



SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA

**"Estrategia para la integración de los educandos
al análisis y puesta en práctica de
una nutrición apropiada".**

PROPUESTA PEDAGOGICA QUE PRESENTA:

PROFR. JOSE LUIS ARREDONDO GOMEZ

PARA OBTENER EL TITULO DE LICENCIADO
EN EDUCACION PRIMARIA.

TIJUANA, B. C., FEBRERO DE 1992.

DICTAMEN DEL TRABAJO DE TITULACION

Tijuana, B.C., a 21 de febrero de 1992.

C. PROFR. JOSE LUIS ARREDONDO GOMEZ
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL
P R E S E N T E.

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Exámenes Profesionales y después de haber analizado el trabajo de titulación--- alternativa PROPUESTA PEDAGOGICA

titulado "Estrategia para la integración de los educandos al análisis y puesta en práctica de una nutrición apropiada".

presentado por usted, le manifiesto que reúne los requisitos a que obligan los reglamentos en vigor para ser presentado ante el H. Jurado del Examen Profesional, por lo que deberá entregar diez ejemplares como parte de su expediente al solicitar el examen.

ATENTAMENTE

El Presidente de la Comisión



Darío
S. E. P.
ROBERTO GONZALEZ M. VARGAS AVILES
Unidad 022
EDIFICIO COSTA, SALA CALIFORNIA

I N D I C E

	Página.
Presentación General	4
Justificación	6
Planteamiento del Problema	9
Objetivos Generales	12

C A P I T U L O I MARCO TEORICO CONCEPTUAL.

Conceptos Básicos de Nutrición	14
Etapas del Desarrollo	20
La Formación del Conocimiento y el Aprendizaje - - Escolar	26
Los Sujetos del Proceso Enseñanza-Aprendizaje	29
Maestro-Alumno	31

C A P I T U L O II MARCO TEORICO CONTEXTUAL.

Ubicación Contextual	33
Aula	35
Institución Escolar	36
Aspecto Social	38
Escuela y Comunidad	40
Identidad Nacional y Regional	42
Relación Escuela - Comunidad	44

C A P I T U L O III. PROPUESTA PEDAGOGICA.

Perspectivas de la Propuesta	47
------------------------------------	----

Página.

Objetivos y Actividades	50
Participación	54
Elementos Didácticos	55
Conclusiones	57
Bibliografía	59

PRESENTACION GENERAL.

PRESENTACION GENERAL.

El presente proyecto pretende dar una explicación más amplia respecto al bajo rendimiento escolar de acuerdo a la deficiente alimentación, donde el alumno desnutrido no tiene la suficiente capacidad para resolver sus problemas cotidianos, además es débil y presa fácil de las enfermedades. Por lo tanto la adecuada alimentación del niño desarrollará satisfactoriamente todas sus capacidades y arrojará un mejor aprovechamiento.

La alimentación del niño se ve seriamente perjudicada por la escasez de alimentos y el bajo poder adquisitivo de los padres de familia.

Entonces, la falta de conocimientos en materia de nutrición en padres de familia y sus hijos, nos dá como resultado -- cierta desnutrición que se refleja en sus actividades escolares.

Con el desarrollo de este proyecto se tratará de persuadir a la gente de lo necesario que es modificar los hábitos alimenticios, con miras de mejorar su salud.

La desnutrición en nuestro país exige más atención ya que los índices de desnutrición se agudizan cada vez más, por consiguiente es de primordial importancia que el docente introduzca en el alumno mediante una serie de actividades el conocimiento necesario de como preservar su salud considerando el contorno social que le rodea y aprovechando en su beneficio los alimentos nutritivos que tiene a su alcance.

J U S T I F I C A C I O N .

JUSTIFICACION.

El presente trabajo consiste en lograr que el niño comprenda y asimile que una dieta balanceada es fundamental para su desarrollo cognoscitivo, físico e intelectual.

Se tratará de demostrar hasta que punto influye la mala alimentación en el bajo aprovechamiento escolar en los alumnos del cuarto grado de la Escuela Primaria Urbana Estatal " Venustiano Carranza ", en los cuales se puede percibir como algunos no se alimentan bien y demuestran un rendimiento más bajo que otros que sí se alimentan con una dieta balanceada. Por lo tanto una mala alimentación repercute en el proceso enseñanza-aprendizaje, donde un niño mal nutrido, desatendido, manifiesta deficiencias en su desarrollo físico y mental, además demuestra signos de debilidad en su desenvolvimiento escolar y siempre está fatigado, lo cual le dificultará estar atento en la clase, ya que sus intereses por aprender se pierden porque sus necesidades primordiales son alimentarse para después pensar y conocer todo lo que le rodea en su ámbito escolar.

Las necesidades de proteínas que necesita el organismo deben ser satisfechas porque un consumo proteínico adecuado es imprescindible, ya que contiene todos los aminoácidos esenciales para satisfacer las necesidades de mantenimiento y proveer el suplemento compatible con el crecimiento normal.

Una alimentación adecuada es factor determinante para el bienestar del niño, ya que buenos alimentos aumentan su salud, la capacidad vital, la eficiencia en el trabajo y la satisfacción de hacer las cosas. El valor nutritivo aumenta la capacidad y la potencialidad de las funciones mentales.

Es necesario hacer conciencia en los alumnos de que una buena alimentación debe estar constituida por un alto valor nu-

tritativo y este depende de las sustancias que contienen los alimentos, que han de ser las que requiere el organismo para vi--vir, como son : Las proteíñas, los carbohidratos, las grasas, los minerales y las vitaminas, así como el agua que es un elemento vital para el buen funcionamiento de nuestro cuerpo.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

Se pretende que el alumno se desenvuelva con mayor seguridad y capacidad en el campo cognoscitivo, así como en el psicomotriz, para que de ésta manera logre captar los conocimientos planteados en el proceso de aprendizaje.

Este trabajo se realizó tomando como referencia al grupo de cuarto año " A " de la Escuela Primaria Urbana Estatal " Venustiano Carranza ", turno matutino, con clave 02 EPRO 164 D, - que pertenece a la XXVIII Zona escolar, ubicada en la Calle -- Ocho No. 287, Col. Libertad de esta ciudad de Tijuana, Baja California.

La experiencia docente demuestra que éste problema se presenta en el área de las Ciencias Naturales y que tiene relación directa con todas las demás áreas que conforman la estructura del conocimiento integral, porque un individuo mal nutrido va a manifestar deficiencias en la asimilación de conceptos de cualquier área del conocimiento.

El Problema que se Plantea es :

¿ Hasta que grado influye una inadecuada alimentación en el bajo nivel de aprovechamiento escolar en los alumnos del cuarto año " A " de la Escuela " Venustiano Carranza " ?

Como respuesta al anterior problema se plantea la siguiente propuesta :

Que el alumno comprenda que una inadecuada alimentación - afecta negativamente su aprovechamiento escolar.

Dicha alternativa se desarrollará por medio de actividades dirigidas por el docente con el fin de lograr los objetivos pro

puestos, para resolver el problema mencionado.

OBJETIVOS GENERALES.

OBJETIVOS GENERALES.

Por la importancia que tiene la nutrición en el crecimiento y desarrollo del individuo, es necesario que la información manejada por el maestro esté dirigida con la intención de motivar al niño, para modificar sus hábitos de alimentación.

El propósito es lograr que el alumno comprenda, en términos generales que es la salud y que es la enfermedad y cuales - con sus causas y consecuencias para que adquiera los conocimientos teóricos y prácticos que le permitan actuar ante diferentes situaciones, entendiendo claramente que la salud es un derecho que tiene toda persona y de toda sociedad.

- Comprobar la importancia de las sustancias nutritivas que contienen las plantas, para la alimentación del -- hombre.
- Explicar la mutua dependencia entre los vegetales y - los animales desde el punto de vista alimenticio.
- Que el alumno identifique las funciones de los compo-- nentes básicos de los alimentos y que aplique éstos co-- nocimientos en beneficio de su nutrición.
- Comprobar que una mala alimentación manifiesta deficien-- cias en el índice de aprovechamiento escolar.
- Que los alumnos de 4to. grado encuentren alternativas para erradicar la desnutrición.
- Aplicar estrategias metodológicas que le permitan al - niño, comprobar que una mala alimentación manifiesta - deficiencias en el índice de aprovechamiento escolar.
- Propiciar en el niño la adquisición de hábitos favora-- bles en su alimentación.
- Advertir los efectos nosivos que produce la desnutri-- ción en el organismo.
- Fomentar la nutrición a través de actividades sociales.

CAPITULO I

MARCO TEORICO CONCEPTUAL

Microfilm of the original document. The text is a scan of a document page, likely a title page or chapter heading. The page is mostly blank with some faint markings and a vertical line on the right side. The text is centered and reads "CAPITULO I" followed by "MARCO TEORICO CONCEPTUAL". There is a small vertical line of text on the right edge, which appears to be a microfilm artifact or a page number, but it is mostly illegible.

CONCEPTOS BASICOS DE NUTRICION.

El proceso de educación en materia de nutrición se inicia desde el nacimiento, al aprender a comer lo que los padres proporcionan. En la etapa escolar el niño es muy receptivo al cambio, debido a que no tiene tan arraigados sus hábitos alimenticios y está ansioso por escuchar y poner en práctica ideas nuevas.

A medida que el niño crece, desarrolla ciertos hábitos alimenticios. Los mismo cambian al madurar el cuerpo y el espíritu, y están relacionados con los requerimientos nutritivos, las satisfacciones personales de acuerdo con las etapas de crecimiento de su desarrollo.

El campo de la nutrición comprende diversos procesos mediante los cuales, el hombre obtiene y utiliza los nutrimentos necesarios para mantener sus funciones y preservar su vida.

Desde el punto de vista nutricional, es conveniente hacer una distinción clara entre alimentos y nutrición y a la vez el de nutrimentos.

La alimentación es el acto mediante el cual se consigue y se consumen los alimentos dependiendo de los hábitos y costumbres de cada persona, mientras que la nutrición, es el proceso mediante el cual el cuerpo aprovecha los alimentos ingeridos.

Los alimentos son simplemente los vehículos de los nutrientes, y los nutrientes son las sustancias químicas cuya carencia produce enfermedad primero y muerte después.

" Los nutrimentos son los alimentos directos de las células de nuestro organismo, que hacen posible su funcionamiento - armónico y se conocen como : Proteínas, Carbohidratos, Grasas, Vitaminas y Minerales. " (1)

De acuerdo a la función que desempeñan en el organismo, se clasifican en :

- Calorigénicos, cuando su función principal es producir energía como los carbohidratos y las grasas.
- Plásticos, como las proteínas que se encargan de la formación, aumento y regeneración de los tejidos.
- Reguladores, cuando favorecen la utilización de los demás principios nutritivos como las vitaminas y los minerales que forman parte de los diversos sistemas enzimáticos.

El proceso de nutrición fisiológica comprende las conocidas fases de :

- Ingestión : que es la acción de la masticación y deglución de los alimentos.
- Digestión : es la transformación de los alimentos desde la boca hasta el estomago e intestino. Los alimentos se muelen, se mezclan con los jugos digestivos y se preparan los nutrimentos para ser absorbidos.

(1) Dirección General de Publicaciones de la S.E.P. Educación para la salud. México. 1979. Pág. 21.

- Absorción, los alimentos ya digeridos (transformados y desdoblados) pasan a las vellosidades intestinales y de ahí a la circulación sanguínea. La mucosa digestiva absorbe las moléculas necesarias para la nutrición.

- Metabolismo Intermedio : es la utilización de los nutrientes absorbidos, para la reposición y formación de nuevos tejidos, para fabricar enzimas, para almacenar reservas (grasa corporal y proteínas) para obtener energía.

- Excreción : es la eliminación de los productos finales del metabolismo; ya sea por el riñon (agua, urea, sales por el pulmón (CO, H, O,)); por la piel (agua y sales), o por las materias fecales.

Con objeto de facilitar el conocimiento de los alimentos - según su valor nutritivo, se han agrupado en los siguientes grupos :

GRUPO 1.- Alimentos de origen animal; leche, queso, carne pescado y huevo.

GRUPO 2.- Verduras y Frutas.

GRUPO 3.- Cereales y Leguminosas.

El grupo uno esta compuesto por alimentos de origen animal de gran valor nutritivo y con un alto contenido de proteínas de buena calidad. La leche y el queso proporcionan una cantidad significativa de calcio necesario para la formación y conservación de huesos y dientes, y para la coagulación de la sangre.

La carne y el huevo, además de proteínas y vitaminas contienen hierro. Se puede comer cualquier tipo de carne como reses, pollo, cerdo, carnero, pescado, conejo, mariscos y las vísceras como riñón, hígado, etc. este grupo contiene cantidades importantes como vitamina A, necesaria para mantener un buen estado de la piel y de los ojos, y vitaminas del complejo B.

El grupo 2, está constituido por las frutas y las verduras que aportan vitaminas y minerales esenciales para el organismo.

Este grupo proporciona vitamina C que es necesaria para conservar sanas las encías y para una buena formación de la sangre.

Las frutas cítricas como naranja, toronja y mandarinas, entre otras aportan grandes cantidades de esta vitamina.

La vitamina A está proporcionada por este grupo, encontrándose en alimentos como la zanahoria, plátano, papaya y las verduras de hoja verde.

El grupo tres de los cereales y las leguminosas, encontramos alimentos ricos en calorías que proporcionan energía además contienen vitaminas del complejo B, las cuales desempeñan un papel importante en el sistema nervioso, manteniendo el buen estado el funcionamiento del aparato digestivo y la conservación de la piel. Las tres vitaminas mejor conocidas de este complejo son: Riboflavina, Tiamina y Niacina, se encuentran en este grupo.

Entre los cereales se encuentran; el maíz, trigo, arroz, avena, centeno, cebada y otros; las leguminosas son los granos secos de las vainas como el frijol, garbanzo, lenteja, haba, soyas y otros.

Los azúcares y las grasas, sin formar parte de un grupo especial, deben incluirse diariamente en la alimentación, ya que proporcionan elementos energéticos de utilización inmediata y de almacenamiento y se encuentran en las frutas, cereales, leche y otros.

La dieta adecuada es aquella que proporciona todos los nutrientes esenciales en cantidades suficientes para cubrir las necesidades del organismo, para ello debe reunir los siguientes requisitos :

- 1.- Suficiente valor calórico.
- 2.- Completa los diferentes nutrientes que la constituyen.
- 3.- Equilibrada, en estos mismos nutrientes.
- 4.- Adecuada al momento fisiológico o fisiopatológico del individuo.
- 5.- Variada, incluyendo alimentos de los tres grupos.
- 6.- Higienicamente preparados.

La falta de la información influye notablemente en la desnutrición.

Es motivo de estudio y reflexión por parte del maestro el hecho de que los educandos se alimenten adecuadamente, para esto es necesario la utilización de técnicas de comunicación directas que pueden ser pláticas sobre educación de nutrición y producción de alimentos nutritivos de la comunidad.

La experiencia docente manifiesta que el alumno necesita de una dieta balanceada como base para la conservación de su salud y la asimilación de los conocimientos.

Por lo tanto el maestro dentro de la educación en nutrición

Los azúcares y las grasas, sin formar parte de un grupo especial, deben incluirse diariamente en la alimentación, ya que proporcionan elementos energéticos de utilización inmediata y de almacenamiento y se encuentran en las frutas, cereales, leche y otros.

La dieta adecuada es aquella que proporciona todos los nutrientes esenciales en cantidades suficientes para cubrir las necesidades del organismo, para ello debe reunir los siguientes requisitos :

- 1.- Suficiente valor calórico.
- 2.- Completa los diferentes nutrientes que la constituyen.
- 3.- Equilibrada, en estos mismos nutrientes.
- 4.- Adecuada al momento fisiológico o fisiopatológico del individuo.
- 5.- Variada, incluyendo alimentos de los tres grupos.
- 6.- Higienicamente preparados.

La falta de la información influye notablemente en la desnutrición.

Es motivo de estudio y reflexión por parte del maestro el hecho de que los educandos se alimenten adecuadamente, para esto es necesario la utilización de técnicas de comunicación directas que pueden ser pláticas sobre educación de nutrición y producción de alimentos nutritivos de la comunidad.

La experiencia docente manifiesta que el alumno necesita de una dieta balanceada como base para la conservación de su salud y la asimilación de los conocimientos.

Por lo tanto el maestro dentro de la educación en nutrición

o conocimientos sobre los conceptos básicos de nutrición, sino también deberá lograr el uso práctico de esta información dentro de la vida diaria del niño, para desarrollar actitudes y hábitos alimenticios adecuados.

ETAPAS DEL DESARROLLO.

El desarrollo debe entenderse como el perfeccionamiento -- complejidad y reestructuración de toda la actividad reflectora.

Es un proceso que transcurre en forma prolongada, compleja e irregular, donde suceden periodos más o menos prolongados de acumulaciones cualitativas más o menos bruscas.

La interpretación dialéctica de las relaciones cuantitativas-cualitativas en cuanto a índices de desarrollo psíquico -- abre el camino ala comprensión de la " interrupción de las graduaciones", saltos y transformación en contrario que tienen lugar como fenómenos regulares durante el proceso de vida y desarrollo normal de cada niño.

Se distinguen cuatro grandes periodos de las estructuras cognoscitivas, íntimamente unidas al desarrollo de la efectividad y la socialización del niño.

PRIMER PERIODO.- El primer periodo, que llega hasta los - 24 meses, es el de la inteligencia sensorio-motriz.

" Tras un periodo de ejercicios de reflejos en que las -- reacciones del niño estan íntimamente unidas a tendencias instintivas como son la nutrición, la reacción simple en defensa, etc. aparecen los primeros hábitos elementales." (2)

No se repiten sin más las diversas reacciones reflejadas, sino que incorporan nuevos estímulos que pasan a ser asimilados.

Es el punto de partida para adquirir nuevos modos de --- obrar. Sensaciones, percepciones y movimientos propios del niño se organizan en lo que se denomina " Esquemas de Acción".

(2) Varios. Desarrollo del niño y aprendizaje escolar. UPN. México. 1987. Pág. 106.

A partir de los 5 o 6 meses se multiplican los comportamientos del estado anterior.

Por una parte, el niño incorpora los nuevos objetos percibidos a unos esquemas de acción ya formados (asimilación) pero también los esquemas de acción se transforman (acomodación) en función de asimilación.

Por consiguiente, se produce un doble juego de asimilación y acomodación. Así el niño adaptará a su medio. Bastará que unos movimientos aporten una satisfacción para que sean repetidos (reacciones circulares).

Las reacciones circulares solo evolucionarán con el desarrollo posterior, y la satisfacción (único objetivo), se disociará de los medios que fueron empleados para realizarse.

Al coordinarse diferentes movimientos y percepciones se forman nuevos esquemas de mayor amplitud. Cabe afirmar que los diversos esquemas constituyen una estructura cognitiva elemental, al igual que lo serán posteriormente, los conceptos a los que incorporarán los nuevos informes procedentes del exterior.

Al finalizar el primer año será capaz de acciones más complejas, como volverse para alcanzar un objeto, utilizar objetos como soporte o instrumentos para conseguir sus objetivos o para cambiar la posición de un objeto determinado.

PERIODO PRE-OPERATORIO.

El periodo del pensamiento llega hasta los seis años.

" Gracias al lenguaje, asistimos a un gran progreso tanto en el pensamiento del niño como en su comportamiento.

Al cumplir los 18 meses el niño ya puede imitar unos modelos con algunas partes del cuerpo que no percibe directamente.

A medida que se desarrollan la imitación y la representación, el niño puede realizar los llamados actos simbólicos.

Es capaz de integrar un objeto cualquiera en su esquema de acción como sustituto de otro objeto.

La función simbólica tiene un gran desarrollo entre los tres y siete años.

Por una parte se realiza en forma de actividades lúdicas (juegos simbólicos) en las que el niño toma conciencia del mundo, aunque deformada. " (3)

Para el niño el juego simbólico es un medio de adaptación tanto intelectual como efectivo. Los símbolos lúdicos de juego son muy personales y subjetivos.

(3) Varios. Desarrollo del niño y aprendizaje escolar. --
UPN. México. 1987. Pág. 107.

PERIODO DE LAS OPERACIONES CONCRETAS.

Se sitúa entre siete y los once años.

Este periodo señala un gran avance en cuanto a la socialización y objetividad del pensamiento.

Mediante un sistema de operaciones concretas, el niño puede liberarse de los sucesivos aspectos de lo percibido, para -- distinguir a través del cambio lo que permanece invariable.

El niño concibe los sucesivos estados de un fenómeno, de una transformación, como modificaciones, que pueden compensarse entre sí o bajo el aspecto de invariante, que implica la reversibilidad. El niño empleará la estructura de agrupamiento (-- operaciones) en problemas de seriación y clasificación.

Las explicaciones de fenómenos físicos se hacen más objetivas. Ya no se refiere exclusivamente a su propia acción sino que comienza a tomar en consideración los diferentes factores que entran en juego y su relación. Es el inicio de la causalidad objetiva y especializada a un tiempo.

El pensamiento infantil avanza paso a paso; todavía no sabe reunir en un sistema todas las relaciones que puedan darse -- entre los factores. El niño no es capaz de distinguir aún de forma satisfactoria lo probable de lo necesario.

El pensamiento del niño se objetiva en gran parte gracias al intercambio social. Entonces los niños son capaces de una auténtica colaboración en grupo, pasando la actividad individual aislada a ser una conducta de cooperación.

PERIODO DE LAS OPERACIONES FORMALES: LA ADOLESCENCIA.

Desde el punto de vista del intelecto hay que subrayar la aparición del pensamiento formal por el que se hace posible una coordinación de operaciones que anteriormente no existía.

El adolescente puede manejar ya unas proposiciones, incluso si las considera como simplemente probables (hipótesis).

Las confronta mediante un sistema plenamente reversible - de operaciones, lo que le permite pasar a deducir verdades de carácter cada vez más general.

En su razonamiento no procede gradualmente, pero ya puede combinar ideas que ponene en relación afirmaciones y negaciones utilizando operaciones proporcionales, como son las implicaciones, las exclusiones, etc. Y como en un fenómeno sedan diversos factores, aprende a cambiarlos integrandolos en un sistema que tiene en cuanta toda la gama de posibilidades.

Los progresos de la lógica en el adolescente van a la par con otros cambios del pensamiento y de toda su personalidad en general.

" La adolescencia es una etapa difícil debido a que el joven todavía es incapaz de tener en cuenta todas las contradicciones de la vida humana, personal y social. " (4)

El alumno de cuato grado se encuentra en el periodo de las operaciones concretas.

Partiendo de ahí, se debe considerar que el niño no se limita al cúmulo de informaciones, sino que las relaciona entre

 (4) Desarrollo del niño y aprendizaje esolar. UPN. México. 1987. Pág. 110.

sí y mediante la confrontación de las ideas de diferentes personas, adquieren conciencia de su propio pensamiento en relación con los demás.

Es de trascendental importancia que el maestro considere que cada individuo tiene características particulares y de acuerdo a la edad cronológica tiene necesidades de información más veraz que le de la confianza para resolver los problemas -- que enfrenta en la cotidianidad de la escuela y su comunidad.

LA FORMACION DEL CONOCIMIENTO Y EL APRENDIZAJE ESCOLAR.

La mayor parte de la enseñanza que se proporciona a los escolares es una enseñanza verbal. Los niños durante la etapa pre-escolar, juegan en clase, pintan y realizan diversas actividades, pero ya se les empieza a dar unas lecciones explicaciones-verbales, y esto va en aumento durante los primeros cursos de la enseñanza básica, donde se introducen conceptos físicos sencillos y nociones de geografía e historia transmitida a través de los libros de texto donde va ocupando un papel fundamental en la enseñanza-aprendizaje, para que este proceso pueda considerarse como un buen desempeño es necesario considerar tres procedimientos básicos de enseñanza, una enseñanza puramente verbal, un sistema de demostración y un aprendizaje práctico haciendo las cosas.

Enseñar es nutrir o cultivar al niño que está creciendo o sea dirigir o guiar su crecimiento. Es el proceso del aprendizaje el que debe ser guiado para su adquisición.

El maestro desempeña un papel activo de transmisor e imparte sus experiencias así como da y el estudiante toma el discípulo enérgico se apodera de la estructura de los datos e ideas.

El aprendizaje es la formación de nuevas estructuras, la mayor parte del aprendizaje se produce en un contexto social.

El contexto social no solo da un contenido al aprendizaje sino también señala un método e instrucción.

" Las definiciones de aprendizaje son tan variadas como -
diversas, son las teorías sobre este proceso humano; pero existen ciertos ejes de análisis en los que la mayoría de las definiciones coinciden ya que toman un cambio de conducta, resultado de la práctica, una progresiva adaptación, un cambio de acti
tud una reacción a una situación dada, una modificación de personalidad. " (5)

La adquisición se efectúa según los procesos complementarios "la acomodación" y la "asimilación", que al operar en equi
librio estos dos procesos producen la adaptación del intelecto al medio, en cualquier momento del proceso evolutivo.

Se distinguen varios estados en la construcción del conocimiento; sensorio-motriz, el preparatorio, operaciones concretas y las operaciones formales.

En la teoría de la "adquisición y transformación del conocimiento" se destaca, con especial énfasis, la dimensión biológica, la interacción sujeto-objeto y el constructivismo.

El objeto se conoce mediante la actividad que el sujeto - realiza, con el fin aproximarse a él. Así el constante acerc
miento en forma activa del sujeto al objeto permite al sujeto - la construcción de esquemas cognoscitivos cada vez más comple--
jos que se originan en las estructuras biológicas, dentro de un proceso continuo.

Existe reciprocidad entre el organismo y el medio ambiente y como consecuencia de esta interacción, el sujeto adquiere

(5) Varios. Teorías del aprendizaje. UPN. México. 1987
Pág. 24.

experiencias, las que constituyen un papel esencial en la formación de las estructuras cognitivas. Considera también el contexto social en que se desarrollan estas experiencias.

Dentro de la labor cotidiana, el maestro ha constatado -- que el aprendizaje se logra a través del cambio de mentalidad, memorizando, visualizando, ejercitando, etc.

La práctica docente manifiesta que la educación es capaz de promover cambios positivos en la vida individual del niño mediante el desarrollo pleno e íntegro de sus potencialidades y en su entorno social.

No se debe olvidar que el aprendizaje guarda una estrecha relación con los tres aspectos fundamentales de la educación: - Instrucción, Personalización y Socialización.

La formación del conocimiento se logra considerando los tres procedimientos básicos de la enseñanza que son : una enseñanza puramente verbal, un sistema de demostración y un aprendizaje práctico haciendo las cosas.

LOS SUJETOS DEL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE.

El maestro y el alumno están interactuando en el proceso enseñanza-aprendizaje que constituye la situación escolar en general en tanto que sujetos sociales, se configuran en el conjunto de actividades cotidianas.

El educador es sinónimo de maestro. Es el que debe imponer y proponer metas a sus educandos. El educador es el sujeto de la enseñanza y los educandos son su objeto.

El maestro deja de ser transmisor y se convierte en fomentador de análisis, inductor de cambios, motivador y facilitador de experiencias, así pues el papel del maestro es cambiante de acuerdo con las estructuras en las cuales se desempeña.

El papel del profesor, su puesto y su función dentro del proceso educativo, están condicionados a la forma que revistan las estructuras y los métodos educativos dentro de la sociedad cambiante.

Así pues la labor del profesor es también cambiante de acuerdo a las estructuras en las cuales se desempeña, pero permanecerá su función de activador y animador del desarrollo cultural, humano y social.

En cuanto al alumno podemos decir que es un :

- Sujeto activo que constantemente pregunta, explora, ensaya, contruye hipótesis.
- Necesita tiempo : para cambiar de actitud, para buscar respuestas, para encontrar la correcta.
- Duda : y la duda no debe ser preocupación para el maestro, ella indica que el niño ha encontrado un conflicto cognitivo y trata de encontrar respuesta.

- Aprende de los errores constructivos en el curso del proceso de aprendizaje; errores que el mismo podrá y deberá descubrir, ayudado por una actitud adecuada del maestro.
- Necesita de la comprensión y estímulo del maestro para avanzar en sus conocimientos y requiere tiempo para elaborarlos, por lo que el maestro no puede exigirle y desesperarse cuando sus logros no son inmediatos.
- Para aprender necesita información no solo del maestro sino también y en un alto grado de los niños que comparten sus propias hipótesis. Para ello requiere de comunicación e intercambio con los compañeros ya que es necesario que los niños opinen y confronten sus opiniones porque esta forma de trabajo tiene un gran valor en el proceso de aprendizaje.
- Requiere de aprobación y estímulo efectivo; ver que su trabajo se aprecia y su esfuerzo se valora, tanto como el de los demás. La competencia entre los niños, tan frecuente utilizada como estímulo, efectivamente estimula agresividad, el rencor y falsos sentimientos tanto de suficiencia como de inferioridad.

MAESTRO - ALUMNO.

En la vida cotidiana dentro de la escuela, maestro y alumno no se constituyen a partir del trabajo que realizan, las relaciones que establecen y el aprendizaje que logran en su interacción medida por un contenido y una institución; aunque su conformación no se agora ahí, como resultado de su práxis, producen y se reproducen como sujetos particulares histórico-sociales. Ambos sujetos con sus propias características y especificidad convergen en el diario acontecer del aula y la escuela para consolidarse como seres sociales.

En la relación maestro-alumno es necesario que él primero tenga un concepto claro de la disciplina y además sea capaz de crear un ambiente de trabajo y confianza donde se estimule el desarrollo de la personalidad del niño y se le otorgue la posibilidad de desplazarse en el aula con libertad.

CAPITULO II

MARCO TEORICO CONTEXTUAL.

UBICACION CONTEXTUAL.

El problema que se plantea para la realización de un análisis es : Hasta que grado influye una inadecuada alimentación en el nivel de aprovechamiento escolar.

El proyecto se llevó a cabo en el grupo de cuarto año -- " A ", que cuenta con 29 alumnos de los cuales son 14 hombres y 15 mujeres.

La escuela se ubica en la colonia Libertad parte Baja en la ciudad de Tijuana, Baja California Norte de nuestro país la cual es una de las colonias fundadoras de la misma ciudad.

Esta comunidad se encuentra en un nivel socio-económico medio, pero se presentan casos muy diversos de niños que proceden de otras colonias de un nivel económico más bajo, y es ahí donde encontramos una serie de deficiencias tanto en el aprovechamiento como en su desenvolvimiento social del niño y esto es consecuencia de la mala alimentación de los mismos.

La presente propuesta pedagógica se realizó en la escuela Primaria Urbana Matutina " Venustiano Carranza ", que pertenece a la XXVIII Zona Escolar.

La escuela está constituida por tres plantas teniendo una capacidad para aproximadamente 500 alumnos repartidos entre 18 grupos, tres grupos de cada grada y se cubre de primero a sexto grado.

La institución escolar en general cuenta con 22 maestros, 18 en grupos, un director, un comisionado a la dirección, un -- auxiliar administrativo y una maestra de Educación Física.

Las condiciones materiales son las siguientes : Las pare-

des de cemento, bloque y estructuras metálicas; las ventanas: - de vidrio y aluminio, se cuenta con dos sanitarios, uno de niños y otro de niñas; la unidad lúdica cuenta con tres canchas - deportivas.

La comunidad que rodea la escuela mantiene relaciones sa tisfactorias para la realización de las actividades del centro educativo.

La preocupación de los maestros al ver el bajo índice de aprovechamiento en los alumnos, ha buscado la manera de mejorar sus hábitos alimenticios y, se han dado a la tarea de progra-- mar pláticas tanto a los padres de familia como a los alumnos - por parte de gente especializada como lo son médicos, nutriólo-- gos y centros de salud.

Se considera necesaria la participación del maestro en la comunidad como factor de cambio que persigue un fin común, que estriba en el desarrollo integral del individuo.

Para el logro de los objetivos deseados se consideraron - las necesidades e intereses del niño en la realización de las actividades.

A U L A .

El salón de clase constituye un medio de información y en seña donde interactúan maestro-alumno, alumno-alumno.

El maestro es el factor que con su personalidad indicará el lineamiento para alcanzar una serie de cambios de conductas, lo cual será la base para el logro de hábitos, destrezas y conocimientos.

La labor teórica del docente corresponde al carácter administrativo que exige y controla la educación por medio de exámenes, más sin embargo de alguna manera se ha restringido la formación de buenos hábitos alimenticios que repercuten en el desarrollo formativo de una sociedad. Desafortunadamente en el aula no se logra un buen propósito en cuanto a conocer una dieta balanceada, por la influencia que tenemos del consumo de alimento chatarra, que nos da a conocer los medios de comunicación masiva aunado a la desinformación que prevalece en los padres de familia.

Es triste ver como el alumno se encajona en oír y repetir lo que dice el maestro sin considerar su propia iniciativa, para adquirir, crear, lograr cualquier objetivo, pues carece de una información adecuada en relación al valor nutritivo de los alimentos.

Por medio de esta propuesta se pretende que el aprendizaje se extienda fuera de los cuatro muros, o sea que se reconozca que cualquier espacio es propicio para construir conocimientos.

Una finalidad importante que se pretende es que el alumno aprenda a relacionar su información escolar con su vida cotidiana y la aplique con deseos de lograr su propio beneficio.

INSTITUCION ESCOLAR.

La sociedad en sí está compuesta por dos elementos como son los grupos y las instituciones.

Los grupos se encuentran en diferentes posiciones socio-económicas.

Las instituciones se consideran como un conjunto de actos o ideas instituidas por los propios individuos que imponen una ideología y las organizaciones jurídicas, religiosas, etc.

Las instituciones facilitan y organizan el desarrollo de la sociedad y se van modificando al ritmo de la evolución de las mismas.

La escuela es una institución social que está regida por normas establecidas por la clase dominante. De aquí que haya escuelas del estado, escuelas federales, y escuelas de empresas privadas, las cuales son regidas por las normas impuestas por los distintos grupos sociales.

Los tres elementos que componen la escuela son : los poderes públicos de administración y los maestros. Las autoridades políticas solo consideran los objetivos políticos y procura servirse de la escuela para conseguirlos, sometiendo a control ideológico.

La institución escolar tiende a ser creadora de nuevas generaciones sociales.

Se considera que la institución escolar donde se llevó a cabo la presente propuesta no se libra de los condicionamientos externos que afectan al sistema educativo.

Entonces, la escuela es presionada por las autoridades administrativas con el fin de que cumpla una serie de requisitos implantados por estas mismas.

Se debe competir con la labor que realizan los medios masivos de comunicación, los cuales son de mayor interes para los alumnos por su atractiva tecnología.

ASPECTO SOCIAL.

La perspectiva del diseño de una propuesta pedagógica nos indica que es indispensable comprender claramente la estrecha - relación que existe entre el proceso de enseñanza-aprendizaje y el contenido de lo social o sea la realidad histórico-social.

Para la realización de esta propuesta pedagógica es de -- trascendental importancia reconocer el papel que juega el conocimiento de lo social en la comprensión del contexto histórico-social y político en que ocurre el proceso educativo.

En la situación educativa la probabilidad de plantear una alternativa no es un problema técnico, sino fundamentalmente -- una tarea social, sujeta a determinaciones complejas de orden - ideológico y político sin embargo, es una tarea que requiere de mayor conocimiento de la realidad nacional.

El proceso educativo se plantea como una relación entre - maestro y alumno, no reducible a una evaluación de la actuación del maestro por un lado y del rendimiento de los alumnos por el otro. Es importante considerar tanto las formas como el conte - nido de la relación.

La estructura social participa en forma dinámica ya que - influye en lo que quiere enseñar, es muy difícil que el alumno aprenda cosas abstractas, es muy necesario que lo que aprenda - lo viva o se le propicie la experiencia donde pueda transferir lo que se le enseñó.

Si bien es cierto que el niño trae potencial afectivo e - intelectual para desarrollar, necesita que se le provean los - medios o las experiencias para que su aprendizaje sea real y -- eficaz.

El contexto social tomado como método de la enseñanza facilita la comprensión inmediata del entorno que rodea al alumno, y cuando se le brinda la oportunidad de saber más de lo que ve, se convierte en un cuestionador y transformador de su contexto social.

El conocimiento de lo social en la relación pedagógica se legitima como verdadero, acabado e incuestionable. Los sujetos del contexto escolar: maestro y alumno se relacionan entre sí en sus relaciones constitutivas que son la actividad, la autonomía, el involucramiento en un proceso de autoconstrucción y apropiación del conocimiento y su interés por aplicarse al mundo.

Por lo tanto es de suma importancia reconocer dentro del proceso enseñanza-aprendizaje la influencia de la realidad histórico-social de esa realidad que los sujetos se conforman y adquieren normas, ideales y valores los cuales determinan su interactuar en la escuela y en el aula, así como en el tipo de relaciones que establecen entre sí.

Pero sobre todo la forma en que construyen y aprecian los contenidos de las ciencias.

ESCUELA Y COMUNIDAD.

La escuela se presenta como un conjunto de elementos físicos y un grupo de actores que interactúan.

" La escuela invade los otros espacios sociales; se presenta no solo dentro de su terreno y su persona, sino en las concepciones de los habitantes, en la organización económica, doméstica y de producción, en la vida cotidiana. La escuela y la comunidad no se consideran ni autónomos ni homogéneos; su carácter y desarrollo responde a procesos socio-económicos y políticos que se dan a otros niveles. En la relación entre escuela y la comunidad por un lado los procesos de formación de consenso, así como los mecanismos que se generan, para lograr el apoyo a los sujetos escolares; por otro lado los procesos de control, de resistencia y de evaluación que los habitantes contraponen a la homogeneidad escolar. " (6)

La escuela entra en la interacción con la comunidad, no solo a través de los alumnos, a los cuales atiende directamente ni de los dos mecanismos formales con los que cuenta para entablar relaciones informales de interacción y convivencia con la comunidad total.

Entonces, la escuela y la comunidad son dos instituciones que se interactúan, la comunidad ofrece el ambiente requerido y los medios indispensables para que la escuela pueda funcionar debidamente y por su parte la escuela tiene una misión específica respecto de su comunidad; la de poner a su servicio los medios de la cultura en la medida en que puedan servir para el mejoramiento de su comunidad.

(6) Varios. Escuela y comunidad. UPN. México. 1985. --
Pág. 73.

Actualmente existen escuelas en las cuales no existen las relaciones con su comunidad. Una escuela que carece de una actividad con la cultura ambiental es una escuela enajenada e inservible.

Entre las funciones sociales de la escuela en favor de la comunidad, se puede mencionar; que la escuela debe actuar como centro educativo y cultural para los adultos; además a de utilizar los recursos de la comunidad para vitalizar los programas, temas y tareas por parte de la escuela en torno a la vida de la comunidad; la contribución de la escuela al mejoramiento de la comunidad mediante una cooperación en sus actividades y a la escuela como agente coordinador de los esfuerzos educativos de la comunidad.

Es necesario que en una coordinación entre escuela y comunidad se logren habitantes sanamente instituidos.

Uno de los motivos por los cuales el maestro ha descuidado el carácter formativo del niño es la baja remuneración económica del magisterio y en cierto modo, solo cubre la cuestión informativa del educando.

Con la presente propuesta se pretende que exista una participación activa entre padres de familia y maestros con la finalidad de lograr una conciencia real, la cual facilitaría el proceso enseñanza-aprendizaje.

IDENTIDAD NACIONAL Y REGIONAL.

El nivel socio-económico de la población repercute sobre el niño a través del grupo familiar.

La comunidad en la cual se desarrolló el presente trabajo manifiesta que si hacemos una comparación en cuanto a la alimentación de un niño del sur del país con uno de la frontera norte específicamente de nuestra ciudad de Tijuana, encontramos que el individuo fronterizo tiende a estar mejor alimentado, ya que el grado de analfabetismo se encuentra más elevado en el interior del país y la ignorancia repercute necesariamente en la deficiente alimentación de cualquier pueblo ya que números estudios demuestran que el desarrollo físico e intelectual de los niños está relacionado con el extracto social al cual pertenece su familia.

La nutrición humana es justamente una de las más importantes preocupaciones de nuestra nación, por ser un factor fundamental para la salud de la población y para el desarrollo económico y social del país.

La desnutrición varía en su distribución e intensidad por regiones y zonas del país, y con los niños y las mujeres los más afectados, especialmente en las zonas rurales, semi-urbanas y marginadas de las grandes ciudades en términos generales, encontramos entre los pre-escolares de 40 a 50 % de desnutrición, y entre los escolares del 15 al 20 %.

En base a diversos estudios se sabe que la dieta, del mexicano es insuficiente y monótona, con bajo consumo de proteínas, vitaminas y algunos minerales.

En la población rural el maíz sigue siendo el alimento fundamental de la dieta, añadiendo en escasa cantidad de frijol

verduras, frutas, pan, azúcar y pastas, y ocasionalmente se consumen alimentos de origen animal.

En cambio la población urbana consume menor cantidad de maíz y mayor proporción de alimentos de origen animal. En la frontera norte podemos decir que la alimentación tiende a ser mejor en relación al resto de la República, porque si se carece de la disponibilidad de alimentos a nivel nacional, los fronterizos pueden adquirir con mayor facilidad los alimentos del país extranjero.

Además el problema de la mala nutrición en el país tiene origen, no sólo en el bajo poder adquisitivo de las mayorías, sino en la inadecuada selección de alimentos en cantidad y calidad. Esto, se debe a múltiples causas, entre las que sobresale el desconocimiento real que se tiene de lo que constituye una correcta alimentación y las alternativas que pueden seguirse para mejorar los recursos alimenticios de la forma más racional posible.

Esta propuesta se realizó con la intención de que el individuo se alimente adecuadamente en cualquier lugar donde se encuentre, y sobre todo que logre, en base a esto un desarrollo óptimo de todas sus facultades.

RELACION ESCUELA-POLITICA EDUCATIVA.

Definimos la política educativa como el conjunto de acciones del estado que tienen por objetivo revisar el desarrollo -- del sistema educativo. Estas acciones incluyen desde la definición de los objetivos de este sistema y su organización, hasta la instrumentación de sus decisiones en el plano fisiológico e ideológico, la política educativa forma parte de un proyecto de sociedad, y supone la definición de conceptos básicos, la -- afirmación de algunos valores humanos y el establecimiento de -- los grandes objetivos del estado respecto a la sociedad que gobierna.

En el plano social, la política puede concebirse como un diseño de ingeniería social que establece las relaciones fundamentales entre los procesos educativos sobre los que directamente actúan y otros procesos sociales.

Política educativa consiste en el funcionamiento del sistema educativo como una parte especializada de la administración pública y supone todos los elementos que hacen eficiente -- una organización.

Y en lo pedagógico es el conjunto de características que se consideran deseables y se prescriben del proceso de enseñanza-aprendizaje; supone la definición de un concepto teórico de aprendizaje y de técnicas adecuadas relativas a inter-relación educando-educador.

El objetivo general de la educación marca el desarrollo -- armónico de todas las facultades del ser humano, lo que conduce implícitamente a la socialización, entendida como la interiorización de un conjunto de valores, normas e ideales sociales que se consideran de importancia para el desenvolvimiento del individuo dentro de su sociedad.

Políticamente, la educación está regida en México por el artículo 3ro. Constitucional, el cual se fundamenta en que la educación que impartan los estados, los municipios y la federación, tenderá a desarrollarse todas las facultades del ser humano y fomentará en el, a la vez, el amor a la Patria y la conciencia de la solidaridad internacional en la independencia y la justicia.

Sin embargo, contrario al ideal educativo, el proceso sistematizado de socialización adopta el papel de la reproducción de la fuerza de trabajo propia del sistema económico del país.

Entonces la socialización a que tiende la educación se convierte en el conjunto de actos y creación de mecanismos que conducen a moldear a los individuos de nuestra sociedad para renovar las situaciones que hacen posible la reproducción del sistema capitalista que existe en México.

El estado a través de la política educativa define e impone el modelo de individuos, de sociedad y lo concretiza en el documento magno expresado por el artículo 3ro. así como también la forma y medios por lo cuales se ha de llevar a cabo dicha labor.

En la actualidad se ha agravado la crisis económica nacional y esto ha afectado todos los campos de la vida nacional y por ende la educación no escapa a este fenómeno.

CAPITULO III
PROPUESTA PEDAGOGICA.

PERSPECTIVAS DE LA PROPUESTA.

La presente propuesta pretende dar una explicación más lógica al problema alimenticio que se presenta en el ramo educativo, y que repercute en el proceso enseñanza-aprendizaje en algunos alumnos que carecen de ciertos alimentos que son fundamentales para su desarrollo. Este problema debe inclinarse más por la satisfacción de las necesidades esenciales del individuo.

Los hábitos alimenticios se forman principalmente en el -hogar y la escuela debe de reafirmarlos y, es en los padres de familia y niños escolares donde debemos modificar favorablemente las costumbres alimenticias.

Para que la educación en base a una buena alimentación --tenga éxito, debemos considerar los recursos locales de alimentos, capacidad económica del individuo y la comunidad, eliminar las creencias y prejuicios respecto a los alimentos, tratar de mejorar la distribución de los mismo y los mensajes enviados --por los medios de comunicación.

Ya resueltos toda esta serie de problemas podemos partir hacia un aprendizaje que lo conduzca a desarrollarse integramente.

Los objetivos y finalidades que se persiguen en este proyecto son los de capacitar al escolar para que adquiriera hábitos alimenticios que le proporcionen buena salud.

Para que funcione el proceso enseñanza-aprendizaje es necesario llevar a cabo un método el cual va a facilitar el buen desempeño educativo. Y para que el proceso dé resultados es necesario inducir al niño a conocer el valor nutritivo que nos proporcionan las : proteínas, carbohidratos, grasas, minerales y las vitaminas.

Una vez que sea adquirida ésta información, ordenará los datos de la experiencia y observación que le servirán de apoyo para desarrollarse intelectual y físicamente.

El maestro, en su labor se enfrenta a situaciones que obstruyen su enseñanza, a las cuales debe buscar soluciones para el buen desempeño de su tarea.

Ya que el docente se vé imposibilitado en cierta forma -- por la información tendenciosa difundida por los medios de comunicación masiva, que se dan a la tarea de proyectar una serie de alimentos chatarra, que en vez de fomentar una buena alimentación para el niño, lo conducen a que consuma una gama de alimentos carentes de proteínas que no benefician su alimentación.

Esta propuesta pedagógica presenta un problema que se detecta a través de la vida cotidiana y de la práctica docente, - por lo tanto éste documento, pretende dar solución a un problema particular de dicha práctica.

Es importante que este trabajo, producto de acciones y reflexiones en la labor docente, traspase el aula, los muros de la escuela y la comunidad, donde logre aportar para los docentes y personas interesadas y preocupadas por esta problemática que se eleve la calidad de la alimentación en el proceso de formación del niño.

El desarrollo y el aprendizaje se van dando paulatinamente en el individuo, dentro del contexto social y educativo, para esto se debe de tomar en cuenta que los niños de cuarto grado se encuentran en el tercer periodo de las operaciones concretas donde presentan un gran avance en cuanto a socialización y objetivación del pensamiento.

En esta etapa debemos valernos de todos los recursos y actividades que sean en beneficio de su desarrollo y salud.

En este sentido la propuesta pedagógica proporciona alternativas y sugerencias para mejorar la alimentación del niño a base de ciertas actividades donde logren formar buenos hábitos y a valorar lo que realmente lo beneficia.

Con el desarrollo de los objetivos y las actividades, el niño tendrá la oportunidad de conocer, valorar y aprovechar correctamente los alimentos que lo nutrirán.

OBJETIVOS DE LA PROPUESTA.

Al termino de este proyecto el alumno será capaz de :

- Conocer las funciones de los componentes básicos de los alimentos y explicar estos conocimientos en beneficio de la nutrición.
- Comprobar que la importancia de las sustancias nutritivas de origen animal y vegetal son necesarias para la conservación de su salud.
- Advertir la importancia de las sustancias nutritivas para la alimentación del hombre.
- Proponer alternativas para la participación de los medios de comunicación en beneficio de la salud.
- Analizar el contenido de los mensajes relacionados con hábitos de alimentación y de higiene.
- Elaborar propuestas de mensajes sobre hábitos de alimentación y de higiene.
- Asimilar que una alimentación adecuada repercutirá en beneficio de su salud y aprovechamiento escolar.

ACTIVIDADES DE LA PROPUESTA.

Para el logro de los objetivos de la propuesta se sugieren las siguientes actividades.

ACTIVIDAD 1

Que el alumno identifique los componentes básicos de los alimentos de un registro.

Esta actividad se desarrollará en forma individual, cada alumno realizará un registro tomando como base los cinco grupos básicos, luego va a revisar si en su dieta diaria están presentes los componentes básicos de los alimentos.

EVALUACION.

La evaluación se realizará en el momento en que el niño proponga diversas combinaciones de alimentos tomando en cuenta los componentes básicos y también cuando sea capaz de realizar algún cartel con ilustraciones que contengan las diferentes combinaciones de los alimentos y los pueda relacionar con el funcionamiento de su organismo.

ACTIVIDAD 2

Que el alumno investigue con ayuda de su maestro que sustancias están presentes en los alimentos de origen animal y vegetal.

Para la realización de esta actividad es conveniente que en una clase el alumno mencione algunos alimentos de origen --

animal y vegetal que habitualmente consume. Con apoyo del -- maestro llegará a la conclusión de que la alimentación debe balancearse y que el organismo necesita sustancias tanto de ori-- gen animal como vegetal.

EVALUACION.

Se realizará por medio de preguntas directas con la finalidad de comprobar si el alumno no asimiló la importancia que - existe en la relación del consumo de los alimentos.

ACTIVIDAD 3.

Que el alumno comente con sus compañeros si todos los men sajes que se transmiten a través de los medios de comunicación favorecen sus hábitos alimenticios.

Para la realización de esta actividad es necesario que el niño participe activamente haciendo los comentarios en relación a la alimentación y las intenciones reales de la publicidad con sumista. Es necesario que el alumno seleccione material gráfi co con mensajes que el considere benéficos para su salud.

EVALUACION.

Esta se llevará a cabo a creterio del maestro, siempre -- tratando de respetar la individualidad de cada alumno.

Y será cuando este proponga mensajes que influyen positivamente en sus hábitos alimenticios y de higiene.

ACTIVIDAD 4

El alumno identificará que una dieta balanceada causará - beneficios en su desarrollo físico e intelectual.

Es necesario que en una clase se le dé al niño por parte del maestro una serie de conocimientos básicos acerca de los nutrientes que el cuerpo necesita para poder realizar sus funciones vitales y hacer notar que una dieta adecuada conlleva una - fuente de energía adecuada y suficiente que ser requiere para mantener el funcionamiento de todas las células del organismo.

El niño participará activamente con sus comentarios y ejemplos sobre una buena o mala alimentación, para que de esta manera se concretice y llegue a la conclusión de que los buenos hábitos alimenticios repercutirán en su actividad cotidiana y escolar.

EVALUACION.

Esta será por medio de un registro que el alumno realice sobre una serie de dietas que para él sean benéficas para su salud y alimentación, que incluya, desayuno, comida y cena diaria mente, es conveniente que los alumnos intercambien sus registros para el enriquecimiento de conocimientos sobre alimentación.

PARTICIPACION.

La anterior propuesta pedagógica, planteada en relación a la inadecuada alimentación en el niño, hizo que el educando -- con su participación se interesará cada vez más en cada uno de los proyectos planteados, ya que al conocer más detalladamente el valor nutritivo de los alimentos buscan y tratan de mejorar su alimentación.

El trabajo dependió de la actividad del grupo en su conjunto, ya que cada niño colaboraba con parte del proyecto, buscando con esto modificar su dieta alimenticia.

En el transcurso de las actividades se fueron integrando los padres de familia, por la razón de que sus hijos les exigían cada vez mejores dietas balanceadas.

El entusiasmo de los alumnos fué de vital importancia para el convencimiento de sus padres, para que de esta manera la mayoría de los niños llegará a la escuela habiendo tomado algún alimento.

En el transcurso del ciclo escolar y el desarrollo del -- proyecto, los padres de familia se enteraron de la importancia que tiene una buena alimentación en el aprovechamiento escolar, éstos mostraron buena disposición para alimentar a sus hijos -- conscientes del beneficio que esto manifiesta para lograr un mejor aprendizaje y gracias al auxilio de ellos los niños pudieron llevar a cabo una adecuada alimentación, y cumplir con sus tareas.

Las actividades fueron estructuradas en torno a una dieta adecuada, para que al docente se le presentará una mayor posibilidad de llevar a cabo el proceso enseñanza-aprendizaje.

ELEMENTOS DIDACTICOS.

Los elementos didácticos de la enseñanza-aprendizaje son aspectos que influyen poderosamente y son determinantes en el desempeño académico del alumno y en la actuación del docente..

Esta propuesta se realizó por medio del método inductivo, donde se le presentó al alumno una serie de información y conceptos que el pudo adquirir con la ayuda oportuna del maestro - donde a través de la observación y la experiencia logró formar nuevas estructuras en su conocimiento cada vez más cuantitativas y cualitativas.

Gracias a los elementos didácticos ordenadamente y con características congruentes del educando y del grupo escolar, fué posible aspirar a condiciones de verdadera eficacia pedagógica.

Para la realización y desarrollo de este proceso se trató de cubrir los siguientes puntos fundamentales como lo son :

- Tener siempre presente los objetivos que se pretenden lograr y con base en esto el maestro pudo diseñar las estrategias pedagógicas.
- Se emplearon técnicas e instrumentos de evaluación apropiados, de acuerdo a las características del niño y -- del grupo del cuarto grado, sirvió como base para la - realización de este trabajo. (grupo con el que se trabajo).

Ademas se enriquecio la observación con el uso de otras - técnicas e instrumentos como pruebas objetivas de respuestas libre o cerrada, técnicas sociométricas, etc. que le permitieron evaluar desde el aprovechamiento escolar hasta las habilidades, destrezas, actitudes y niveles de desarrollo que presentaban --

los niños.

Se trató en todo momento que el niño participara activamente en las actividades propuestas y considerar su iniciativa, participaciones, comentarios, trabajos de equipo y las investigaciones personales.

Se pretendió en todo momento que la evaluación fuera integral, tomando en consideración los diferentes aspectos del desarrollo del niño.

C O N C L U S I O N E S .

El trabajo que aquí se presenta es una posible respuesta al problema de como influye una mala alimentación en el aprovechamiento intelectual del niño.

Es importante que tanto maestros como padres de familia y alumnos estén conscientes de que un mal aprovechamiento es una consecuencia directa de una alimentación carente de nutrientes.

Por lo tanto es necesario que el niño aprenda a clasificar a los alimentos que lo conlleven a consumir una dieta balanceada.

Es prudente mencionar los distractores que presentan los medios masivos de comunicación en relación a los alimentos pobres en sustancias nutritivas, que repercuten en el desarrollo del individuo.

La prueba pedagógica muestra a los alumnos que para alimentarse bien no es necesario consumir ciertos productos difundidos por los medios de comunicación, ya que estos tienen un fondo mercantilista y nunca nutritivo.

Entonces, se propone que el alumno haga una reflexión y comprenda que la alimentación es determinante para su desarrollo en cualquier campo.

Se propone también que el maestro haga énfasis en poner en práctica una serie de conocimientos para la formación de buenos hábitos alimenticios en los alumnos y a su vez en sus padres.

Al hacer hincapié en lo anterior y poner en práctica esta propuesta se formarán alumnos que modifiquen su manera de ali--

mentarse y esto manifestará en su actividad cotidiana un mejor desenvolvimiento creativo, participativo en beneficio de su salud y su incorporación a su comunidad y ala sociedad.

B I B L I O G R A F I A .

- BERG Alan. Estudios sobre nutrición. Editorial Limusa, S.A.
1987. 327 P.
- SECRETARIA de Educación Pública. Educación para la salud. -
S.E.P. 1987. 294 P.
- SECRETARIA de Educación Pública. Libro para el maestro cuarto
grado. Edición Primera. 1982. 295 P.
- UNIVERSIDAD Pedagógica Nacional. Desarrollo del niño y apren-
dizaje escolar, Antología. Edición Primera. 1986. 366 P.
- UNIVERSIDAD Pedagógica Nacional. Escuela y Comunidad, Antolo-
gía. Edición Primera. 1985. 239 P.
- UNIVERSIDAD Pedagógica Nacional. Teorías del aprendizaje, An-
tología. Edición Primera. 1986. 448 P.