.

## **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

Según consta en algunos estudios socioeconómicos, en nuestro país la alimentación ha variado a través de los siglos y las etapas históricas por las que ha pasado. Se dice que a finales del siglo pasado había cerca de tres millones de niños menores de cinco años desnutridos, debido a su situación económica y la falta de hábitos adecuados de higiene y alimentación, y por la ignorancia de las familias acerca de lo que significa estar bien alimentado.

Los seres humanos necesitamos de una de una variada alimentación para poder vivir con salud y desarrollarnos física y mentalmente, pues sabemos que una adecuada alimentación es producto de un balance adecuado entre los diferentes grupos de alimentos que existen.

La alimentación del pueblo mexicano depende en gran medida del nivel de educación, las tradiciones culturales y el poder adquisitivo que tienen las familias y es común que no existan hábitos de nutrición adecuada entre los mexicanos ante la ignorancia del valor nutritivo de los alimentos.

Una deficiente nutrición puede causar una serie de problemas de salud físicos y mentales que en mayor medida afectan el desarrollo y crecimiento de los sujetos, y cuando esto se manifiesta en la infancia podrá traer consecuencias desagradables, y lo que es peor repercutiendo en el transcurso de su vida futura.

Los malos hábitos de cuidado de su cuerpo y de su alimentación traen por consecuencia niños con problemas de salud y de nutrición y se le dificultará tener un desempeño adecuado en las actividades cotidianas de la escuela y su vida diaria.

Resulta fundamental que tanto los niños como los padres de familia conozcan el valor nutricional de los alimentos que consume regularmente, para que puedan hacer una adecuada selección de ellos y también para variar su consumo de manera que sea balanceado, evitando así los malos hábitos alimenticios que obstaculizan la nutrición necesaria para gozar de salud evitando las enfermedades.

La pobreza, la insalubridad y la ignorancia suelen facilitar la proliferación de enfermedades en nuestro cuerpo como la caries, la anemia, además de un deficiente crecimiento físico y desarrollo mental.

La situación socio-económica de nuestro país favorece significativamente la falta de conocimiento acerca de cómo cuidar de nuestra salud y del valor nutritivo de los alimentos, debido a que los padres de familia manifiestan una falta de información y cuando esta situación no es considerada por parte de los maestros, se puede transformar en un conflicto escolar cuando las consecuencias se ven en los bajos índices de aprovechamiento en los alumnos.

La falta de formación de hábitos adecuados de cuidado de la salud y alimentación, provoca que en lugar de alimentos nutritivos, los alumnos consumen alimentos denominados "chatarra", tales como frituras, refrescos, dulces, chocolates y otros alimentos que no nutren sino que su consumo excesivo trae consecuencias para la salud de los sujetos.

Por otra parte, la influencia de los medios de comunicación masiva da publicidad a productos poco nutritivos pero muy comerciales. Dichos productos se anuncian en la televisión, la radio, los periódicos y revistas de manera muy atractiva, ya que muestran con imágenes y palabras que atraen a los consumidores, ignorando lo esencial que es su contenido nutritivo, dando como resultado el consumo mínimo de alimentos nutritivos y la saturación de productos chatarra sin un nivel nutritivo adecuado a las necesidades que se derivan del desarrollo físico y mental. Tener una dieta equilibrada y nutritiva es factor importante para disfrutar de una mejor salud y un buen desarrollo físico e intelectual.

El principal propósito de esta investigación se basa en la urgencia de que docentes y padres de familia tengan un buen conocimiento acerca del valor nutritivo que tienen los diferentes tipos de alimentos, para que así fomenten buenos hábitos alimenticios.

Como todo trabajo de investigación, el nuestro surge a partir de una problemática que es muy común ver en la actualidad en nuestras escuelas y por ello decidimos plantear los siguientes planteamientos:

- ¿Qué tipo de niño queremos formar en el Jardín?
- ¿Cómo entendemos el desarrollo mental y físico del alumno de preescolar?
- ¿Cuál debe ser el papel del jardín y de los diferentes sujetos en el fomento de hábitos para cuidar la salud de los alumnos?
- ¿Cómo propiciar en el niño preescolar la adquisición de hábitos adecuados de nutrición?

## JUSTIFICACIÓN

En la actualidad se ha despertado una preocupación por que los alumnos del nivel básico valoren la importancia del cuidado de nuestro cuerpo a través del fomento de hábitos que repercutan en una buena nutrición y faciliten el cuidado de la salud, debido a que en la sociedad mexicana existe una tendencia al consumismo de productos de baja calidad alimenticia provocado esto por el permanente bombardeo de los medios de comunicación, que aunado a la crisis socio-cultural que enfrenta el país, se favorece el de consumo de alimentos con un deficiente valor nutritivo, y también se ha favorecido la adquisición de hábitos alimenticios negativos para la salud y la nutrición de los sujetos.

La nutrición esta ligada íntimamente a la forma de alimentarse, y la mayoría de las personas que tienen un nivel económicamente alto se alimentan principalmente de carne y sus derivados, ricos en proteínas, pero descuidan el consumo de algún grupo de alimentos nutritivos como son las frutas y verduras.

Con frecuencia se escucha que las personas se sienten incapaces de asimilar los temas comprendidos en el libro que tienen entre manos ya que solo se aprende por el propio esfuerzo, por la concentración mental, por la actividad personal, no se puede aprender por el simple hecho de estar presente físicamente.

El alumno es el agente principal de su educación, él es el sujeto que debe, palpar, sentir, gustar y recrearse con lo que es el estudio, pero para que el educando asimile y retenga el contenido de los horas deben satisfacerse primero sus necesidades primarias como es la alimentación.

Entre las funciones fundamentales del jardín esta el formar hábitos, pues el ser humano debe poseer desde muy temprana edad algunas nociones sobre buenos hábitos alimenticios, para el cuidado de su cuerpo y la salud.

Se puede afirmar que los conocimientos sobre salud de la población en general, no son suficientes, debido a los altos índices de desnutrición que se presentan en los escolares. Además de que los promedios de peso y talla que tienen algunos alumnos distan mucho de ser los adecuados a su edad, y esto lo demuestran los resultados antropométricos obtenidos al inicio de cada ciclo escolar.

Este problema es uno de los factores que afecta significativamente al proceso de



aprendizaje de los alumnos, pues no tienen un rendimiento adecuado en el desarrollo de las actividades escolares y no se logran los productos de aprendizaje esperados.

La nutrición representa uno de los múltiples factores que intervienen en el proceso enseñanza-aprendizaje, de tal forma que al igual que el desarrollo psicológico, sociológico y cultural puede ser determinante para un mejor aprovechamiento sin embargo, las condiciones actuales del país, ayudan en muy poco a que los padres de familia de nuestros alumnos, puedan brindar a sus hijos los alimentos que se requiere una nutrición balanceada.

Nuestro interés por resaltar la importancia de fomentar hábitos adecuados en el alumno del nivel preescolar nos ha conducido a la posibilidad de señalar factores y causas de este problema escolar, lo que nos permitirá definir con más claridad, los objetivos a seguir e hipótesis a comprobar en nuestra investigación.

Consideramos importante que el niño comprenda que la alimentación es primordial para poder realizar todas las actividades los alimentos son las sustancias que introducidas en el organismo de una persona, reponen el desgaste que sufren los órganos, les dan nuevas energías y los mantienen sanos y en condiciones óptimas para el logro de un cambio de actitud en los padres, el beneficiado directo de estas acciones será el alumno.

## **OBJETIVOS**

Como productos cualitativos de la elaboración de nuestra tesis nos propusimos alcanzar los siguientes objetivos:

- Conceptualizar a la salud y la nutrición como objetos de estudio, definiendo a la vez la relación que existe entre ellos.
- Identificar algunos enfoques teóricos acerca de la enseñanza y el aprendizaje, para reconocer su utilidad en el jardín de niños.
- Definir los roles que desempeñan de los sujetos y el jardín de niños en la formación de hábitos en los alumnos de preescolar.

## **HIPOTESIS**

Como elemento orientador de nuestra actividad de investigación elaboramos la siguiente hipótesis:

*"La acción coordinada de los sujetos que participan en la educación preescolar es determinante en la adquisición de hábitos para el cuidado de la salud y una adecuada nutrición. "*

# CAPÍTULO I

## SALUD Y NUTRICIÓN COMO OBJETOS DE ESTUDIO

### 1.1 Conceptualización de salud y nutrición

El término salud, se define como: "El estado de completo bienestar físico, mental y social y no solamente como la ausencia de enfermedad"<sup>1</sup>. Entendemos a la salud como el logro y el mantenimiento del estado más elevado de vigor mental y corporal de que sea capaz cualquier individuo.

Los individuos se sienten sanos cuando se encuentran bien adaptados al medio físico, biológico y social; sin embargo, en muchas ocasiones, el individuo acepta lo favorable y rechaza lo desfavorable que el medio le proporciona, de tal forma que siempre está buscando mantener un equilibrio, que le permita mantener la composición, estructura y funcionamiento de ese equilibrio dinámico.

La salud tiene implicaciones no solo fisiológicas sino también sociales, ya que en el área social el hombre tiene que convivir con sus semejantes para contribuir a mantener la estructura en que se desenvuelve o modificarla de acuerdo con sus necesidades y aspiraciones.

El concepto de enfermedad ha sufrido modificaciones porque ésta puede presentarse como resultado de imperfecciones biológicas intrínsecas, es decir, la enfermedad puede generarse internamente o puede presentarse debido a la existencia de factores adversos en el medio ambiente, ante los cuales, el organismo tiene dificultades para adaptarse.

Se define a la enfermedad como:

"El estado que perturba el desarrollo físico o mental de una persona y afecta su bienestar; dichos en otras palabras, es la pérdida del equilibrio dinámico que mantiene la composición, estructura y función del organismo"<sup>2</sup>

Llamar enfermedad a los síntomas o alteraciones que presenta el individuo, que le

---

<sup>1</sup> HIGASHIDA, H. Bertha, Ciencias de la salud. P. 57

<sup>2</sup> *Ibíd.* p. 5

provocan algún malestar o inconveniencia, esto se debe a la insuficiencia de mecanismos de adaptación del organismo para contrarrestar de forma adecuada los estímulos o tensiones a los que está sujeto, lo cual causa algún trastorno en la función o estructura de cualquier parte, sean algún órgano o sistema del cuerpo, existen diversas enfermedades, algunas son leves, otras graves o contagiosas, dependiendo de éstas es como se llevará a cabo su tratamiento.

La nutrición ha sido a lo largo de la historia una constante en las preocupaciones fundamentales del hombre. El desarrollo de las civilizaciones ha estado íntimamente ligado a la forma de alimentarse, incluso se dice que tal forma ha determinado el futuro o el destino de las mismas.

Nuestro organismo requiere de un considerable número de nutrientes que le permitan desarrollar en perfecta armonía las actividades que requiere para satisfacer sus necesidades, el primer paso se da con la alimentación a la que definimos como: "...obtención de entorno una serie de productos naturales o transformados que conocemos con el nombre de alimentos."<sup>3</sup>

La alimentación es, en definitiva un proceso de selección de alimentos fruto de las disponibilidades y aprendizaje del individuo que le permitirán componer su ración diaria y fraccionario a lo largo del día, de acuerdo con sus hábitos y condiciones personales. Este proceso está influido por hábitos socioeconómicos, psicológicos y geográficos, es por tanto un proceso voluntario.

De una comida balanceada se obtienen los nutrientes necesarios para un buen desarrollo físico y mental, en los casos donde no se presenta o se carece de estas nutrientes causas enfermedades.

El ser humano necesita de los nutrientes para vivir y los obtiene de los diferentes alimentos que incluye en su dieta diaria, la nutrición empieza con la ingesta de alimento, por lo que el término lo definiremos como:

*"El conjunto de procesos mediante los cuales el ser vivo, en este caso, el hombre, utiliza, transforma e incorpora en sus propias estructuras, una serie de sustancias que recibe del mundo exterior mediante la alimentación con el objetivo de obtener energía, construir y reparar las*

---

<sup>3</sup> ICAZA, Behar. Nutrición. P. 4

*estructuras orgánicas y regular los procesos metabólicos.*<sup>4</sup>

La nutrición es un factor determinante que refleja los aspectos como la edad, características genéticas y ejercicio físico, salud y alimentación.

La función de la nutriología es la de estudiar los tipos de alimentos que existen y el contenido de nutrientes que se obtienen de ellos y las causas y consecuencias que traerá consigo una inadecuada alimentación.

Desde el punto de vista biológico, si la nutrición es adecuada, promueve el desarrollo y crecimiento del organismo así como el funcionamiento de todos los sistemas. *"Psicológicamente permite el mantenimiento de un adecuado equilibrio de las funciones psicológicas como el aprendizaje, memoria, motivación y percepción"*.<sup>5</sup>

En el ámbito social de los nutrimentos se derivan dos factores: el económico y el cultural. En el primero, un individuo bien nutrido incrementa la productividad ya la vez, el desarrollo del país. En el segundo, una comunidad con excelente alimentación, presenta mejores hábitos higiénicos y nutricionales.

Como nos damos cuenta, el hombre depende de una variada y completa alimentación para vivir y desarrollarse normalmente en todos los ámbitos. La adecuada alimentación la obtendrá del balance correcto de los diferentes tipos de alimentos que existen, esto permitirá al individuo a utilizar los elementos y formas de alimentarse de manera equilibrada, la técnica que le permitirá hacer lo anterior es la dietética, la cual se define como:

*"Es la técnica y el arte de utilizar los alimentos de forma adecuada, donde el individuo propone formas de alimentación equilibradas, variadas y suficientes, tanto en forma individual como colectiva y que permitan cubrir las necesidades biológicas en la salud y en la enfermedad contemplando a su vez sus gustos, .costumbres y posibilidades"*.<sup>6</sup>

---

<sup>4</sup> Ibíd. p.18

<sup>5</sup> BOURGES, Héctor, Nutrición y alimentos, p. 31

<sup>6</sup> RAMOS, Galván Rafael. Alimentación normal en niños y adolescentes, p. 221

## 1.2 Relación entre nutrición y salud

En 1992, en México había cerca de tres millones de niños menores de cinco años desnutridos, a causa de las precarias condiciones económicas, falta de higiene, ignorancia y enfermedades de todo tipo, en particular infecciones y parásitos.

La desnutrición es problema de salud, en países en vías de desarrollo, por la falta de comida o por parásitos intestinales. Se origina por:

- Aporte inadecuado de alimentos
- Malos hábitos de alimentación
- Enfermedades del aparato digestivo

*"En 1993 se calculan en el mundo 450 millones de personas con peso muy inferior al normal; no trabajan y pasan la mayor parte del tiempo acostados por falta de energía. La mayor parte de esta gente vive en los países más pobres de África, Asia y América Latina."*<sup>7</sup>

Los nutrimentos de una comunidad dependen de una serie de factores relacionados entre sí, que se clasifican de la siguiente manera:

El suministro de alimentos a todo el país depende principalmente de la producción y de sus características ecológicas. Los productos alimenticios que produce la nación son distribuidos en diferentes lugares y de acuerdo a su presupuesto familiar o hábitos alimenticios.

Lo que consume el hombre se determina por sus hábitos o costumbres alimenticios. Es necesario que, desde niños se les enseñe a seleccionar lo que consumen, para que adquieran buenos hábitos alimenticios, ya que, de no ser así, el cambio de actividad de la persona no se va a dar tan fácilmente.

Desde el momento en que se consumen los alimentos, el cuerpo toma los nutrientes que le son indispensables para un mejor funcionamiento del organismo, algunas veces no son digeridos normalmente y provocan infecciones diarreicas, además se debe hacer un uso adecuado de las porciones nutricionales para no alterar el metabolismo.

---

<sup>7</sup> Ibidem

Los factores mencionados deben ser detectados para conocer el estado de nutrición de las personas y dar posibles soluciones a los problemas nutricionales.

### **1.3 Nutrición y desarrollo intelectual**

Desde el instante en que los alimentos son introducidos a nuestra boca, empieza a desprenderse una serie de factores que hacen que el proceso del metabolismo abstraiga todas las sustancias nutritivas y necesarias que nuestro organismo necesita para obtener energía y vitalidad y, sobre todo una buena salud. *“El metabolismo es una serie de mecanismos que se efectúan para producir energía”*.<sup>8</sup>

Del metabolismo se desprenden el anabolismo y el catabolismo. El anabolismo nos ayuda en el crecimiento corporal, en la capacidad de reproducción y en la reparación de tejidos. Mientras que el catabolismo es la *“...fase del metabolismo caracterizada por la escisión y eliminación al exterior de los productos del metabolismo”*.<sup>9</sup>

El hígado es la glándula principal que realiza diversas transformaciones del metabolismo, en donde los nutrimentos son almacenados de acuerdo a las necesidades que requiere el organismo.

Una deficiente ingestión, absorción o utilización de los alimentos provoca un trastorno nutricional al que se denomina desnutrición, ésta provoca alteraciones en el funcionamiento de los órganos del aparato digestivo por enfermedades infecciosas o parasitarias, deficiencias de enzimas y de los mecanismos de regulación nerviosa.

#### *Desnutrición*

Es: *“Un trastorno del metabolismo en que la desasimilación es mayor que la asimilación”*<sup>10</sup>. Las manifestaciones de desnutrición son: adelgazamiento, detención del conocimiento, palidez, pesimismo, falta de capacidad e interés por el estudio, el trabajo y

---

<sup>8</sup> ESQUIVEL, Hernández Rosa, et. Al. Aspectos básicos de nutrición, p. 17

<sup>9</sup> SARPE, Gran enciclopedia médica, p. 402

<sup>10</sup> ESQUIVEL Hernández Rosa, et. al. Op. Cit. p. 17

una disminución de las defensas del organismo que lo predisponen a encontrar enfermedades. “*Por lo contrario una excesiva ingestión de alimentación cargados de carbohidratos producen un trastorno denominado obesidad a lo que se define como: el excesivo acumulamiento de grasas en el cuerpo*”.<sup>11</sup>

#### **1.4 El cuidado de la salud**

Como todos sabemos, una buena alimentación es indispensable para el mantenimiento de la salud y la calidad de vida, pues de su proporción y variedad depende que el organismo humano obtenga los nutrimentos necesarios para el buen desempeño de todas sus funciones. Así mismo, una adecuada nutrición esta directamente relacionada con la eficaz respuesta de sistema inmunológico ante el ataque de diversos microbios (como bacterias y virus) causantes de enfermedades y es la mejor garantía de un óptimo y rendimiento físico e intelectual.

##### *Clasificación de los alimentos*

De una buena nutrición depende, en parte la salud del individuo, su crecimiento y desarrollo normales, su eficiencia en el trabajo, ya sea mental o físico y en general, su actitud frente a la vida. Para tal efecto, será necesario conocer las clasificaciones los alimentos es decir, comprender y facilitar su uso, en base alas características químicas, importancia cualitativa y cuantitativa en la dieta (carbohidratos, proteínas, grasas, minerales y vitaminas), porque una nueva dieta debe ser suficiente, completa, equilibrada y adecuada.

En lo concerniente a la clasificación de los alimentos, especialistas en nutrición los clasifican de la siguiente manera:

#### **Clasificación de los alimentos**

Grupo de alimentos	Ejemplos:	Aporte al organismo	
Cereales y tubérculos	Arroz, papa, tortillas, bolillo	Fibra, hierro, vitamina E, tiamina, Vitamina B6	Contribuye a mantener sanas la vista, la piel y las mucosas
Semilla de	Frijoles	Hierro, tiamina,	Contribuye en la

<sup>11</sup> *Ibíd.* p. 13



leguminosas, tejidos de animales, leche, huevo.		riboflavina, niacina, pirido, doxina y fibra,	formación de los huesos, glóbulos rojos de la sangre.
Tejidos vegetales frescos	Cítricos y verduras	Vitamina K, ácido fólico y calcio.	Favorece la cicatrización manteniendo fuertes las paredes de las células y los capilares.

El crecimiento y el desarrollo son los principales fenómenos biológicos que se efectúan en el organismo del niño, por lo que debe consumir una alimentación adecuada que lo ayude a mantener un equilibrio en su estado de salud, en la que deben figurar en su dieta diaria todos los nutrimentos necesarios como proteínas, lípidos, carbohidratos, sales minerales, vitaminas y agua, puesto que todos los mencionados son indispensables para asegurar un óptimo crecimiento somático, así como el desarrollo psicomotor, óseo e inmunológico.

Es preocupante que se observa día con día en la mayoría de los niños que pasan por nuestras aulas, reflejan características de una inadecuada alimentación que no cumplen en lo más mínimo en cantidad y calidad proteica que su organismo requiere, manifestando rasgos característicos de una mal nutrición; como la desnutrición y la obesidad, misma que se entiende como *"Un estado anormal capaz de producir enfermedad, en la cual se presenta deficiencia o exceso absoluto o relativo de uno o más nutrientes..."*<sup>12</sup>.

### **1.5 Factores de la nutrición**

Las causas que conllevan a una mala nutrición se derivan de tres factores:

- Agente
- Huésped
- Medio ambiente

---

<sup>12</sup> ESQUIVEL, Hernández Rosa, et. al. Aspectos básicos de la nutrición. p. 84

### *Agente*

- El agente fundamental de la mala nutrición es la desnutrición que es una deficiencia de alimentos, que carecen de nutrientes necesarios para el organismo. Esta deficiencia se podría relacionar con:
- Que la cantidad de alimentos ingeridos sea menor a la necesaria.
- Que los alimentos consumidos en su dieta diaria carezcan de valor nutritivo o calórico.

La obesidad es causa de una mala nutrición, se debe al excesivo consumo de algunos nutrientes que se van almacenando en el organismo como la grasa, que se manifiesta con el aumento de peso provocándole trastornos en el corazón, respiración y circulación de la sangre.

### *Huésped*

Es el individuo que sufre de mal nutrición, su organismo no cuenta con las defensas necesarias que producen los nutrientes, siendo así presa fácil a diferentes enfermedades como:

- Infecciones alérgicas o trastornos endocrinos.
- Algún defecto morfológico, (paladar hundido o malformación de glándulas )
- Alteración o disminución de nutrientes durante el crecimiento por una menor o mayor actividad física.
- Fracturas socioculturales; ignorancia de las necesidades nutricionales del valor calórico o nutritivo de los alimentos así como malos hábitos alimenticios.

### *Medio Ambiente*

La ignorancia y la pobreza han sido las condiciones sociales determinantes de la desnutrición, el que exista alimento disponible en la familia, su consumo y aprovechamiento biológico dependen de un sin fin de variables; como el desconocimiento de una adecuada orientación ecológica que trae como consecuencia otros factores que determinan la desnutrición en el niño.

*“Saneamiento, contaminación de los alimentos que al ser consumidos producen enfermedades.*

*Cultura, los malos hábitos alimenticios y la pobre educación nutricional obstaculizan una adecuada nutrición.*

*Factores socioeconómicos, la pobreza y el desempleo pueden generar carencias en el consumo de alimentos.*

*Agricultura y ganadería, los recursos naturales y la tecnología del país influyen en la calidad de los alimentos.”<sup>13</sup>*

Debemos tomar en cuenta, que el escolar requiere de mayor atención por parte de sus padres, si se quiere que alcancen un crecimiento y desarrollo óptimo; propiciando medidas que tiendan a mejorar sus hábitos de alimentación y obtener información por diferentes medios con respecto a las propiedades y características de los alimentos.

El escolar se encuentra en una etapa de crecimiento, por lo que requiere de una dieta completa, suficiente, equilibrada y adecuada, que debe llevar los nutrimentos necesarios a las células del organismo para que el crecimiento sea favorable.

Por otra parte, resulta ya fuera de duda el hecho de que la desnutrición a una edad temprana de la vida da lugar aun pobre desarrollo intelectual.

En este sentido es necesario recordar que; "El desarrollo tecnológico de un país solo es posible si el desarrollo físico y mental de su población ha ido óptimo"<sup>14</sup>

## **1.6 Trastornos de la nutrición**

Los expertos que se han dedicado a investigar el problema de la desnutrición en los países en vías de desarrollo como lo es México, lo han considerado como uno de los principales obstáculos para el desarrollo; por lo tanto es muy importante analizar los trastornos de la nutrición y la obesidad que han sido en los últimos años de gran importancia en nuestro país "la mala nutrición es un estado anormal capaz de producir enfermedad, en la cual se presenta deficiencia o exceso absoluto o relativo, de uno o más

---

<sup>13</sup> Ibid. p. 55

<sup>14</sup> Ibidem

nutrimentos en la célula"<sup>15</sup>

Existen dos formas generales de la mala nutrición: la desnutrición y la obesidad, considerando la primera como un estado deficiente de nutrimentos que afecta el aporte y metabolismo de los principios alimenticios, se le conoce como el hambre de los tejidos por la ausencia de proteínas, vitaminas, iones inorgánicos y calorías produciendo en los niños enfermedades .

En un ambiente contaminado se producen infecciones y parasitosis múltiples ya que no existe resistencia de parte de los órganos; desde el punto médico la desnutrición se ha clasificado con los siguientes criterios con base en su origen: desnutrición primaria, desnutrición secundaria y desnutrición mixta.

Otro criterio es basado en las alteraciones en el peso teórico ideal y la talla, clasificándose en desnutrición de segundo grado y desnutrición de tercer grado. A continuación exponemos las características de estos conceptos, con base a su origen:

#### *Desnutrición primaria*

Se produce cuando existe una insuficiencia de alimentos. El organismo se desnutre porque no recibe la cantidad suficiente de alimentos o calidad adecuada de ellos. Es considerada, por tanto, como el aporte inadecuado cualitativo y cuantitativa mente de nutrimentos.

#### *Desnutrición secundaria*

Es aquella en la que el aporte nutritivo puede ser el adecuado, pero existe una alteración patológica que afecta el organismo e impide una correcta digestión, absorción o utilización de los nutrimentos.

#### *Desnutrición mixta*

Se presenta cuando se combinan las dos anteriores, es decir, la ingestión insuficiente de los alimentos, provoca trastornos biológicos, los cuales, a su vez impiden la utilización de la poca cantidad de los alimentos que se consumen, creando un círculo vicioso que

---

<sup>15</sup> BOURGES, Héctor, Op. Cit. p. 31

conlleva a una desnutrición aguda o crónica, dependiendo del tiempo que persistan estas condiciones.

Según las alteraciones en el peso teórico ideal y la talla, la desnutrición se clasifica en:

#### *Desnutrición de primer grado*

Aquí existe una disminución del peso del 10 al 25% y reduce su actividad física y mental del individuo. Puede mejorar siempre y cuando se mejore su alimentación.

#### *Desnutrición de segundo grado:*

En esta se observa una disminución de peso del 26 al 40%, se presenta deficiencia en la actividad física y mental, además alteraciones bioquímicas y morfológicas en los tejidos. En reversible cuando se mejora la nutrición en la persona.

#### *Desnutrición de tercer grado*

Esta se presenta cuando se tiene un peso mayor del 40%, se manifiestan las alteraciones anteriores y aumentan las alteraciones funcionales y morfológicas, siendo la mayoría irreversibles.

## **CAPÍTULO II**

### **ENFOQUES TEÓRICO-METODOLÓGICOS DEL APRENDIZAJE Y LA ENSEÑANZA EN PREESCOLAR**

#### **1.1 Enfoque Psicogenético**

El enfoque psicogenético acerca del aprendizaje considera que tanto la inteligencia, como la afectividad y el conocimiento se construyen progresivamente a partir de las acciones que el niño desarrolla sobre los objetos de su realidad. "El desarrollo del niño, entonces es el resultado de la interacción del niño con su medio ambiente y de la maduración orgánica".<sup>16</sup>

Tocando al jardín de niños asumir la etapa del preescolar. Consciente que el niño es una persona con características propias de su modo de pensar y sentir que necesita ser respetado por todos, y para quien debe de crearse un medio que favorezca sus relaciones con otros niños, que respete su ritmo de desarrollo individual, tanto emocional, como intelectual con una organización didáctica que facilite su incorporación gradual a la vida social, tomando como referencia para su conocimiento progresivo del mundo socio-cultural y natural que trae como antecedente y que se ampliará a través de actividades que contribuyan ala construcción de su pensamiento.

Se puede afirmar que el niño en su desarrollo orgánico, y en su interacción con su medio que lo rodea transforma constantemente su conocimiento cada vez más profundo siendo esto determinante para la evolución individual de su conocimiento.

Reafirmando que una acción pedagógica es la que se deriva de un enfoque psicogenético acerca de la naturaleza del proceso de aprendizaje, la cual incorporará en su análisis no solo los aspectos externos al individuo y los efectos que en él producen, sino cuál es el proceso interno que se va operando, cómo se van construyendo el conocimiento y la inteligencia en la interacción del niño y su realidad, y por ende la relación que se establece entre el niño que aprende y lo que aprende.

---

<sup>16</sup> SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA. Programa de Educación preescolar. Libro I. Planificación general del programa. p. II

*"El aprendizaje es un proceso que permite a los organismos vivos modificar su comportamiento de manera suficientemente rápido y permanente, para que dicha modificación no tenga que repetirse a cada nueva situación".<sup>17</sup>*

### **2.1.1 Teoría Psicogenética de Jean Piaget**

Desde la perspectiva teórica de la psicogenética, el niño en edad de preescolar se encuentra en una etapa donde se presentan los inicios de la interiorización de los esquemas de acción en representaciones, es cuando el niño recién comienza a construir el mundo en su propia mente, es decir, comienza a tener la capacidad de construir sus propias ideas de todo lo que le rodea.

Por tal efecto, desde la perspectiva de la teoría psicogenética de Jean Piaget se manifiesta que la educación: "... consiste en la adaptación del niño a su ambiente social y sustrae el pensamiento del niño, es cualitativamente diferente del pensamiento, para ayudar a los niños a socializar se en todos los ámbitos, para construir sus propios procesos y lograr una coherencia Intelectual."<sup>18</sup>

Jean Piaget conocido epistemólogo-psicólogo infantil, zoólogo, matemático y filósofo orientó sus investigaciones hacia el intento de entender qué es el conocimiento y como aprendemos, razón que lo llevó al estudio de los procesos de razonamiento de los niños.

Piaget descubrió que el niño concibe su mundo y los fenómenos naturales en función de sus propias experiencias y gradualmente modifica sus ideas para adecuarlas a la realidad objetiva. En esta teoría se define el desarrollo del pensamiento lógico en etapas por la que pasan individuos en una progresión ordenada, variando solo el tiempo que se presentan, puesto que la maduración, las experiencias con el medio, la transmisión social y la equilibración determinan el ritmo evolutivo de cada ser humano.

La Psicogenética concibe al niño como un ser que aprende por si mismo, y la educación debe llevar a la reflexión, la crítica, la creación y la transformación. El niño es considerado como una persona diferente del adulto con una gran cantidad de ideas sobre su

---

<sup>17</sup> SANTILLANA. Diccionario de las ciencias de la educación p. 1288;

<sup>18</sup> GÓMEZ PALACIO, Margarita. El niño y sus primeros años en la escuela p. 37.

mundo. Postula que los seres humanos heredan dos tendencias básicas: la organización, tendencias a sistematizar y combinar los procesos en sistemas coherentes y la adaptación, tendencia a integrarse al ambiente.

También considera que lo mismo que el proceso biológico de la digestión puede transformar los alimentos para que sean aprovechados por el cuerpo, los procesos intelectuales transforman las experiencias de tal manera que el niño los puede aplicar al enfrentarse a situaciones nuevas, que le presenta su realidad.

En la misma forma que los procesos biológicos se deben de mantener en un estado de equilibrio (homeostasis), los procesos intelectuales buscan este estado, por medio del proceso de equilibración.

La organización, la adaptación y la equilibración son tendencias básicas, pero la forma fundamental en que un niño transforma las experiencias en conocimientos, tiene lugar por medio de los procesos de asimilación y acomodación que hacen posible la adaptación.

*"La adaptación es un proceso doble, que consiste en adquirir información y en cambiar las estructuras cognitivas previamente establecidas hasta adaptarlas a la nueva información que se percibe. La adaptación es el mecanismo por medio del cual una persona se ajusta a su medio ambiente. El proceso de adquisición de información se llama asimilación, el proceso de cambio, a la luz de la nueva información, de las estructuras cognitivas establecidas, se llama acomodación"<sup>19</sup>*

#### *La equilibración*

Es una forma de autorregulación, que estimula a los niños a aportar coherencia y estabilidad a su concepto del mundo y hacer comprensibles las inconstancias de la experiencia.

#### *La asimilación*

Se refiere, al proceso por medio del cual los elementos del ambiente son incorporados a la estructura cognitiva del niño.

---

<sup>19</sup> PIAGET, Jean. "Desarrollo Cognitivo". En Océano. Enciclopedia de Psicopedagogía p.66



### *La acomodación*

Se refiere, a la forma en que el individuo modifica el concepto del mundo, al ir incorporando experiencias nuevas y alternando respuestas a los objetos del conocimiento.

Al asimilar y acomodar a través de la experiencia los objetos de conocimiento y surgir aun patrón organizado, Piaget dice, se ha desarrollado un esquema cognitivo.

Es la interacción con el objeto, lo que permite al niño organizar e integrar esquemas. Con la asimilación y acomodación de esquemas anteriores y la comprensión de las cualidades comunes o diferenciales se desarrollan conceptos cognoscitivos.

### **2.1.2 Etapas del desarrollo del pensamiento**

La forma como se organiza y adapta al ser humano a las experiencias ambientales se manifiesta a través del proceso del desarrollo el que Piaget describe como una serie de etapas las cuales resaltan los planteamientos siguientes:

- ❖ Cada etapa incluye un periodo de formación, es un logro en sí misma y sirve de punto de partida para la siguiente.
- ❖ El paso de una a otra es gradual no hay un rompimiento, ni se dan tajantemente las secuencias.
- ❖ Las estructuras y las operaciones cognoscitivas se continúan en cada periodo se conservan las del anterior y sirven de base a las transformaciones subsecuentes.
- ❖ La edad en que se logra cada etapa es variable y en ello hay una influencia ambiental determinante.

Este proceso requiere de la acción del sujeto sobre las cosas Piaget lo aclara cuando afirma que desde los niveles más elementales del desarrollo, el conocimiento no es jamás copia pasiva de la realidad externa, pálido reflejo de la transformación social, sino la creación continua, asimilación transformadora. El niño tenderá a interactuar con los objetos para conocerlos y formar sus propias estructuras.

Piaget dividió su estudio del proceso del desarrollo, en diferentes etapas de acuerdo

a las características prevalecientes en ciertas edades y guiado por sus cuidadosas observaciones.

<b>ESTADIO</b>	<b>EDAD</b>	<b>CARACTERÍSTICAS.</b>
Senso-motor	0 a 2 años	Egocentrismo Reacciones circulares primarias, secundarias, terciarias. Experimentación Imitación
Preoperatorio	2 a 7 años	Pensamiento simbólico perceptual Simbolismo no verbal Investigación Pensamiento unidimensional Razonamiento trasductivo Reversibilidad
Operaciones concretas	7 a 11 años	Conserva e un modo constante Clasifica y ordena rápidamente y fácilmente Experimenta de modo casi sistemático
Operaciones formales	11 a 15 años	Lógica combinatoria Razonamiento hipotético Uso de supuestos Razonamiento proporcional Experimentación científica

*Periodo Sensomotriz.*

(Del nacimiento hasta los 24 meses aproximadamente)

En este periodo, el niño no tiene conciencia del yo y del yo no, de lo que forma parte de él mismo y de lo que forma parte de su entorno. El punto de partida de sus conocimientos parte de los modelos innatos de conducta, como la succión, presión y su tosca actividad corporal.

No tiene sentido de permanencia; es decir, mientras tenga a la vista un objeto, existe y en el momento que desaparezca deja de existir para él. Su pensamiento se encuentra circunscrito a sus experiencias sensoriomotrices y es de su exclusividad, las experiencias

ajenas no le sirven, ni las comprende.

En el momento que adquiere el lenguaje amplía su mundo, y el dominio de la caminata le conduce a otra dimensión del mundo, así a los dos años ya se ubica un objeto separado de su persona y lo recuerda en ausencia, es decir se inicia la descentración, se encuentra preparado para el siguiente periodo.

### *Periodo Preoperatorio*

(De los dos a los seis años aproximadamente)

En esta edad el niño se guía principalmente por la intuición más que por la lógica, es un tipo de pensamiento llamado por pensamiento simbólico conceptual, que consta de dos componentes, simbolismo no verbal y simbolismo verbal.

El simbolismo no verbal es cuando el niño utiliza los objetos con fines diferentes para los que fueron creados: una silla vuelta al revés es una elegante casa, un pedazo de madera o palo de escoba es una ametralladora o un telescopio, etc. , a medida que progresan en la utilización de simbolismos no verbales pueden ir conformando situaciones y ambientes, caso que no se puede dar en el estadio senso-motor, puesto que estos niños se encuentran centrados u poco mas en la realidad inmediata y son menos capaces de entender y utilizar el simbolismo.

### *Subperiodo preconceptual*

(De los dos a los cuatro años)

En este momento el niño parece ser un investigador permanente, investiga su ambiente de tal manera, que todos los días recrea nuevos símbolos que utiliza en la comunicación consigo mismo y con otros. Estos símbolos tienen todavía una interpretación personal para el niño, debido a que los significados para él son diferentes que para el adulto, a pesar que utiliza el mismo lenguaje no siempre tiene el mismo marco referencial para comunicarse, porque el pensamiento del niño es preconceptual y del adulto está estructurado.

La relación lúdica que practica el niño para relacionarse con el medio ambiente lo ubica en el centro de todas las acciones y los objetos, por lo tanto él es centro del mundo que está construyendo. El niño conoce lo que percibe, no sabe de alternativas, percibe el

aspecto social y físico según experiencias previas que ha tenido de ellos, es inevitable que durante esta fase la asimilación sea su actividad mental básica, de lo contrario no podrá incorporar las nuevas experiencias que lo conducirán a una amplia panorámica del mundo.

“El niño ya no necesita actuar en todas las situaciones de manera externa, las acciones se hacen externas a medida que pueda representar cada vez mejor un objeto o evento por medio de su imagen mental y de una palabra”<sup>20</sup>

El juego ocupa la mayor parte de las horas que no duerme, el juego le sirve para afirmar y ampliar las adquisiciones anteriores ya que es la herramienta más importante para su adaptación.

El juego simbólico se caracteriza por su acentuado carácter egocéntrico y para el niño su juego es real, para el adulto por lo contrario el juego del niño es fantasía (un trozo de madera es una muñeca, un avión o un caballo).

El lenguaje es también un medio para su desarrollo. El niño repite palabras y las relaciona con objetos visibles o acciones vivenciadas y experimenta su mundo exclusivamente desde su punto de vista egocéntrico.

Es el lenguaje quien reemplaza al desarrollo sensoriomotor, ahora su pensamiento se convierte en palabras, en la comunicación establece un vínculo mediante el lenguaje verbal o no verbal entre el pensamiento y la palabra. Por lo tanto, aquel juego que implique uso del lenguaje e imitación, lo llevará a la comunicación con el mundo exterior, para su propia socialización.

El niño a los dos años, tiene un pensamiento totalmente egocéntrico porque se basa en la autoreferencia, a medida en que se ve involucrado en un incidente u otro.

El uso del lenguaje le proporciona al niño una idea de proximidad dirigida a sí mismo, teniendo relación para él todo lo que suceda en forma secuencial, es decir el niño intuye que un hecho seguido de otro, debe de tener relación de proximidad o casualidad. En este momento de su vida el niño tiene en su pensamiento configuraciones preceptuales, a partir de la repetición experiencias:

- Cualquier cambio en la configuración modifica la predicción, y por ello no hay conservación generalizada.
- El pensamiento es irreversible.

---

<sup>20</sup> LABINOWICZ, Ed. Introducción a Piaget. P. 67

- Solo hay conciencia de las relaciones percibidas o concretas, pero no conoce aún ningún sistema de posibles transformaciones de estas relaciones y por lo tanto para él no tiene importancia el cambio de una configuración a otra, (estos cambios llegan a ser comprendidos como aporte de acciones, pero de acciones reversibles, más adelante).
- La interpretación de la vida es absolutamente clara desde su propia lógica, o sea desde su punto de vista.
- El niño juzga lo ocurrido de acuerdo a su apariencia exterior, siendo un proceso a nivel intuitivo de internalización y simbolización que permitirá más tarde el razonamiento, que se origina en el nivel sensoriomotor.
- El niño realiza experiencias en el mismo aspecto cualitativo o cuantitativo, sin percibir las dos al mismo tiempo o una relación entre ellas. Aún no ha llegado el niño a relacionar conceptos de objetos, espacio y casualidad, con un concepto de tiempo, él ve volumen pero no altura, forma pero no consistencia, solo percibe una característica a la vez.

El niño adjudica a otra persona o a los objetos un poder que no tiene porque su pensamiento la incapacidad de diferenciar entre sus propios actos y los del objeto.

Alrededor de los tres años el niño atraviesa por un período de negativismo, el modelo elegido por él suele ser adulto que le cuida y a quién obedece por la combinación de amor y miedo, que le proporciona un fundamento de conciencia moral.

El nivel de identificación que se forma con la combinación de imitación y de sentimientos, de temor y de obediencia hacia el modelo, proviene de la constante experiencia del niño con los adultos que son las personas más cercanas que el niño conoce y puede incorporar a su esquema intelectual y afectivo.

El niño aplica la necesidad de obedecer a su conducta de juego. Así como la obediencia a los adultos está en el orden natural de las cosas, también las reglas del juego son intocables. Por consiguiente ganar significa hacer las cosas eficazmente, y no se le hace contradictorio que varios niños triunfen al mismo tiempo.

Las normas morales son interpretadas en forma literal, así que cuando se le indica, que “sea bueno”, se confunde porque está acostumbrado a recibir órdenes específicas, “ser

bueno” no le aclara una acción concreta y ese concepto al no comprenderlo lo confunde.

El juego simbólico se une al uso del lenguaje ya que en ambos se utilizan símbolos sociales como la palabra, que no nace solo sino que a partir de la organización de los esquemas que se formaron gracias a las experiencias sensoriomotrices y complementan conceptos de los objetos que se pueden manejar físicamente.

Cuando el niño utiliza mejor su vocabulario tendrá estructurados mayor número de conceptos. El niño de dos a cuatro años utiliza preconceptos, dadas las características descritas y que están en la antesala de la abstracción propiamente dicha.

El pensamiento del niño es diferente de la lógica adulta, pero finalmente tiene su propia lógica para explicarse las cosas en forma coincidente a sus incipientes estructuras.

#### *Subperiodo del pensamiento intuitivo*

(De los 4 a los 7 años de edad aproximadamente)

Tiene como característica una mayor integración social, por la repetida convivencia con otras personas, lo que le permite ir reduciendo poco a poco su egocentrismo.

Jean Piaget describe este subperiodo como prolongación del anterior porque abarca el pensamiento preconceptual y los dos forman un puente entre la aceptación pasiva del medio ambiente, tal y como el niño lo percibe y su capacidad de interacción con él en forma realista.

En este momento el lenguaje es su principal arma, que utiliza para expresar sus deseos, aunque su pensamiento tiene que coordinar perspectivas de diferentes individuos, incluido él mismo y su comportamiento es similar al de los mayores continúa con características irreversibles pero ya exhibe los primeros inicios reales de razonamiento.

A esta edad su pensamiento consiste sobre todo en la verbalización de sus procesos mentales, anteriormente utilizaba su aparato motor para expresar su pensamiento, ahora emplea el lenguaje aunque persiste su egocentrismo, por lo tanto su percepción e interpretación del medio están marcados por preceptos que estarán opuestos al del adulto, y al del mismo mundo, el solo puede pensar en una idea a la vez.

El niño trata de lograr un equilibrio entre su asimilación y acomodación, por lo que está tratando de adaptar las nuevas experiencias a sus estructuras de pensamiento previas, sin embargo, su interés se acentúa cada vez más en los hechos que ocurren, produciendo

mayor asimilación, una organización .incipiente de su conocimiento de expansión ayuda al niño a obtener la capacidad de generalizar con más precisión su experiencia mental, así por ejemplo, él debe de entender primero el concepto de "caballo" para después comprender el concepto de "animal de granja". Para el niño es difícil comprender dos ideas a un mismo tiempo, ya que no es capaz aún de relacionar el todo de una experiencia con las partes.

Esto se debe a que el educando no puede sintetizar las partes y el todo en un conjunto relacionado estas entre si, por ejemplo si el ve una locomotora en movimiento y ésta hecha humo, estas dos acciones las relaciona como movimiento-humo causa y efecto es decir yuxtapone.

Poco a poco el pensamiento del niño va teniendo mayor acomodación al integrar sus esquemas ya formados los hechos nuevos a los que enfrenta, reduciendo así su egocentrismo. Un infante a esta edad juega a contar aunque no tenga el concepto de número, el que logrará al dominar los principios de la conservación de la cantidad, compensación y permanencia de los objetos en el espacio.

El "realismo" y el "animismo" de esta etapa son producto de su escasa maduración, que limita la reflexión en cuanto a las causas y efectos de los fenómenos físicos y que el niño se los explica mentalmente y solamente en función de los que percibe, lo cual constituye su única realidad.

El pensamiento intuitivo del niño le da una conciencia rudimentaria de las relaciones. La intuición se basa en la interiorización primaria de lo que percibe y de las imágenes que ha ido formando gracias a las experiencias sensoriomotoras, que forman esquemas sin relación consciente para el pequeño.

El niño se basa en hechos concretos, considera que su familia está integrada por todas las personas y animales domésticos que habitan bajo el mismo techo, pero si le es difícil comprender que al mismo tiempo pertenece a una localidad, aun país, al mundo, es decir, no tiene sentido de pertenencia, o de inclusión de clases.

Para el niño de 4 años aproximadamente, el lenguaje es de suma importancia ya que suele discutir su preferencia por un objeto y su defensa será más fuerte entre mayor sea el número de palabras que utilice, lo que para él significa "a mayor número de palabras, mayores razones".

El juego es ahora más social pero aún no alcanza a dominar su egocentrismo por lo

que el juego simbólico es todavía preponderante, sin embargo ya se integra a juegos grupales como juegos tradicionales, y algunos de reglas, las que en algunos casos son modificadas o no aceptadas por él. En este sentido se puede afirmar que en cuanto más acentuados sea la acomodación de la realidad, por lo tanto mayor será la posibilidad de adaptación lo que le permite integrarse con mayor facilidad a actividades grupales.

Las obligaciones morales, impuestas por los adultos, van ligadas a las personas o cosas: "los cerillos no se tocan", "obedece a los mayores", "no digas malas palabras". Cuando el niño sigue estas consignas se le dice que es "bueno" y si hace lo contrario es "malo".

Así cuando los adultos no mantienen un patrón de conducta lógico e invariable, el niño tiene un conflicto porque no comprende la esencia de las normas morales.

La conciencia de su "yo" nace de la internalización de su realidad, tal como la concibe la conciencia primitiva, y el no de la asociación y las relaciones de contenidos determinados. El niño tiene gran interés en sí mismo es decir un egocentrismo y una pseudomoral propia.

Podemos concluir que en el niño existe una forma diferente a la del adulto de conceptualizar el mundo, debido a las incipientes estructuras que posee a esta edad. De hecho percibe la misma realidad que el adulto, pero la ubica de manera diferente. Lo que para nosotros pertenece al universo, el niño lo sitúa en sí mismo o en nosotros y viceversa, la explicación clara que se da es muy compleja para él.

El niño es de naturaleza muy sensible, observador de las conductas, lenguaje y costumbres en general, pero al mismo tiempo está muy poco consciente de su propio yo, porque toma como objetivo cada uno de sus sentimientos.

#### *Periodo de las operaciones concretas*

(De los 7 a los 11 años aproximadamente)

Al finalizar la etapa anterior el niño comienza a concienciar ciertas relaciones de su lugar en la sociedad que le rodea y es necesario que su pensamiento sea reversible para que se percate de que un hecho tiene múltiples perspectivas.

La reversibilidad presenta la posibilidad constante de retornar al punto inicial de la acción efectuada internamente y viceversa, dando como resultado, que el pequeño



alcanzará un nivel de pensamiento operacional capacidad mental de ordenar y relacionar la experiencia obtenida como un todo organizado.

Según Piaget, el cambio sucede en la mente del niño como consecuencia del gran cambio estructural que va ligado a su maduración, aproximadamente después de los seis años de edad, requieren de una percepción concreta para su lógica interna y las experiencias que el niño va teniendo con su medio físico y Social, y las abstracciones que va haciendo de ellas, le auxiliarán para elaborar procedimientos y conceptualizaciones cada vez más elaboradas.

Otro paso fundamental será cuando el niño forme esquemas de clasificación, en el que cada objeto forma parte o está incluido en un grupo mayor. Paralelamente a la clasificación surge en el niño la Posibilidad de seriar objetos del más grande al más pequeño o viceversa, esquemas que le permitirán los conceptos con más claridad.

Otro aspecto importante es que en este periodo el niño pasa de un modo de pensamiento inductivo a otro deductivo. En sus operaciones mentales, su razonamiento se basa en el conocimiento de un conjunto más amplio y en la relación lógica que hay en él y los conjuntos que lo formaron, descubre explicaciones que se relaciona con objetos y los hechos de su mundo pasa de lo mágico a lo científico.

Posteriormente, el desarrollo de las capacidades mentales para formar las operaciones concretas se dan en el niño secuencialmente, y pasa de la experiencia más sencilla a la más compleja, así como de la más próxima a la más remota. Además, ahora cuenta con más puntos de referencia para la explicación y comunicación de sus pensamientos, sus experiencias y ya no son el centro de la vida sino que forman parte de ella. Ahora trata de entender pautas diferentes de conductas sociales, y el juego y la conversación dejan de ser medios primarios de auto-expresión para comprender el mundo físico y social.

El sentido de igualdad muestra un sentido de autonomía, en el niño de 9 a 12 años aproximadamente de observa asimismo y juzga a los demás como personas que actúan por sí mismas y cuando se viola la reciprocidad del respeto le molesta profundamente, lo que puede ser motivo de las mentiras conscientes como negación al respeto.

### *Período de Operaciones Formales*

(De los 11 años en adelante.)

En esta última fase del desarrollo intelectual, la niñez termina, nace la adolescencia y la juventud se inicia. El pensamiento sufre un giro de tal manera que ahora elabora teorías más allá de la realidad y sobre todo se complica especialmente, con reflexiones acerca de lo que es y lo que debería ser de acuerdo a sus ideales.

Debido a que los procesos de asimilación y acomodación en esta etapa final encuentran un equilibrio integrándose como procesos que funcionan sistemáticamente, son considerados como la parte esencial del funcionamiento humano propiamente dicho.

La concepción que el adolescente tiene de la geometría es una secuencia definida del desarrollo cognitivo, que influye en la formación de sus conceptos. Los conceptos geométricos secuenciados que se construyen (espacio, tiempo, realidad, número, orden, medida, forma y magnitud, movimiento, velocidad, fuerza y energía) influyen no sólo en problemas de relación social, sino en todas las ramas del conocimiento, porque se refieren a la relatividad, el equilibrio y la igualdad entre conceptos, acciones y reacciones. Es así que las consecuencias de esta evolución marcan que su pensamiento ya no parte de lo concreto a lo abstracto, sino que parte de hipótesis que le conducen al establecimiento de verificaciones reales.

El joven tiende a pensar y razonar con proposiciones más que con símbolos, ya que la deducción lógica es un nuevo instrumento. Piaget señala que hasta esta etapa se empieza a cristalizar la personalidad del individuo, porque es cuando el pensamiento hipotético deductivo, sabe definir reglas y valores formula hipótesis, se pueden someter a una disciplina social y elabora su plan de vida.

#### **2.1.3 La teoría evolutiva de Henry Wallon**

Entre los cuestionamientos que nos planteamos al inicio de nuestra investigación esta el cómo propiciar en el niño el conocimiento del valor nutritivo de los alimentos; y consideramos que nos podemos apoyar en los planteamientos de Henry Wallon acerca del desarrollo evolutivo del niño.

La explicación Walloniana del desarrollo es una labor de integración, un esfuerzo por revelar las interacciones dialécticas que integran cada uno de los aspectos y momentos

de la evolución infantil. Su trabajo es una aproximación concreta y genética de la totalidad del niño. Se sitúa en la línea de aquellos que tratan de explicar el individuo no por sí mismo sino por las condiciones que sobre él actúa y señala que el niño *“lejos de ser un sistema cerrado, se encuentra, de entrada, sin cohesión íntima y lanzado sin el menor control a las influencias fortuitas”*<sup>21</sup>

Podemos enunciar que el niño y su medio son inseparables, siendo uno el complemento necesario del otro y siendo indispensable su mutua interacción por la complementariedad que existe entre lo biológico y lo social, por lo tanto, la vida psíquica no puede ser abordada sino bajo la forma de sus relaciones recíprocas.

Por otra parte Wallon afirma que entre el organismo y el medio existe una continuidad, o más exactamente, una unidad; no hay ninguna dependencia mecánica de la una, respecto a la otra. Se manifiesta simultáneamente, en todos los niveles de la evolución, por acciones recíprocas del sujeto y el medio, por lo tanto, el entorno más importante para la formación de la personalidad no es el entorno físico sino el social.

Otro planteamiento walloniano es que hay momentos en la vida del niño en los cuales las condiciones posibilitan un nuevo orden que, sin suprimir las conductas anteriores, se orienta y organiza toda la actividad del niño. Las crisis evolutivas son verdaderas reestructuraciones de la conducta infantil.

Por otro lado la relación entre el niño y el medio no es estática y uniforme, pues los modos y los caracteres de su interacción varían con la edad del niño y los cambios del medio y, además determinadas capacidades y actitudes infantiles que se ven potenciadas o inhibidas según la naturaleza del medio distinto casi por cada niño y para cada edad.

Tres conceptos claves nos pueden servir por concientizar su punto de vista: preponderancia, alternancia e integración funcional. Cada etapa del desarrollo está caracterizada por una actividad preponderante; como síntesis de los procesos de diferenciación y agrupamiento, al yo le corresponde integrar las actividades más primitivas en las más recientes, actuando a modo de un circuito interno dinámico, en cuyo seno se operan las síntesis que tienen lugar como resultado de la dialéctica evolutiva.

El polo opuesto a la integración es la diferenciación y en cada una de ellas lleva a la

---

<sup>21</sup> WALLON, Henry. Desarrollo del niño. p. 281

otra en sí de manera potencial; así es como el desarrollo tiene lugar.

*"En la sucesión de sus edades, es siempre el mismo ser en curso de metamorfosis. Hecha de contrastes y de conflictos, la unidad infantil será tanto más susceptible de ampliaciones y de novedades"*<sup>22</sup>

Wallon clasificó el desarrollo del niño en etapas, a las cuales él las llamó estadios del desarrollo:

- *Primero: Estadio impulsivo puro*
- *Segundo: Estadio emocional*
- *Tercero: Estadio motor o sensoriomotor*
- *Cuarto: Estadio proyectivo*
- *Quinto: Estadio del personalismo*

#### *Estadio impulsivo puro*

Al nacer, la principal característica del recién nacido es la actividad motora, como respuesta a los diferentes estímulos, no ejerce control en la respuesta.

Los límites de este estadio no son muy precisos, se da cuando prevalece otro tipo de conducta.

#### *Estadio emocional*

Establece sus primeras relaciones en función de sus necesidades elementales, el niño necesita muestras de afecto por quienes lo rodean.

#### *Estadio motor o sensoriomotor*

Aparece al final del primer año y al inicio del segundo, se concede importancia a dos aspectos, el andar y la palabra, que contribuye el cambio total del mundo infantil.

Define la actividad simbólica como la capacidad de atribuir a un objeto de representación (imaginada) y a su representación un signo (verbal), cosa que ya es definitiva a partir de un año y medio a dos años.

---

<sup>22</sup> WALLON, Henry, La evolución Psicológica, p. 267

### *Estadio proyectivo*

El niño tiene una necesidad de proyectarse en las cosas para percibirse a sí mismo, es decir, sin expresión motora, no capta el mundo exterior. La función motora es el instrumento de la conciencia.

### *Estadio del personalismo*

En éste llega a la "conciencia del yo" que nace a partir de cuando es capaz de tener formada una imagen de sí mismo, representación que una vez formada, se afirmará de una manera indudable con el negativismo y la crisis de oposición entre los dos años y medio y los tres en adelante.

Su toma de conciencia es frágil, se solidariza con la idea que tiene de sí mismo y con la constelación familiar en que está integrado, al llegar a la edad escolar, posee los medios intelectuales y la ocasión de individualizarse claramente.

La nueva vida social en que entra a formar parte, al llegar a la edad escolar le permite entablar nuevas relaciones con su entorno, relaciones que se van estableciendo progresivamente, aflojándose o fortaleciéndose según los intereses o las circunstancias.

Fase de personalidad polivalente, es cuando el niño puede participar simultáneamente en la vida de diversos grupos, sin hacer la misma función, ni ocupar el mismo puesto, se abren las posibilidades de las relaciones sociales, esto favorece en pleno su desarrollo y es cimiento de interés por la participación en equipo, el sentido de cooperación y solidaridad y su vida social. En este estadio se encuentran los niños del nivel preescolar, ya que lo que se describe concierne a las características que ello presenta.

Wallon recalca:

*“El trato favorece su pleno desarrollo y es cimiento del interés que, en el transcurso del tiempo, ha de tener por los demás y por la vida si sabe desarrollar al auténtico espíritu de equipo, el sentido de cooperación y solidaridad, y no el de denigración y rivalidad”<sup>23</sup>*

---

<sup>23</sup> AJURIAGUERRA, J. De. "Estadios del desarrollos según Wallon", en UPN Antología Desarrollo del niño y aprendizaje escolar, p. 126

## 2.2 Pedagogía Operatoria

En esta perspectiva de enseñanza, se relacionan los contenidos de la Psicología genética de Piaget y consiste en primer lugar en descubrir y explicar las formas más elementales del pensamiento humano desde sus orígenes, y segundo seguir su desarrollo ontogénico hasta los niveles de mayor elaboración y alcance, identificados por él con el pensamiento científico de la lógica formal.

Un componente fundamental del esquema piagetano y que es retomado en la pedagogía operatoria es el equilibrio cambiante, el cuál se refiere a que cualquier organismo vivo debe producir modificaciones tanto de su adaptación como de su organización de estructuras para permanecer estable y no desaparecer. Y en el aprendizaje el equilibrio es la condición ideal para que un alumno manifieste la adquisición de conocimientos.

La Pedagogía Operatoria se define como: *"el estudio de la génesis individual y colectiva para favorecerla y desarrollarla al igual que los demás procesos intelectuales del desarrollo infantil"*<sup>24</sup>

Como es sabido, la Pedagogía Operatoria se basa esencialmente en el desarrollo y capacidad que el niño va adquiriendo de su mundo externo e interno que lo conduce a descubrir el conocimiento como una necesidad de dar respuesta a los problemas de su realidad y que plantea la escuela, ya que establece relaciones sobre los acontecimientos y da coherencia lo cual se extiende no sólo en el campo intelectual, sino en lo afectivo y lo social donde aprendemos a saber actuar.

Cuando el niño comprende lo que hace la construyendo así su conocimiento, por lo que el interés del niño y la enseñanza deberán estar ligados para que el aprendizaje se dé de manera significativa, pues de esto dependerá su proceso constructivo.

Los lenguajes oral y escrito son medios de comunicación para relacionarse con los demás, y todo lo que observa lo puede interpretar de acuerdo a su propia lógica.

La pedagogía operatoria también se preocupa por el origen individual y colectivo del aprendizaje para favorecer y desarrollar los demás procesos intelectuales y sociales del

---

<sup>24</sup> SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA. "La teoría de Piaget y la enseñanza", en PACAEP Modulo Pedagógico, p. 104

niño respetando sus etapas de desarrollo cognoscitivo y aprovechando su potencialidad, ya que no podemos formar individuos pasivos.

Se debe dejar al niño a que formule sus propias hipótesis y sea el mismo quien las intente comprobar, permitiéndole intencionalmente que reflexione ante un hecho o situación pues si le ofrecemos el conocimiento ya hecho lo limitamos a que él resuelva o descubra resultados con comprensión lógica.

En este proceso de construcción del conocimiento, la pedagogía operatoria le asigna un papel especial al error que el niño comete en su interpretación de la realidad. No son considerados como faltas sino pasos necesarios en el proceso constructivo. Por lo que se contribuirá a desarrollar el conocimiento en la medida en que se tenga conciencia de que los errores del niño forman parte de su interpretación del mundo.

El alumno desempeña un papel activo en el proceso de enseñanza-aprendizaje, ya que se entiende este como un proceso de reconstrucción en el cual el sujeto organiza lo que se le proporciona de acuerdo con los instrumentos intelectuales que posee y de sus conocimientos anteriores. Sirviendo estos de apoyo en su proceso evolutivo.

El profesor debe asumir la función de orientar, guía o facilitador del aprendizaje ya que a partir del conocimiento de las características psicológicas del individuo en cada período del desarrollo, debe crear las condiciones óptimas para que se produzca una interacción constructiva entre el alumno y el objeto de conocimiento.

La concepción de que el conocimiento es una construcción que realiza el individuo a través con su actividad con el medio ayuda al niño a construir sus propios sistemas de pensamiento, para esto se requiere propiciar el desarrollo de la lógica de los actos del niño, de forma tal que sea el propio sujeto el que infiera el conocimiento de los objetos y fenómenos de la realidad, sin ofrecerlo como algo acabado o terminado.

Dentro de las actividades de educación preescolar la pedagogía operatoria tiene gran influencia en cuanto a la realización de las actividades. Actualmente la participación del niño es en todo momento activa ya que se propicia la experimentación y el trabajo por equipos donde los alumnos operan en situaciones reales sus hipótesis llegando así a nuevos conocimientos.

---

### 2.3 Método de proyectos

Este método es la propuesta metodológica institucional en la educación preescolar gracias a que se fundamenta en los beneficios del trabajo colectivo, retornando las posibilidades de expresión y realización individuales.

"Trabajar por proyectos permite colocar a los niños en otro lugar al que tradicionalmente se les da en el proceso educativo; es decir implica reconocer que pueden tener una participación inteligente y rica en significados propios, en todos los momentos de la realización de un proyecto, y que en esa participación se pone a prueba su potencial de desarrollo".<sup>25</sup>

El proyecto lo entendemos como una herramienta didáctica en el cual nos proponemos objetivos dependiendo del interés e inquietudes de los niños.

En el Programa de Educación Preescolar, el proyecto se define así:

"El proyecto es una organización de juegos y actividades propios de esta edad, que se desarrollan en torno a una pregunta, un problema, o a una realización de una actividad concreta.

Responde principalmente a las necesidades e intereses de los niños, y hace posible la atención a las exigencias del desarrollo en todos sus aspectos...

El proyecto tiene una organización desde el inicio del proyecto los niños y el docente planean grandes pasos a seguir y determinan posibles tareas...<sup>26</sup>

La organización y el desarrollo de un proyecto dependen de las interacciones entre los alumnos y la educadora, y su proceso de definición se apoya en las experiencias significativas y de interés para los niños, vinculando las de la vida pasada con las que tienen lugar en el presente.

Uno de los principios fundamentales del programa de educación preescolar es desarrollar en el niño la capacidad de expresión oral, socialización y adaptación, por tal

---

<sup>25</sup> SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA. La organización del espacio, materiales y tiempo, en el trabajo por proyectos del nivel preescolar. P. 16

<sup>26</sup> SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA. Op. cit. p. 19



motivo, llevamos a cabo proyectos con la participación de los niños con dinámicas de trabajo, las cuales permiten una interacción y comunicación entre todos los que en el proyecto participamos.

En el nivel de preescolar el enfoque que se maneja de manera implícita es el de constructivismo, la planeación, desarrollo y comunicación gira en torno al interés del niño, él es quien construye su conocimiento de acuerdo a su nivel cognoscitivo.

Durante un ciclo escolar desarrollamos distintos proyectos, en los cuales participan los niños, los padres de familia y las educadoras. Las actividades que se realizan son de acuerdo a los objetivos del proyecto.

En el desarrollo de nuestra práctica docente como educadoras, hemos observado que los niños de primer ingreso a preescolar muestran muchas dificultades los primeros días de clase para socializarse en grupo.

Al inicio de clases los niños presentan conductas distintas que dificultan su integración grupal, por lo regular el grupo se divide en dos, el de las niñas y el de los niños. Por consiguiente, en muy raras ocasiones se relacionan y conviven unos con otros.

La mayoría de ellos muestra una conducta insegura, no se involucran en los proyectos, no expresan sus opiniones o experiencias al realizar cualquier actividad, esperan indicaciones específicas y ayuda de la educadora y esto les limita su autonomía e iniciativa. Algunos de esos niños no asistieron a estancias infantiles, y en algunos casos, es la primera vez que son separados del seno materno, por lo que se sienten temerosos.

Conforme transcurre la estancia de los niños en preescolar, ellos se socializan a través de las diferentes dinámicas en las que participan, como son los juegos, los cuentos, los dibujos etc.

Las actividades lúdicas son determinantes para la socialización del niño de preescolar, dentro de las actividades lúdicas se establecen reglas, las cuales marcan la pauta para conocer el comportamiento del niño.

El juego es una actividad propia de los niños de preescolar, el juego es un elemento básico en el desarrollo social y físico de los niños, los integra a su realidad. Es a través del juego como los niños descubren sus cualidades y posibilidades, aumentan su: conocimientos, durante el juego se propicia la integración a la socialización, se inician en un aprendizaje de normas y reglas sociales y de comportamiento, las cuales son

fundamentales para lograr su autonomía, participar en la convivencia humana siendo afectivo con los demás.

El juego de los niños de preescolar es una actividad que se realiza por el juego mismo, y no por el fin que se persigue, o por el resultado que se espera.

La felicidad que produce al niño la actividad lúdica, le facilita el desarrollo de habilidades y destrezas, así mismo, propicia el aprendizaje reflexivo; además de desarrollar su personalidad, siendo estos elementos fundamentales para el desarrollo pensamiento.

Cuando los niños logran integrarse a grupos, una característica de ellos es su espontaneidad, influye en las actividades lúdicas y cognoscitivas, a través de sus expresiones espontáneas, gustos e intereses, el niño logra la comunicación e integración al grupo.

El niño siempre requiere estar en grupo para compartir sus ideas, sus juegos, etc. Es miembro de un grupo con características sociales y culturales propias, por ejemplo: el grupo es cooperativo, participativo, trabajo en conjunto.

Para el desarrollo de las actividades áulicas en preescolar, las educadoras diseñan estrategias metodológicas y didácticas, las cuales facilitan el proceso de enseñanza-aprendizaje para formar la integración de los niños. Las educadoras y padres de familia deberán asumir responsabilidades y funciones para que los niños valoren su vida dentro de una sociedad.

### CAPÍTULO III

## LA FORMACIÓN DE HÁBITOS DE SALUD Y ALIMENTACIÓN EN EL JARDIN DE NIÑOS

### 3.1 El papel de la educadora

En el proceso formativo la educadora debe tomar en cuenta las características de los niños y conocer su proceso de desarrollo intelectual como aspectos fundamentales para su práctica docente ya que actualmente el papel del docente es concebido como el de guiar y promover, orientar y coordinar todo el proceso educativo de los estudiantes.

Otro rol básico es saber ubicarse en el punto de vista de los niños intentando comprender la lógica con que expresan sus ideas a través de lo que dicen, dibujan y de lo que construyen.

Pero también debe inducir a los niños a confrontar sus ideas en situaciones concretas que impliquen una cierta experimentación; hace reflexionar a los niños de lo que dicen hacen o proponen, propiciando nuevas actividades.

*“No es preciso dar recetas precisas para encontrar un equilibrio en el trato con los niños corresponde a la educadora en su relación diaria con ellos, ir descubriendo la forma de como lograrlo. La educadora es uno de los sujetos centrales en el proceso de enseñanza-aprendizaje, los otros son los niños. Ella, como adulto y como profesional de la educación en este nivel tiene la función de orientar y de guiar el proceso de formación de los niños, apoyándose para ello en el conocimiento que tiene de sus características psicológicas las que debe conocer y manejar a fin de como tratar y ayudar a los niños en caso necesario”<sup>27</sup>*

Durante el desarrollo de las actividades de enseñanza la educadora deberá mantener una actitud de respeto e intervenir cuando los niños lo soliciten. La educadora nunca debe perder de vista la importancia de cada actividad como parte del proceso de desarrollo

---

<sup>27</sup> SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA. Programa de educación preescolar. Libro 3. Apoyos metodológicos, p. 28.

cognitivo de los sujetos en el aula.

Es necesario remarcar que el hecho de que el niño estructure su conocimiento espontáneamente a través de las actividades que realiza no implica que el papel de la educadora se restrinja al de espectadora, sino que por el contrario, su intervención es muy valiosa para animar al niño a actuar, y, en muchas ocasiones para propiciar situaciones problemáticas que el deba resolver, sin que sea ella quien proporcione la opción o la solución definitiva sino que podrá cuestionar y motivar a los alumnos para que emitan las respuestas o conclusiones apropiadas para cada situación de aprendizaje.

Además debe proporcionarle al niño un ambiente que le brinde seguridad y estabilidad emocional para que logre independizarse y se siente seguro de sus propias capacidades animándose a interactuar con la que el niño tenga iniciativa para indagar preguntar y pueda así satisfacer su curiosidad ante la realidad que experimenta.

### **3.2 El papel del alumno**

El niño al iniciar su educación preescolar cuenta con 4 ó 5 años de edad, es un ser en desarrollo que presenta características físicas, psicológicas y sociales propias, su personalidad se encuentra en proceso de construcción, posee una historia individual y social, producto de las relaciones que establece con su familia y miembros de la comunidad en que vive, por lo que un niño: es un ser, único, tiene formas propias de aprender y expresarse piensa y siente de forma particular, gusta de conocer y descubrir el mundo que le rodea.

Al crecer el sujeto se desarrolla y rebasa los límites de la familia y el hogar, con ello, las vivencias y relaciones se hacen más ricas y diversas en todos los sentidos que son adquiridas en los diferentes contextos que conforman la sociedad, entre ellos el ingreso al Jardín de Niños.

La actitud que el niño desempeña en el aula es de una constante actividad e inclinación por explorar todo cuanto le rodea en un ambiente de búsqueda y experimentación; además de compartir con otros sus inquietudes e intereses preguntando, dialogando y manipulando diversos materiales, con otros sus inquietudes e intereses preguntando, dialogando y manipulando diversos materiales.

Otra característica notable es que la relación con sus compañeros a través de la

convivencia favorece el desarrollo físico e intelectual de los alumnos, potenciando así su proceso formativo y la adquisición de patrones de conducta socialmente aceptados. .

### **3.3 los padres de familia: co-educadores**

La labor educativa que el Jardín de Niños se propone, en términos de favorecer el desarrollo del niño, no podría realizarse de manera integral si no toma en cuenta la incorporación de los padres de familia.

Los padres de familia son la base para que los niños adquieran su conocimiento en cualquier tipo de aprendizaje ya darle una seguridad de apoyo y confianza brinda en ellos la adquisición y logro del aprendizaje.

*"Sería deseable, cambiar la idea que los padres tienen acerca del motivo por el cual son llamados a la escuela, ya que en general piensan que es porque el niño tiene problemas o se portó mal, o bien se necesita algo de ellos. Un mayor contacto con los padres sobre otros aspectos relacionados con el niño, cambiaría esta idea".<sup>28</sup>*

Es imponderable que el trabajo del Jardín de Niños no puede funcionar a puerta cerrada aislándose y aislando a los padres de familia del trabajo que allí se realiza, pues ellos juegan un papel de corresponsabilidad en los procesos formativos de los niños pues debemos de tener presente que antes de ser nuestros alumnos son sus hijos y ya traen las bases de ese proceso, mismas que fueron adquiridas en las experiencias de interacción dentro del seno familiar.

*"A un padre por más que le guste observar como es que su hijo aprende y crece, tiene otras obligaciones y la novedad del niño empieza a perderse. El niño debe aprender a ocupar su lugar entre todos los demás miembros de la familia. Los padres deben regular el tiempo que le dedican a su hijo, de manera que él se dé cuenta que hay otras cosas que sus padres deben hacer y el niño debe percibir que al usar este terreno, no disminuye el amor que siente por él".<sup>29</sup>*

Resulta indispensable que los alumnos reconozcan en el padre y la madre a dos personas que brindan apoyo a su educación escolarizada pero que en el hogar también

---

<sup>28</sup> *Ibíd.* p. 67

<sup>29</sup> *Ibíd.* p. 24

pueden ser el soporte de sus actividades extraescolares y sienta la confianza para pedir su ayuda cuando sea necesario, además de compartir con ellos sus éxitos y obstáculos al querer aprender.

### **3.4 La elaboración de proyectos**

El Programa de Educación Preescolar considera al niño como centro del proceso educación se implementa en la educación preescolar el trabajo por proyectos, donde la globalización es uno de los principios más importantes del P. E. P. y además constituye la base de la práctica docente.

En esta forma de trabajo activo incorporado a la educación para satisfacer la necesidad de hacer el trabajo escolar en forma más atractiva.

Algunos de los proyectos definen al método de proyectos como:

- ❖ Kilpatrick dice que "es un acto completo que el agente proyecta, persigue y dentro de sus límites, aspira a realizar"<sup>30</sup>
- ❖ Stevenson: "un proyecto es un acto problemático, llevado a término en su ambiente natural"<sup>31</sup>
- ❖ Krakowitzer: "toda actividad con propósito definido y llevado a término llega a ser un proyecto"<sup>32</sup>

Los autores anteriores coinciden al fundamentar para el niño es más atractivo participar en hechos reales surgidos de su interés en donde él mismo busque soluciones a las situaciones que se le presentan.

El trabajo por proyectos implica la realización de juegos y actividades que responda a las necesidades e intereses del desarrollo integral del niño. Se considera como un método activo con la finalidad de propiciar en el niño su participación espontánea en diversas situaciones donde representara los diferentes roles de la sociedad favorecido así su adaptación a esta.

---

<sup>30</sup> SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA, Antología de apoyo a la práctica docente del nivel preescolar p. 52

<sup>31</sup> Ídem

<sup>32</sup> Ídem.

El proyecto constituye una organización de juegos y actividades entorno a un problema, una pregunta, una actividad concreta, etc., que integra los diferentes intereses de los niños. Las diferentes acciones que se generan, organizan y desarrollan, cobran sentido y articulación con el proyecto; su desarrollo comprende diferentes etapas:

- Surgimiento
- Elección
- Planeación
- Realización
- Término
- Evaluación

La actitud de la educadora durante el desarrollo de los proyectos, debe ser abierta, considerando los intereses y las participaciones de los niños.

### **3.5 El juego como estrategia didáctica**

Los niños en la edad preescolar se encuentran en el período preoperatorio, donde él requiere para satisfacer sus inquietudes de interacción con los objetos de conocimiento por tal motivo, la relación lúdica prácticamente por los niños es de mayor relevancia pues es mediante esta relación adquiere aprendizajes en favor de su desarrollo integral.

El juego representa una estrategia didáctica que propicia dentro de nuestra práctica actitudes positivas y resultados favorables en el proceso enseñanza-aprendizaje.

Las áreas de juego es uno de los recursos didácticos muy importantes dentro del salón de clase, si tomamos en cuenta que es el lugar donde se realiza la mayor parte de las actividades que se plantean dentro del Jardín de Niños, es por ello que dichas áreas forman parte de las herramientas que el niño necesita para estimular esa imaginación y creatividad que muchas veces esconde por falta de oportunidades para ponerla en práctica.

La educadora debe propiciar a que se trabaje por equipos, niños con educadora, niños con padres de familia, propiciando que el niño tenga contacto con diferentes objetos, observe sus cualidades y los manipule construyendo conocimientos sobre sus características y usos.

La educadora tendrá que observar como trabaja el niño y como se relaciona entre ellos ayudándola cuando se le solicite, e intervenir en situaciones conflictivas, orientarlo

sobre lo que se desea saber y pone en practica como lo es el juego, elemento primordial para la adquisición de un conocimiento en una situación de aprendizaje.

Una situación de aprendizaje debe ser una propuesta conjunta entre educadora-niño que emana de la vida cotidiana, es un proyecto de trabajo para llevarla a cabo con todo el grupo hacia un fin común que da contexto y significado a la acción del niño a partir del interés que manifieste por un aspecto de su realidad.

### **3.6 El jardín de Niños como un espacio de formación**

Ineludiblemente, el jardín de Niños debe considerar la necesidad y el derecho que tiene los infantes a jugar, así como a prepararse para su educación futura. Jugar y aprender no son actividades incompatibles.

El jardín de niños es un espacio formativo, ya que dentro de él se busca facilitar y promover el crecimiento y desarrollo global del niño en todas sus dimensiones.

Consideramos que la experiencia de asistir al Jardín de Niños tiene más probabilidades de ser aprovechada cuando en el hogar y la comunidad apoyan los objetivos que se buscan.

*“El Jardín de Niños es uno de los medios de que dispone la sociedad para hacer conscientes a los niños ya sus papas de la riqueza de la herencia cultural y para comenzar a formar capacidades y apreciación de lo que se considera valioso en esa cultura”<sup>33</sup>*

También sabemos que es en el Jardín de Niños donde el niño inicia con la posibilidad de ser autónomo, y a comprender que es un ser social, desarrollando su inteligencia, su creatividad, imaginación, además de que su egocentrismo empieza a quedar atrás, volviéndose más cooperador y comenzando a compartir sus juegos y juguetes. Busca también ser amigable y hace esfuerzos por expresar sus sentimientos y desarrollar su lenguaje, en sí a desarrollar las bases de su personalidad y maduración.

---

<sup>33</sup> *Ibíd.* p. 95



## CAPÍTULO IV

### METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

En el desarrollo de toda investigación, es necesaria una metodología en la que se sustenten las acciones del proceso de indagación.

Para la realización de trabajo tuvimos que acudir a dos tipos de investigación: la bibliográfica o documental y la de campo.

#### **4.1 Investigación documental**

La investigación documental es aquella que nos proporcionó datos bibliográficos que obtuvimos de algunos textos, documentos, libros, revistas e Internet cuya información nos ayudó a la realización del marco teórico en el cual comprende referencias conceptuales, teóricas, y metodológicas. Se aplicaron como estrategias metodológicas la investigación documental y la técnica del análisis de contenido en sus primeras dos fases, que son la preparación teórica y la determinación de la relevancia de un texto.

##### *Preparación teórica*

En esta fase se identificará la estructura temática de la investigación documental, para ello se analizarán diferentes textos y materiales escritos que forman parte de obras originales y antologías que recopilan información documental sobre diferentes autores.

Para poder seleccionar los conceptos básicos que formarán parte de nuestro marco referencial nos apoyaremos en las hipótesis elaboradas con anterioridad y los objetivos que redactamos como ejes orientadores para el desarrollo de la investigación.

Buscamos que el trabajo en sus primeros capítulos se encuentre fundamentado, a partir de la investigación documental, en los aspectos que se presentan en el desarrollo social y biológico del niño en edad preescolar.

Para lograr estos propósitos investigativos emplearemos la investigación documental la cual desde el enfoque en que pretendemos abordar la investigación se le puede resumir de acuerdo con D. P. Warwick y S. Osherson, así:

- Ayuda a reafirmar los conceptos, ya que al investigar en documentos

impresos de varios autores y disciplinas, sea aumentada la sensibilidad del investigador al observar diversos enfoques y sus ámbitos de aplicación.

- Permite determinar en qué medida las teorías son generalizables, al someter a prueba las hipótesis en distintos contextos teóricos.
- Estimula la búsqueda de hipótesis nueva y más simple.<sup>34</sup>

Para el logro de esto recurriremos a las técnicas de la investigación bibliográfica con la elaboración de fichas textuales: que son aquellas en las que se registran los contenidos fieles de un texto que caracterizan a un autor, tal como están escritos; de comentario, aquellas en las que se anotan aportaciones muy particulares (críticas o analíticas) sobre un texto leído y también fichas de trabajo.

#### *Determinación de la relevancia de un texto*

A partir del planteamiento del problema de la investigación, se integra el universo del que se selecciona los textos relevantes. Algunos de los datos reunidos permitirán obtener información sobre actitudes y posturas críticas asumidas en diferentes autores sobre el problema, así como el análisis de contenido significará una técnica para la elaboración del informe de investigación, así como el planteamiento de algunas conclusiones como producto de los espacios de análisis y reflexión sobre el contenido de los textos.

## **4.2 investigación de campo**

La investigación de campo se realizó en el jardín de niños "Estefanía Castañeda" en los grupos de segundo y tercer grado de educación preescolar.

En el nivel preescolar se utiliza como recurso didáctico el método de proyectos fue por lo tanto que aplicamos dicho método con la estrategia didáctica del juego.

En este trabajo todo nuestro esfuerzo se centró en analizar algunos de los factores que inciden en la deficiente actuación del ser humano, ante la práctica de hábitos nutricionales.

De la muestra tomada de los niños nos arrojaron datos que nos llevaron a comprobar

---

<sup>34</sup> SANTILLANA. Op. Cit. p. 940

la realidad de nuestro problema, y darnos cuenta que la familia representa el principal núcleo en la sociedad, donde se establecen las primeras formas del conocimiento, normas, valores y costumbres para la adaptación del individuo y su participación en la adquisición de hábitos nutricionales.

Es responsabilidad de los padres de familia favorecer la adquisición de éstos porque en esta etapa infantil existe mayor susceptibilidad para contraer enfermedades y es en el hogar donde se dientan las bases formativas que sustentarán el desarrollo del individuo y por lo tanto, es aquí donde se inicia la adquisición de aprendizajes que trascienden para el futuro.

Partiendo de los conocimientos previos del alumno, dentro de los planes y programas en preescolar, se atiende uno referente a la preservación de las Ciencias Naturales su operatividad se realiza bajo una opción llamada "proyectos", esta implica una visión integral; la organización y desarrollo de las actividades dependen de los previos conocimientos que el alumno posee acerca de normas y conductas de hábitos alimenticios.

Con base en lo anterior se elaboró un proyecto de trabajo con actividades abarcativas de donde se desglosaron las acciones diarias, en el que se seleccionaron los instrumentos y técnicas adecuadas para el logro de nuestros objetivos.

#### **4.3 Interpretación de los resultados**

Es necesario mencionar que tuvimos resultados satisfactorios en todas las actividades programadas dentro del proyecto pues observamos una motivación e interés de los alumnos hacia la investigación sobre alimentos y sus contenidos deduciendo posteriormente en el tipo de alimentos que existen e identificándolos a todos aquellos llamados *chatarras*.

Como la mayoría de los padres de familia no manejan adecuadamente el concepto de nutrición, y fue así como nos dimos ala tarea de investigar en la biblioteca todo lo concerniente al tema con el propósito de que los padres y alumnos entendieran dicho concepto.

Al cuestionarlos sobre si aplicaban las reglas de higiene para la elaboración de los alimentos en su hogar contestaron que sí, pero no supieron decir cómo.

Respecto a lo que es si consumían alimentos balanceados, la generalidad tiene un

pequeño acercamiento a lo que se refiere este problema, pero no saben como implementar y aplicar estrategias idóneas para llevar a cabo esta práctica.

Casi todos los padres de familia, afirman de la gran importancia que tiene tratar esta problemática en el jardín de niños, ya que este nivel es la base de todo aprendizaje formal.

En la forma en que repercute la falta de hábitos nutricionales en el proceso enseñanza-aprendizaje, más de la mitad está conciente de que afecta de una manera negativa inhibiendo este proceso en el alumno, como también viéndose afectada la salud.

Después de realizadas las actividades que planeamos en el proyecto, hicieron conciencia de la forma en que afecta no solo en la familia, sino también en la educación de sus hijos, el no practicar con constancia los hábitos nutricionales.

Al llegar al término de nuestra investigación y cotejar los resultados con el planteamiento del problema, los objetivos, las hipótesis y el marco teórico encontramos que:

El planteamiento del problema fue expuesto de manera muy adecuada y acorde a la problemática real al medio en que se llevó a cabo la investigación considerando el entorno económico, social, cultural.

## CONCLUSIONES

Derivadas de los procesos de indagación, análisis y reflexión hemos elaborado las siguientes conclusiones.

La educación es tal vez el medio de mayor alcance para el desarrollo de la sociedad, debido a que la educación nos socializa y nos permite el progreso en los aspectos que abarcan la vida humana y debe ser apoyada y potenciada desde el nivel básico.

El proceso de formación de hábitos de alimentación y cuidado de la salud, así como el fomento de actitudes en los alumnos se realizó positivamente durante la elaboración de nuestra tesis, porque las variables se fueron contrastando de tal manera que nos proporcionaron los datos para la comprobación de la hipótesis que orientó nuestra indagación.

Con base en lo anterior y retomando la hipótesis planteada pudimos valorarla y comprobar su veracidad. Por lo tanto planteamos firmemente que la coordinación entre padres de familia-alumno-jardín de niños y educadora, nos parece una estrategia de acción adecuada y eficiente para la formación de hábitos que le permitan al niño cuidar de su cuerpo, salud y alimentación.

Los resultados obtenidos en las actividades programadas para la realización de la investigación de campo, favorecieron al logro de los objetivos deseados, existiendo además una constante relación con las teorías que fundamentan el marco teórico, con las estrategias metodológicas del trabajo, por tal razón creemos que lo anteriormente mencionado da valor a los aspectos cualitativos y cuantitativos que proporcionan la veracidad a la problemática y las hipótesis planteadas en esta investigación.

Nos dimos cuenta que para algunos padres es más importante sobrevivir que educar, y cuando existen actitudes educativas o formativas en los padres, estas están divorciadas de lo que los docentes hacen.

Es necesario entonces que las educadoras platicuen con los padres de familia sobre como se trabaja y los objetivos que se persiguen para que se retroalimenten mutuamente.

Finalmente concluimos que la formación de hábitos en preescolar, y en todos los niveles debe tratar de vincularse a los entornos socioeconómicos ya las características de las regiones, para que a partir de las costumbres familiares, sociales y culturales, se lleven al niño de su experiencia a lo académico y de esto al mejoramiento de su entorno.

## BIBLIOGRAFÍA

BOURGES, Héctor. Nutrición y alimentos. Ed. El manual moderno. México, 1983, 337 pp.

ESQUJVEL Hernández, Rosa, et. al. Aspectos básicos de nutrición. Ed. Limusa. México, 1992, 106 pp.

GOMEZ PALACIO, Margarita. Et. al. El niño y sus primeros años en la escuela. Ed. SEP. México, 1995. 229 pp.

HIGASHIDA, H. Bertha. Ciencias de la salud. Ed. Mc. Graw Hill. México, 1990, 535 pp.

ICAZA, Behar. Nutrición, Ed. Interamericana, México, 1972. 406 pp.

LABINOWICZ, Ed. Introducción a Piaget. Pensamiento, aprendizaje, enseñanza. Ed. Fondo Educativo Interamericano. México, 1986. 182 pp.

OCÉANO. Enciclopedia de Psicopedagogía. Ed. Océano. México, 1998. 948 pp.

SANTILLANA. Diccionario de las Ciencias de la Educación. Ed. Santillana. México, 2000. 1453 pp.

SARPE. Gran enciclopedia médica. Ed. Sarpe. México, 1986. 1245.

SSECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA. Antología. Apoyo a la práctica docente del nivel preescolar. Ed. SEP. México, 1992, 130 pp.

\_\_\_\_\_ Programa de Educación Preescolar. Libro 1. Ed. SEP, México, 1981. 115 pp.

\_\_\_\_\_ Programa de Educación Preescolar. Libro 3. apoyos metodológicos. Ed. SEP. México, 1981. 143 pp.

\_\_\_\_\_ La organización del espacio, materiales y tiempo en el trabajo por proyectos del nivel preescolar. Ed. SEP. México, 1993. 74 pp.

\_\_\_\_\_ Guía para realizar investigaciones educativas en el nivel preescolar. Ed. SEP. México, 1993. 79 pp.

\_\_\_\_\_ Antología. Módulo Pedagógico PACAEP. Ed. SEP/ CONACULTA. México, 1995. 230 pp.

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL. Antología. Desarrollo del niño y aprendizaje escolar. Ed. UPN. México, 1998. 125 pp.

\_\_\_\_\_ Antología. Teorías del aprendizaje. Ed. UPN, México, 1985. 450 pp.

\_\_\_\_\_ Antología. Técnicas y recursos de Investigación V. Ed. UPN. México, 1987. 276 pp.

\_\_\_\_\_ Antología. Técnicas y recursos de investigación IV. Ed. UPN. México, 1987. 323 pp.

WALLON, Henry. La evolución psicológica, Ed. Xalco, México, 1986. 260 pp.

\_\_\_\_\_ Desarrollo del niño. Ed. Xalco. México, 1985. 890 pp.