

GOBIERNO DEL ESTADO DE YUCATAN
SECRETARIA DE EDUCACION



UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL
UNIDAD 31-A MERIDA



COMO PROPICIAR QUE EL NIÑO DE PREESCOLAR MEJORE SU ALIMENTACION

MARIA MIREYA NOVELO NOVELO

**PROPUESTA PEDAGOGICA PRESENTADA
PARA OBTENER EL TITULO DE
LICENCIADA EN EDUCACION PREESCOLAR**

MERIDA, YUCATAN, MEXICO.

1994



UNIVERSIDAD
PEDAGOGICA
NACIONAL

DICTAMEN DEL TRABAJO PARA TITULACION

Mérida, Yuc., a 1 de Julio de 1994.

C. PROFR. (A). MARIA MIREYA NOVELO NOVELO.
P R E S E N T E.

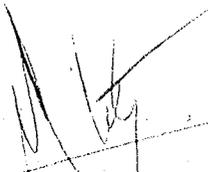
En mi calidad de Presidente de la Comisión de Titulación de esta Unidad y como resultado del análisis a su trabajo intitulado:

"COMO PROPICIAR QUE EL NIÑO DE PREESCOLAR MEJORE SU ALIMENTACION".

opción PROPUESTA PEDAGOGICA a propuesta del asesor C. Profr.(a)
ANDRES UC DZIB manifiesto a usted que reúne los requisitos académicos establecidos al respecto por la Institución.

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

ATENTAMENTE


PROFR. ENRIQUE YANUARIO D. G. ORTIZ ALONZO.
PRESIDENTE DE LA COMISION DE TITULACION.



S. P. N.
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA
NACIONAL
UNIDAD 311
MERIDA

DEDICATORIAS

A MIS HIJAS

Quienes aún siendo pequeñas
me brindaron su amor
motivándome a elevar
cada día más
mi perfil profesional

A MI ESPOSO

Quien con cariño y comprensión
cultivó siempre en mí
el deseo de superación.

I N D I C E

INTRODUCCION.....	1
I. INCIDENCIA DE LA ALIMENTACION EN EL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE.....	7
A. Problemática encontrada en la práctica docente.....	7
B. Expectativas que se esperan al favorecer la relación del niño con el medio natural.....	11
II. LA IMPORTANCIA DE LA ALIMENTACION.....	17
A. Actitudes que presentan en su alimentación los niños del tercer grado del Jardín Andrea Aguilar de Cuevas.....	17
B. Referencias acerca del régimen nutricional.....	22
C. Alimentos del hombre.....	31
III. ELEMENTOS QUE INTERVIENEN EN LA PRACTICA DOCENTE.....	36

A. Estudio crítico del proceso Enseñanza-	
Aprendizaje.....	36
B. Características de las etapas del desarrollo	
cognitivo	41
IV. PANORAMA HISTORICO, SOCIAL, CONTEXTUAL E	
INSTITUCIONAL DONDE SE DESARROLLA LA	
PROBLEMATICA.....	53
A. Vinculación escuela y comunidad.....	53
B. Historicidad del Jardín de Niños en el que	
se interectuará	54
C. Descripción de la localidad.....	59
V. ALTERNATIVAS QUE SE PROPONEN PARA MEJORAR LA	
ALIMENTACION EN EL NIVEL PREESCOLAR.....	64
A. Fundamentos didácticos que se proponen para la	
enseñanza y el aprendizaje del contenido	
seleccionado.....	64
B. Proyecto	75

C. Aplicación.....	100
D. Evaluación.....	105
E. Resultados	107
VI. CONGRUENCIA INTERNA Y METODOLOGIA UTILIZADA EN LA ELABORACION DE LA PROPUESTA.....	117
A. Congruencia interna.....	117
B. Metodología utilizada.....	122
CONCLUSIONES.....	126
BIBLIOGRAFIA.....	132

INTRODUCCION

Resulta importante destacar que la presente propuesta pedagógica es fruto del análisis y reflexión que hace el docente acerca del problema detectado en el grupo escolar en el que interacciona, valiéndose para ello de todos los conocimientos adquiridos en el transcurso de los ocho semestres de la Licenciatura en Educación Preescolar.

El problema al que se hace referencia en esta propuesta pedagógica es la falta de conocimientos de los alumnos acerca de una alimentación balanceada, por considerársele de suma importancia ya que afecta el desarrollo integral de éste.

La idea central del desarrollo de este trabajo reside en el hecho de proporcionar al docente alternativas novedosas y atractivas mediante el planteamiento de actividades organizadas y calendarizadas para lograr que el niño de preescolar adquiera los conocimientos para mejorar su alimentación.

Entre sus principios esta propuesta considera el

respeto a las necesidades e intereses de los niños así como su capacidad de expresión y juego favoreciendo su proceso de socialización.

Se estima que al tratar de seguir los principios planteados serán los alumnos quienes recibirán los beneficios como sujetos prioritarios del proceso enseñanza-aprendizaje.

Esta propuesta resulta de vital importancia no sólo para la educadora sino también para todas aquellas personas que estén interesadas en conocer el mundo en que se desenvuelven el niño preescolar.

A través de esta propuesta el maestro se convierte en agente, capaz de propiciar la práctica de hábitos para mejorar la alimentación de los alumnos, así como de los individuos que conforman la comunidad donde ejerce su práctica docente. Por lo tanto la acción del maestro no debe limitarse exclusivamente a la escuela, sino extenderse hasta el hogar del niño para tratar de ayudarlo en la solución de los problemas a los que se enfrentan.

La estructura de la propuesta consta de seis

capítulos los cuales están encaminados hacia el propósito de que el niño de preescolar puede mejorar su alimentación, para preservar su salud.

En la introducción, es donde se plasma el contenido de la propuesta, así como los propósitos que se persiguen alcanzar mediante la elaboración de la misma.

También se mencionan su importancia, sus principios y se especifica lo que contiene cada uno de los capítulos en los que se estructura el trabajo.

En el primer capítulo, se hace referencia a la problemática encontrada en la práctica docente así como la incidencia de ésta en el proceso enseñanza-aprendizaje.

También se presenta un bosquejo general del problema describiendo los hechos y acontecimientos que giran en torno a él. Se delimita el contexto en donde se desenvuelve éste, se plantea como un problema con necesidad de solución y se especifican los propósitos por convertirlo en objeto de estudio.

La justificación y los objetivos forman parte de

este capítulo. En la primera se mencionan los argumentos que sustentan la importancia del problema y en los segundos se mencionan los propósitos que se persiguen en la elaboración de la propuesta, a nivel teórico, social y pedagógico.

El segundo capítulo aborda el desarrollo histórico de la alimentación y se habla sobre la importancia que tiene ésta como contenido de aprendizaje.

También se plantean ideas acerca del régimen nutricional que pueden seguir los individuos para preservar su salud.

El tercer capítulo nos detalla las características de los elementos que intervienen en la práctica docente.

A la vez estudia al niño como un ser biopsicosocial, con características propias y maneras de sentir y pensar, tomando en cuenta su edad. A la vez se mencionan los diversos estadios de desarrollo por los que atraviesa el niño, desde que nace hasta su adolescencia.

En el cuarto capítulo se explica el panorama

general del contexto en que se desenvuelve la práctica docente, tanto dentro de la escuela como fuera de ella; se especifican las condiciones geográficas, culturales, sociales y económicas de la comunidad que la circunda, así como de las características del grupo en que se presenta el problema y de la escuela en general. Estas referencias permiten tener un mayor acercamiento al objeto de estudio.

El quinto capítulo plantea la estrategia didáctica que se utilizó para que los niños favorecieran su alimentación, mediante la realización de actividades en forma adecuada. Esta se expone a través de un proyecto, en donde se diseñan los propósitos perseguidos y las actividades que están al alcance de los niños; tomando en cuenta sus intereses y necesidades con el fin de darle solución al problema. Se especifican los medios o recursos que se utilizan para llevar a cabo satisfactoriamente el proceso enseñanza-aprendizaje.

Se describe la aplicación del proyecto para conocer las limitantes con las que se enfrentaron. Se evalúa en forma general para conocer los vacíos existentes y se registran los resultados obtenidos.

En el sexto capítulo se analiza la congruencia interna y la metodología que se utilizó durante la elaboración de la propuesta.

Luego se expresan las conclusiones generales que se obtuvieron y que informan los puntos más sobresalientes de la propuesta.

Se enfocan las perspectivas que pueden servir de guía para otras investigaciones.

Por último se incluye la bibliografía y los anexos que sustentan el presente trabajo.

El resultado de este trabajo dependió en gran parte de los niños, el maestro y las condiciones laborales e institucionales en donde se aplicó la propuesta.

Esta propuesta puede servir de guía a otros maestros de educación preescolar que se encuentran en una situación similar a ésta.

I. INCIDENCIA DE LA ALIMENTACION EN EL PROCESO ENSEÑANZA - APRENDIZAJE.

A. Problemática encontrada en la práctica docente.

Como responsable de la acción educativa se tiene como función observar las manifestaciones de los niños en sus juegos y actividades para así guiar, promover, orientar y coordinar el proceso educativo, por lo que al cumplir con el rol ya mencionado se pudo detectar que la mayoría de los niños no participaron en las actividades donde se requiere de mayor movimiento como son: rutinas de estimulación fisiológica, educación física y cantos y juegos, circunstancias que obstaculizan el avance de dicho proceso, pues en el nivel preescolar "el juego es la principal estrategia de que nos valemos para ayudar al niño a explorar su mundo construyendo así su conocimiento".(1)

Al investigar las gnesis de estas conductas se obtienen varios antecedentes que apoyan las hipótesis de que cuando un niño está mal alimentado tiene bajo

(1) Elizabeth Velázquez. "El juego en el proceso educativo del niño. En: Ecología. Antología, p.p. 6-7.

rendimiento escolar.

De manera general se puede reiterar que la mayoría de los niños del grupo con el cual laboro carecen de una alimentación adecuada.

Esta falta de orientación en el régimen nutricional se debe a dos factores:

Por un lado a la falta de recursos económicos para obtener alimentos indispensables como leche, carne, huevos, verduras, frutas, frijol y por otra al hecho de pertenecer a un mundo contemporáneo, en donde el ser humano no conoce los peligros inexorables a los que se expone cuando a ciegas sigue un régimen alimentario de la época como es el de consumir productos recocidos y refinados.

En el proceso enseñanza-aprendizaje se adoptan diferentes formas que sugieren maneras distintas de llevar a cabo la educación escolar.

En el programa de Educación Preescolar si el tema la alimentación se ubica en la unidad del mismo nombre, pues dicho programa tiene diez unidades que se sugieren ser tratadas a lo largo del curso escolar.

Ahora, con el Acuerdo Nacional para la Modernización Educativa, aparece el programa de Educación Preescolar 1992, que permite en la teoría y prácticas educativas elaborar alternativas que brinden una nueva dinámica escolar a fin de ayudar a los niños a resolver los problemas que les interesen.

Este nuevo programa está estructurado a través de proyectos, que hacen posible la organización de juegos y actividades propias de esta edad, que se desarrollan en torno a una pregunta, problema o a la realización de una actividad concreta.

El tema la Alimentación se toma como una alternativa para favorecer de manera preponderante los aspectos de desarrollo del niño, relacionados con el bloque de juegos y actividades de relación con la naturaleza.

Los contenidos que conforman este bloque son:

- Salud.
- Ciencia.
- Ecología.

Dicho tema se puede ubicar en el contenido de la salud, por lo que las actividades que aquí se proponen de no surgir de los intereses de los niños del grupo, serán sugeridas pues compete a los docentes:

"Orientar a los padres de familia y a los niños acerca de la necesidad de ingerir alimentos nutritivos que permitan su sano crecimiento, aprovechando las fuentes de alimentación que su región le ofrece y así mismo realizar visitas a instituciones de salud.(2)

Es recomendable que en el quehacer docente, nos transformemos en agentes precursores de cambios, de tal manera que nuestros mensajes contrarresten la publicidad negativa, con la finalidad de que en los hogares de los niños se dejen de consumir productos que han sido procesados a altas temperaturas y que por ello han perdido sus valores nutricionales, stos son los alimentos conocidos como chatarra (sabritas, refrescos embotellados, laterías, etc.).

Para ello es conveniente que se den a conocer los efectos nocivos que trae el consumir estos productos, pues está comprobado que sólo sirven para crear

(2) Bloque de juegos y actividades de relación con la naturaleza. Programa 1992.

generaciones de niños obesos mal alimentados.

Otro aspecto negativo que trae como consecuencia este hábito es que se deteriora la economía de los padres de familia, pues para la compra de estos productos se requiere de sumas exorbitantes, beneficiándose solamente el comerciante.

B. Expectativas que se esperan al favorecer la relación del niño con el medio natural.

Por todo lo antes expuesto , se plantea la siguiente interrogante:

¿Cómo lograr que los niños del tercer grado del nivel preescolar, adquieran conocimientos acerca de la importancia de tener una alimentación balanceada?

Es sumamente importante propiciar que el niño reflexione acerca de la necesidad de mantener una alimentación adecuada como factor indispensable para el crecimiento y desarrollo pues en el salón de clases, un 35% del total de alumnos que forman parte del grupo presentan riesgos de desnutrición, datos que pude

corroborar al trasladarme a los domicilios de los mismos, pues por medio de entrevistas (pláticas con padres de familia), así como por las observaciones realizadas se extractaron datos tales como:

a) Un elevado número de los padres de los infantes carecen de empleo fijo, máxime que en la actualidad ya no existen actividades henequeneras, lo que hace suponer las carencias por las que atraviesan esas familias, incapaces de satisfacer situaciones apremiantes como: alimentación, ropa, calzado y vivienda.

b) En esta comunidad es común observar cómo las madres de familia se trasladan a la ciudad de Mérida o Cancún, en busca de fuentes de trabajo, para ayudar al sostén familiar, lo que afecta y desestabiliza el hogar, acrecentándose el problema de alimentación de los párvulos, pues se quedan a cargo de sus hermanos, o muchas veces solos.

c) Es preocupante observar que un porcentaje considerable de niños no asiste a los centros educacionales existentes, unos porque no se inscriben y otros porque desertan de éstos.

Para tratar de justificar esta situación se formulan hipótesis que señalan a los alumnos como únicos culpables, "pues al tener deficiencias nutricionales en su primera infancia, éstos disminuyen su rendimiento hasta alejarlos de las aulas".(3)

Sin embargo los docentes también pueden ser causantes, ya que si no se preocupan en investigar las conductas de los niños no los pueden ayudar a reducir el problema.

Las ideas que esta propuesta contengan se pueden tomar como ejemplo para mejorar cada día las prácticas educativas, por lo que es preciso que los docentes hagamos un análisis de nuestra labor, poniendo mayor énfasis en ésta, para lograr la interacción de los niños con el objeto de conocimiento y nuestra labor sea activa, tratando de seguir algunos postulados de la escuela nueva, "Para que a los alumnos, no se les de un aprendizaje informativo en donde solamente sean los receptores".(4)

Teniendo en cuenta que el Programa de Educación Preescolar, para su realización, se basa principalmente en el juego y que la meta principal es lograr el

(3) Alejandro Abuga y Lagunas, et al. "Educación y alternativas" En: Problemas de educación y sociedad en México. Antología. 18.

(4) Celatín Freinet. "Enseñanza bancaria". En: Teorías del aprendizaje. Antología p. 78-80.

desarrollo integral del alumno, es sumamente importante conocer el nivel alimenticio de los mismos.

Como se sabe, los alimentos son la base del bienestar del hombre, porque además de satisfacer el hambre, suministran las sustancias indispensables para la formación de todas las partes del cuerpo humano, y en general los adultos tienen tropiezos al elegir comidas balanceadas, por lo que los dietistas para facilitar esta tarea han confeccionado una lista de alimentos fundamentales divididos en cuatro grupos básicos: carnes, verduras y frutas; un tercer grupo de pan y cereales, y el cuarto de productos lácteos, cuando se comen en cantidades aconsejadas y con agua suficiente, estos alimentos forman parte de una dieta saludable, pues dado el avance de la publicidad tanto por radio, periódicos, televisión, revistas, existe el concepto de que consumir píldoras de vitaminas, yogurt u otros productos anunciados pueden ayudar a mejorar la buena salud, esto sin embargo no se puede afirmar en su totalidad.

Lo positivo que se puede aprovechar del hecho de que los niños conozcan los grupos básicos de

alimentación es la colaboración que aquellos pueden prestar en la creación de un huerto o una hortaliza, asimismo se puede trabajar con ellos la cría de diversos animales que contribuyan a crear un gasto menor.

Desde el punto de vista personal, es importante que se trate este tema en esta propuesta, pues también como madres de familia, esta orientación nos sirve de guía en las soluciones de nuestro hogar, pues nos ayuda a crear otras fuentes de trabajo para colaborar con el gasto familiar.

Otra expectativa que se pretende alcanzar al desarrollar esta propuesta es la de obtener el título de Licenciada en Educación Preescolar, preparación que me ayuda a mejorar mi perfil profesional en bien personal, así como de los niños con los cuales laboro.

Las experiencias que se obtuvieron a lo largo de este tiempo en las antologías de la Universidad Pedagógica Nacional, aunadas a las personales servirán de articulación para reunir las características académicas que requiere la elaboración de titulación.

Para lograr lo anterior se requiere plantear una serie de propósitos a seguir, pues estos ayudan a precisar los alcances de la propuesta, en cuanto a su impacto en el trabajo del maestro, en el aprendizaje de los conocimientos escolares.

Asimismo, con la finalidad de hacer más explícito este trabajo, se considera pertinente estructurarla de la manera siguiente:

Propósitos

1. Proponer actividades que amplíen las posibilidades de los alumnos, para adquirir conocimientos acerca de los alimentos beneficiosos para su salud.

2. Planear actividades orientadas a la preservación de la salud, con los otros maestros del Jardín de Niños y con los padres de familia.

3. Dar una serie de lecturas para el docente, las cuales lo hagan reflexionar sobre la problemática de la inadecuada alimentación y lo motiven a proponer acciones para tratar de remediar esta falta de conocimiento de ingerir alimentos nutritivos.

II LA IMPORTANCIA DE LA ALIMENTACION

A. Actitudes que presentan en su alimentación los niños del tercer grado del Jardín Andrea Aguilar de Cuevas.

Con el objetivo de encontrar otras causas que sirvan de referencia, acerca del origen del problema planteado en esta propuesta pedagógica se organizaron una serie de visitas familiares en las que se comprobó que los hogares en su mayoría han sido invadidos por medios de publicidad como es el caso de la televisión en la que los niños ocupan parte de su tiempo libre en ver programas, que en la mayoría de los casos los padres de familia no les clasifican, ya sea por no tener tiempo disponible o simplemente por carecer de información de los resultados nocivos que de éstos se obtienen, como por ejemplo:

En lo que respecta a los productos empaquetados papas fritas, golosinas como el picorey, que es un preparado de sal con chile y otras sustancias ácidas, lo único que le proporciona al niño es placer, sin

ningún contenido vitamínico. Otro caso es el de los refrescos de cola en sus diversas presentaciones, que también repercuten negativamente en la salud de los individuos.

Los aspectos antes mencionados, dificultan en mayor grado la puesta en marcha de estrategias que ayuden en primer lugar a concientizar a los niños y padres de familia a consumir productos naturales de origen animal o vegetal, entablándose una lucha entre lo que proyecta realizar en el ámbito escolar y lo que según los pater-familias e infantes se considera conveniente ingerir, porque así lo vieron u overon en la televisión y otros medios de información (radio, periódicos, cine, revistas, etc.).

En vinculación con la S.S.A. y el I.M.S.S., los docentes de este jardín actualmente están llévando un programa para detectar niños desnutridos o en riesgo de desnutrición. Como instrumento de medición para la detección de estos casos se coloca en el brazo izquierdo de los alumnos una cinta llamada braquial, y al ir pasando para la medición se les pide que flexionen el brazo ya referido. Los colores de que

consta esta cinta son:

Rojo, que significa desnutrido.

Amarillo, que se está en riesgos de desnutrición.

Verde, sin problemas en su alimentación.

Al hacerles la prueba, en este caso seis niños aportaron amarillo, y uno el color rojo, por lo que hablando de porcentaje, esto significa que aproximadamente el 35%, presenta problemas de desnutrición, situación que es la parte medular en este trabajo, pues cuando existen en el grupo niños con estas características, la práctica educativa se obstaculiza, pues de acuerdo con investigaciones realizadas por especialistas en el ramo, se tiene la certeza de que en algunos casos los niños desertan de la escuela por no tener una alimentación adecuada, pues es común ver durante las prácticas escolares como los niños se duermen en sus sillas o simplemente se fastidian o no participan en dichas actividades.

Nuestra labor no es solamente investigativa, por el contrario, se plantean estrategias para tratar de solucionar el problema, y estas se jerarquizan de la

manera siguiente:

1. Planear actividades para remitir al I.M.S.S. o a la S.S.A., los niños en riesgos de desnutrición mediante unos oficios.

2. Llevar con los niños proyectos que se deriven de la alimentación, tratando de que utilicen los productos naturales de su región.

3. Complementar con pláticas sobre alimentación con los padres de familia, así como elaborar recetarios con ellos.

Se considera conveniente recalcar que para los individuos es importante contar con una alimentación adecuada, entendiéndose por ésta, todo aquello que le pueda nutrir aún cuando su costo no sea elevado, pues cuando el ser humano cuida de su alimentación, sus facultades para desarrollar las actividades encomendadas serán óptimas en la mayoría de los casos.

Con respecto a la desigualdad que existe entre todos los aspectos de la realidad Nacional, principalmente entre el campo y la ciudad ocupa un importante lugar la satisfacción de necesidades

esenciales como la alimentación, ropa, vivienda, etc. En la ciudad la mayoría de los habitantes tienen mayores ingresos que los del campo, por lo que para los segundos las posibilidades para satisfacer esas necesidades son más reducidas que para los primeros, haciéndoles hincapié en la importancia de hacer cultivos de algunas hortalizas como rábanos, zanahoria, cilantro, calabaza en el patio del Jardín de Niños, ya que se estima que dar el ejemplo es mejor que hablar, para que los niños se conviertan en agentes en sus hogares y con sus compañeros.

También es de relevancia ayudar a los niños a no incurrir en la práctica de malos hábitos alimenticios, como por ejemplo comer a cualquier hora, y orientarlos a practicar hábitos de higiene para la preservación de la salud.

Otra de las características que podemos tomar en cuenta para detectar a los niños con riesgos de desnutrición son las siguientes: bajo peso, estatura baja, cabello quebradizo y debilidad. (Fatiga para efectuar sus actividades).

Con la finalidad de coadyuvar a interpretar los

datos que expliquen las causas del problema que aquí se plantea, se procede a la elaboración del marco teórico para lo cual se recurre a investigaciones diversas que sintetizadas se presentan de la siguiente manera:

B. Referencias acerca del régimen nutricional.

La nutrición es el proceso por el que la célula se provee de materiales esenciales para su vida, es un fenómeno complejo que se relaciona con otros dos procesos: La síntesis para realizar la fase constructiva del metabolismo (anabolismo) y la respiración en la fase destructiva (catabolismo).

A este proceso le sigue la digestión, que es el conjunto de transformaciones necesarias de los alimentos a fin de que puedan ser utilizadas por las células.

El hombre necesita tomar del exterior sustancias orgánicas ya elaboradas procedentes de vegetales y animales.

La desintegración de los alimentos comienza con la

masticación y prosigue por la acción de los fermentos de la saliva, jugos gástricos intestinales, pancreáticos y por la bilis, siendo el aparato circulatorio el encargado de llevar a todos los tejidos del cuerpo humano las sustancias nutritivas que son asimiladas por las células, y éstas cumplen dos misiones: colaborar para mantener con vida el cuerpo, cuidando su metabolismo, formando nuevas células que reemplacen a las ya desgastadas.

Las células son comparables al motor de un automóvil; también necesita combustible energético; el combustible del motor es la gasolina, en unión del oxígeno del aire; el de las células son las sustancias alimenticias, que se forman por la transformación de los alimentos en el aparato digestivo y que lleva a las mismas a través de la sangre, junto con el oxígeno del aire inhalado, la combustión o sea la reacción entre combustible y oxígeno, que en el motor tiene lugar a velocidad explosiva, en las células se efectúa lentamente y sin gran producción de calor. En ambos casos se liberan los subproductos como anhídrido carbónico y agua.

Para que el cuerpo funcione bien precisa de una alimentación contituida por los tres grupos de sustancias más importantes: hidratos de carbono, grasas y proteínas (albúminas). Los hidratos de carbono (azúcar, almidones, etc.) se encuentran en las levaduras, frutas, leche y arroz y dulces, tranformándose en azúcares simples dentro del aparato digestivo, las grasas se encuentran sobre todo en la mantequilla, la nata y el queso, también en la carne y el pescado, almacenándose una parte en el cuerpo y quemándose el resto para producir energía inmediateamente. En proporción las grasas dan más energía que los hidratos de carbono. Las proteínas son como materiales de construcción, encontrándose especialmente en la carne y en el pescado y sólo en pequeñas cantidades en las frutas y verduras, y en el aparato digestivo se descompone en aminoácidos, que luego se utilizan para nueva substancia celular.

Si el cuerpo está falto de combustible, como ocurre cuando se tiene hambre, las proteínas pueden transformarse en hidratos de carbono y aprovecharse para la combustión. Además de estos alimentos el cuerpo necesita vitaminas, sales minerales y agua.

" El hombre puede recibir todas las sustancias alimenticias a través de un régimen de comida, ya sea vegetariano o carnívoro, no obstante casi todos los investigadores estiman que lo ideal es combinarlos.(5)

Desde el punto de vista de la nutrición los seres vivientes se clasifican en autótrofos y heterótrofos. Las células de los primeros sintetizan todos los nutrientes que necesitan o sea fabrican individualmente su propio alimento; para ello requieren un gran aporte energético. Según la procedencia de esta energía, los autótrofos pueden subdividirse en:

- Fotosintéticos si el origen de la energía es la luz, y realizan el proceso llamado fotosíntesis.

- Quimiosintéticos (ciertas bacterias) si el origen de la energía reside principalmente en sustancias inorgánicas que se encuentran en el medio ambiental donde viven.

En cuanto a los seres heterótrofos, para su nutrición dependen de otros organismos, pues son incapaces de sintetizar sus alimentos a partir del carbono, por ello deben ingerirlos sintetizados

(5) Alimentos. Enciclopedia temática combi ciencia.
v.3, p. 80.

previamente por los autótrofos. Los heterótrofos necesitan así mismo ingerir aminoácidos y vitaminas que no sintetizan. Estos organismos se clasifican en:

Simbioses

Saprófitos

Holozoicos

Los simbioses (de simbiosis que significa vivir juntos) se distinguen según el tipo de asociación:

Parasitismo. Si un organismo se nutre a partir del alimento sintetizado por otro llamado huésped como la solitaria.

Mutualismo. Si dos distintos organismos viven juntos favoreciéndose mutuamente.

(Ejemplo: La bacteria *Rhizobium* y las raíces del trébol), y:

Comensalismo. Si uno de los organismos se beneficia y el otro ni se beneficia ni se perjudica (como es el caso de la rémora y el tiburón).

Los saprófitos se alimentan de nutrientes que

proceden de protoplasma muerto o de los productos de éste (como las bacterias que se descomponen los cuerpos de los animales y de las plantas, las levaduras, etcétera).

Los holozoicos, que constituyen la mayoría de los animales (entre ellos el hombre) se alimentan de protoplasma a granel, es decir se alimentan de otros organismos mediante un proceso que se denomina ingestión.

La digestión y absorción.

La digestión es el proceso metabólico que sigue a la nutrición y consiste en el conjunto de transformaciones necesarias para la preparación de los alimentos a fin de que puedan ser utilizados por las células.

Dicha preparación no es más que el paso del alimento a formas moleculares directamente aprovechables por las células. Para ello se utilizan enzimas especiales.

La digestión tiene lugar tanto en las plantas como en los animales, pero siempre consisten en la

mencionada descomposición del alimento en moléculas.

"La absorción es el proceso mediante el cual las moléculas alimenticias procedentes de la ingestión atraviesan la membrana celular gracias a fenómenos de difusión osmóticos. Las membranas realizan un proceso selectivo, pues rechazan ciertas moléculas y aceptan otras".(6)

El ser humano necesita comer una variedad de alimentos de origen animal y vegetal, deben poseer una combinación de los nutrientes que su cuerpo requiere.

En cada región se consume diferentes tipos de alimentos para tener una dieta equilibrada. Los alimentos contienen distintas proporciones de grasas, azúcares, proteínas, vitaminas y minerales. El organismo obtiene de cada alimento, diversos nutrientes y los utiliza en diferentes formas.

"Una parte de la comida que ingerimos proporciona la energía necesaria para poder trabajar y mantener el cuerpo a una temperatura constante.(7)

La cantidad de energía que cada alimento da, se

(6) Nutrición. Enciclopedia básica juvenil v.4, p. 555.

(7) S.E.P. Libro de Ciencias Naturales de 6° grado de primaria. "La Nutrición". p. 129.

mide en kilocalorías.

Los nutrientes que contienen más energía son las grasas.

Otra parte de los alimentos asimilados por el cuerpo se utiliza para producir nuevas células. Lo anterior nos permite crecer y reponer los tejidos que se van desgastando.

Algunos de los nutrientes indispensables para formar los tejidos del cuerpo son las proteínas que se encuentran sobre todo, en los alimentos de origen animal y en algunas semillas.

Las proteínas están constituidas a su vez por otras sustancias llamadas aminoácidos. Diariamente debemos comer diez tipos de ellos que son los aminoácidos esenciales.

Algunos productos como la leche, el huevo, la carne y el pescado contienen suficiente cantidad de aminoácidos y se les conoce como "alimentos completos".

Las semillas contienen proteínas, sin embargo en muchas, algunos de los aminoácidos se encuentran en

cantidades insuficientes.

En general los cereales y semillas que se dan en espiga se pueden combinar con las leguminosas y semillas que se dan en forma de vaina; o con leche y productos derivados del mismo, para complementar los aminoácidos que se requieren.

Para obtener todos los nutrientes que necesitamos diariamente es importante comer alimentos de cada uno de los siguientes grupos:

Cereales y tubérculos: Cebada, maíz, trigo, arroz, papa, camote y jicama.

Leguminosas: Chicharos, frijol, soya, lenteja, haba, cacahuate.

Carnes, pescado y huevo

Frutas y verduras: Sandía, naranja dulce, uva, plátano, mandarina, fresa, chayote, tomate, col, pepino, etc.

Leche y sus derivados.

C. Alimentos del hombre.

El hombre necesita una alimentación, especialmente como omnívoro precisa de que ésta sea completa (vegetal y animal) se puede precisar que ésta debe ser variada comparada con la de los animales.

Todo ser viviente animal y vegetal o animal está en general constituido por los mismos elementos: carbono, hidrógeno, oxígeno y nitrógeno.

Con respecto al hombre, sus pulmones y su corazón cooperan para aprovechar el oxígeno del aire, el carbono y el hidrógeno se encuentran en los alimentos, sobre todo como hidratos de carbono. El nitrógeno es suministrado también por los alimentos en forma de albúminas (proteínas).

El hombre vive de vegetales y animales, nuestro alimento ha de tener tanto el contenido necesario de energía como los componentes antes mencionados. Según los expertos, han de ser de un alto valor, lo cual significa que deben contener todos los aminoácidos necesarios para que el cuerpo fabrique sus propias proteínas.

Sin embargo, el hombre elige sus alimentos influidos por muchos factores. La sensación de hambre nos impulsa a comer, queremos hartarnos, pero la sensación de saciedad depende sobre todo de la cantidad de calorías, ya que carecemos de un instinto que nos diga que sustancias necesitamos. Lo decisivo aquí es la existencia de cierto alimentos, las costumbres y las condiciones económicas.

Nuestros antepasados vivían de la caza, la pesca y de la recolección de plantas y frutos. Poco a poco cultivaron otras plantas y domesticaron animales. Los que disponían de ganado recibían de éste la mayor parte de lo necesario: carne, sangre y leche, por lo que añadiendo algunas frutas y verduras, adquirían una alimentación completa.

De acuerdo con el desarrollo de las comunicaciones y de la técnica de la conservación no necesita ya recoger los alimentos del alrededor. En la actualidad los factores económicos son los que más influyen en la selección de alimentos. En ciertos países, sin embargo, las costumbres están influidas por ciertos prejuicios de tipo generalmente religiosos. Esta es

la causa de que en algunos lugares la población esté subalimentada y padezca una serie de enfermedades. Como los cereales resultan bastante económicos, la alimentación de los países pobres se basa a menudo en harina, grano, pan y similares, en tanto que el consumo de otros productos es muy escaso.

El resultado de todo ello es la falta de proteínas y minerales. En los países ricos por el contrario, el peligro radica en el superconsumo, sobre todo de grasas.

La información en materia de alimentación es por consiguiente, de la mayor importancia.

Consumo de calorías.

Un adulto que haga un trabajo ligero necesita unas 2,500 calorías por día, una mujer algo menos. El promedio del consumo de calorías en los países subdesarrollados es inferior a sus necesidades.

Consumo de proteínas.

La necesidad mínima de proteínas animales se calcula en unos treinta gramos por día. En muchos

países no se alcanza esta cifra, ya que la gran mayoría de sus habitantes recibe menos de diez gramos diarios.

Vitaminas.

"Puesto que en el cuerpo no se producen vitaminas debemos conseguirlas mediante la alimentación. Realmente precisamos de cantidades muy pequeñas pero éstas son imprescindibles para el metabolismo normal. Entre otras funciones las vitaminas tienen la de activar las enzimas".(8)

A continuación se enumeran algunas de las ventajas que le proporcionan al cuerpo humano las vitaminas.

La vitamina "A", favorece a mantener sana la vista, la piel y las mucosas. Interviene también en el crecimiento.

La vitamina "B", ayuda en el funcionamiento de nuestros órganos internos, así como del sistema nervioso, también facilita la digestión y el aprovechamiento de otros nutrientes.

La vitamina "C" favorece la cicatrización y mantiene fuertes las paredes de las células y los capilares. Si nos falta las bacterias entran fácilmente

(8) La nutrición en la época Contemporánea.
Enciclopedia temática combi ciencia. v.3,
p.p. 12.

y pueden ocasionar infecciones.

Calcio: con él se forman los huesos y los dientes.

Hierro: se necesita para la formación de los glóbulos rojos.

III. ELEMENTOS QUE INTERVIENEN

EN LA PRACTICA DOCENTE.

A. Estudio crítico del proceso Enseñanza-Aprendizaje.

Para aproximarse a un estudio crítico del aprendizaje se considera importante el análisis de las constantes sujeto-objeto, relación sujeto-objeto y contexto ya que éstos son elementos indisolubles, y a la falta de alguno de ellos difícilmente puede lograrse dicho proceso.

Respecto a la constante sujeto; se considera al que aprende, esto es al individuo que actúa para apropiarse de un determinado conocimiento y que se expresa en una totalidad en donde se reflejan sus aspectos biológicos, psicológicos, sociales e históricos.

La constante objeto, está referida al conocimiento o aprendizaje que el sujeto puede adquirir como producto de su relación con el medio. Estos conocimientos abarcan una amplia expectativa que puede ir desde algunos eventos particulares, hasta la

adquisición de hábitos y actitudes, incluyendo los valores, las normas y las costumbres de la sociedad, en que se desenvuelve el individuo.

La relación sujeto-objeto, surge a partir de la forma en que ambos se aproximan, relación que es conceptualizada desde varios puntos de vista, según las teorías que las explique.

Por último la constante contexto, hace referencia a la situación o situaciones donde se lleva a cabo el aprendizaje, haciendo hincapié en las condiciones ambientales presentes en la relación sujeto-objeto.

Asimismo se considera conveniente, dar mayor información acerca de algunas corrientes psicológicas que sirven de base para algunas explicaciones del aprendizaje escolar, las cuales son: Las conductuales, las cognitivas y las psicogenéticas, que de alguna manera son las relevantes en el ámbito educativo actual.

Dentro de la concepción conductista, el aprendizaje es concebido como un cambio observable en la conducta y de acuerdo con la naturaleza específica

del proceso de aprendizaje.

El enfoque conductual ha resultado ser uno de los de mayor aceptación en el campo de la educación, sobre todo en las llamadas máquinas de enseñar en el aprendizaje programado" y en la administración de "Contingencias" en el aula.

En esta corriente psicológica se concibe al objeto de conocimiento (ambiente) como prioritario en la relación sujeto-objeto.

Su propósito se centra en la predicción y control de la conducta, a partir de la manipulación de las variables responsables de la ocurrencia de esa conducta. Se centran en el estudio del sujeto como individuo.

Teorías cognitivas: La concepción cognitiva del aprendizaje considera a los individuos como seres activos, iniciadores de las experiencias que conducen al aprendizaje, entonces, con objeto de proporcionar un significado a los hechos se utilizan todos los instrumentos mentales disponibles; por lo tanto lo que se aprende depende de lo que se conoce, de la forma en

que es tratada la nueva información, en donde el esfuerzo es la disminución de incertidumbre que conduce a una sensación de dominio y comprensión.

Aunque en la concepción cognitiva se subrayan las actividades internas como el pensamiento y el sentimiento, "los factores externos como las estrategias y materiales de enseñanza pueden desempeñar un importante papel en el aprendizaje".(9)

Teorías Psicogenéticas (Piaget): por los alcances y aportaciones teóricas de los estudios psicogénéticos de Piaget, éste merece una atención especial, básicamente por su enfoque cognitivo estructural. La propuesta de este autor propone explicar la forma en que se desarrolla el pensamiento, con base en una perspectiva genética que consiste en la caracterización de las diferentes operaciones y estructuras mentales que se presentan desde el nacimiento hasta la edad adulta y se considera determinantes en la adquisición y evolución del conocimiento. Se destaca la relación sujeto-objeto, porque las experiencias en forma activa por parte del sujeto con el objeto, permiten la adquisición y transformación del conocimiento.

Por tanto para Piaget, existe, una continuidad

(9) John S. Brubacher; "Filosofías Modernas de la educación". En: Teorías de aprendizaje. Antología. p.p. 285-289.

entre los procesos de adquisición de conocimientos y la organización biológica del sujeto, centrando su objeto de conocimiento en la estructura del pensamiento.

Los sistemas del desarrollo de las estructuras cognitivas pueden ser relacionadas en términos del aprendizaje con los estadios o etapas del desarrollo evolutivo de la inteligencia. Piaget considera "que los individuos pasan por todas la etapas cognitivas, siguiendo el mismo orden de presentación en que van evolucionando".(10)

A continuación se especifican las características del "esquema de acción", propias de cada estadio en las cuatro etapas siguientes:

El sensoriomotor (0 - 2 años)

Preoperacional (2 - 7 años)

Operaciones concretas (7 - 11 años)

Operaciones formales (11 - 15 años)

(10) Gerard de Montpellier. "La teoría del equilibrio". Paul Fraise y Jean Piaget. En: Teorías del aprendizaje. Antología. p.p. 118.

B. Características de las etapas del desarrollo cognitivo.

Seguidamente, comentaré brevemente, las distintas características de estos períodos, profundizando en las del preoperacional, pues en éste se ubican los niños del nivel preescolar, que son sujetos cuyas edades oscilan entre 4 y 5 años y meses y en ocasiones sin ser reconocidos institucionalmente se forman grupos con niños de 3 años.

Período sensoriomotor.- Desde el nacimiento hasta los dos años aproximadamente, la actividad del niño, se basa principalmente en los cinco sentidos y en el movimiento de sus miembros, lo cual le permite conocer mejor el espacio y las cosas que lo rodean (mirando-tocando), sin embargo a esta edad la actividad mental es limitada y poco a poco el niño empieza a imitar modelos que están ausentes, a anticipar la presencia de objetos y personas conocidos. Esta etapa prepara las bases para las siguientes en el sentido de que actuando con objetos concretos, el niño estructura conceptos sobre el conocimientos físico del medio ambiente.

Período preoperacional.- Va de los dos a los siete

años aproximadamente, se caracteriza porque el niño es capaz de manejar la realidad simbólicamente, los actos sensoriomotores, aquellos en los que el pensamiento del niño dependía de la relación con objetos concretos pasan a ser representaciones de la realidad que el niño pueden manejar interiormente.

La representación se da a través de formas verbales y no verbales. Las formas verbales son las orales y las escritas utilizando palabras.

En general en esta etapa apenas estará utilizando las formas verbales y no verbales orales, pero en el periodo siguiente, el operacional concreto, empezará a representar su conocimiento a través de las formas ya descritas; por lo tanto estará capacitado para leer y escribir.

Siguiendo con la idea central de este apartado se ejemplificarán las representaciones externas del pensamiento.

a) Índice o Señales

Tienen una relación cercana de tipo físico con el hecho y con el objeto que representan. Por ejemplo:

El humo indica fuego y unas huellas de gallo, indican que pasa por ahí ese animal.

b) Símbolos

Representan a una cosa manteniendo con ella una relación menos estrecha que la del índice. Por ejemplo: las señales de las carreteras, las mímicas, las onomatopeyas.

c) Signos

Son las representaciones abstractas y convencionales de un hecho o acción. Por ejemplo: Palabras, números, no guarda ningún parecido con el objeto.

Es de importancia conocer estos tres tipos de representación, pues, como agentes educativos esto nos ayudará para proporcionar a nuestros alumnos varias oportunidades de representar sus conocimientos utilizando mucho los dos primeros aspectos para que tengan una buena base y mediante las experiencias de aprendizaje se preparen para la lecto-escritura, las operaciones lógico-matemáticas y el conocimiento del mundo físico y social.

Otra característica, sin duda la de más relevancia en el período preoperacional es la representación. Piaget denomina esta capacidad como Función Simbólica.

Existen por lo menos cinco diferentes formas de representación, que si bien aparecen casi simultáneamente, implican distintas necesidades de complejidad.

La forma más sencilla de representación es la imitación diferida o sea aquella que se da en ausencia del objeto que se imita.

Otra forma es el juego simbólico, el cual consiste en utilizar objetos para representar acciones pasadas. El objeto utilizado adquiere características distintas a la realidad exterior.

Posteriormente viene el dibujo que es una imagen gráfica que evoluciona desde los garabatos hasta el realismo. En este período se exagera tanto que el niño no se preocupa por la perspectiva visual.

Después del dibujo aparece la imagen mental que en realidad es una imitación interiorizada.

Finalmente, el lenguaje, permite evocar verbalmente acontecimientos no presentes. En un principio aparece como balbuceo espontáneo que será constituido por frases cada vez más complejas y por la adquisición de estructuras gramaticales en un principio éste tiene un carácter privado que posteriormente dará paso a un carácter más colectivo.

Existen algunas características en el pensamiento del niño de preescolar que lo hace distinto al niño del período operatorio-concreto, éstas no se deben tomar como limitaciones sino como momentos de evolución del pensamiento del infante, y éstas son las siguientes:

Egocentrismo.- Se refiere a la incapacidad del niño para tomar el punto de vista del otro. Es incapaz de reconstruir sus propios razonamientos. Esto significa que no puede "pensar sobre su pensamiento", visión del mundo que como educadoras debemos de comprender, para impulsar decisiones e interacciones entre niños, niños-adultos, aprovechando acuerdos, discusiones.

Centración. Se refiere a la tendencia del niño a concentrar su atención en un aspecto del objeto sobre

el cual razona.

Irreversibilidad. Es la incapacidad para regresar al punto de partida después de un proceso de razonamiento, sin que éste sufra una transformación. Por eso es frecuente que los niños cambien de opinión durante un mismo razonamiento.

Dificultad para entender las transformaciones. El niño se centra en los diferentes estados de una situación cambiante, mas no en el proceso de cambio.

Juego-realidad. El niño de preescolar no distingue esta alternativa de trabajo. Jugar es pensar de la misma forma en que lo sería hacer un trabajo "de verdad".

Razonamiento particular. El niño no tiene la noción de conservación de número. Resuelve sus problemas apoyado en su percepción de número. Resuelve sus problemas apoyado en su percepción visual y no en una operación a partir del número.

Operaciones concretas. Es el período en el que estará la mayoría de los niños, que ya son capaces de clasificar, seriar y representar su pensamiento por

medio de signos (palabras, numerales, etcétera). Los alumnos ya estarán preparados para aprender a leer, escribir, calcular y conocer el mundo físico, natural y social en mayor profundidad.

Las características de su razonamiento concreto-operacional serán:

1. Consideración del punto de vista de su interlocutor en contraposición al suyo.
2. Diversificación del vocabulario y perfeccionamiento de formas de expresión.
3. Al hacer la comparación entre volúmenes, ya son tomadas en cuenta las dimensiones y en las áreas, las relaciones entre largo y ancho.
4. Comprensión de que cada hecho o actividad implica su inverso. Es decir las operaciones son reversibles.
5. La participación y la unión de las partes pasan a ser operaciones inversas, garantizando la permanencia del todo como elemento relacionable con cualesquiera de sus partes (condición para la

construcción de la fracción ordinaria).

6. Las operaciones fundamentales son efectuadas con plena conciencia cuando están ligadas a acciones concretas: reunir, acrecentar para la suma; quitar, completar y comparar para la resta; reunir parcelas iguales para la multiplicación; distribuir en partes iguales para la división.

7. Ampliación de la capacidad de clasificar y seriar.

Operaciones Lógico-Formales (11-13 años en adelante)

En este período los niños serán capaces de suponer algo y razonar a partir de ello de una manera abstracta y perfectamente lógica, lo que será una capacidad de razonar cuando sean adultos; acerca de hechos "posibles", desarrollando hipótesis, considerando hechos y eventos que están en el pasado, presente o futuro. Podrán manejar ciertos conceptos como los de probabilidades, proporciones, permutaciones y combinaciones.

"El pensamiento ahora se caracteriza según Piaget

por ser móvil, flexible y libre".(11)

No obstante aún cuando los alumnos puedan trabajar con libros e instrucciones abstractas, esto no excluye la posibilidad de un trabajo con situaciones concretas.

Rol de la Educadora.

Con base en las experiencias así como de los resultados de interacciones con compañeras de este nivel, en las actividades que se desarrollarán en esta propuesta pedagógica mi actitud como docente, contemplará entre otras cosas las siguientes:

a) Lograr la vinculación de la escuela con la comunidad, mediante estrategias que se consideren convenientes.

b) Planear el Aprendizaje: Mi tarea consiste no solamente en hacer, sino decidir para qué, cómo y con qué, pues de acuerdo con la teoría de Sistemas y con los postulados de la escuela nueva, pretendo seguir el llamado PRE (planeación, realización y evaluación) reafirmando la importancia de la evaluación, pues se sabe que algunos docentes la subestiman o existen otros

(11) Constance Kamii. "Implicaciones de la teoría de Piaget". En: Módulo psicopedagógico. Antología p. 88-91.

que, cuando la hacen, piensan únicamente en lo que va a hablar, o del material que les va a servir de apoyo para su explicación con su grupo de clase (libros de texto, láminas, películas, etc.), olvidando por consiguiente "planear las acciones de sus alumnos con ellos mismos, pues no los acepta como elementos centrales en esa alternativa".(12)

c) Mantener la inquietud y el deseo de investigación de mis alumnos, ante las hipótesis que ellos formulen no dándoles la solución, sino por el contrario, animándolos a que mediante el ensayo, y el error prueben lo correcto de su información, rebusteciéndose así su proceso de razonamiento.

d) Fomentar el equilibrio para que mediante la práctica de hábitos fomenten sus normas de moral, recurriendo para ello a la toma de acuerdos con libertad, pero sin llegar al libertinaje, es decir dándoles oportunidad de proponer, hasta unificar ideas de manera grupal sin imposición del docente.

Se admite que el papel del maestro Piagetano no es difícil, porque está completamente comprometido en el

(12) S.E.P. Antología de Apoyo a la Práctica docente del nivel Preescolar. Mayo 1993. p.p. 10-11.

diagnóstico del estado emocional de cada niño, su nivel cognitivo y sus intereses y que para lograrlo habría que recurrir al marco teórico que lleva en su cabeza, pues no hay que olvidar "que los niños no son como una hoja en blanco y que a su ingreso a la escuela traen consigo una serie de experiencias".(13)

Asimismo se recomienda que al tomar como sugerencias las alternativas aquí planteadas, se tome en cuenta que éstas se enriquecen con las sugerencias de los niños.

El trabajo del docente, es producto de la relación sujeto-institución en cada escuela, que es la expresión singular de la institución educativa, y ésta adquiere un contenido específico que se construye en la cotidianeidad escolar mediante un proceso de construcción continuo, donde intervienen de manera directa las condiciones materiales específicas de cada centro educativo, así como las relaciones al interior.

En el aspecto administrativo, siguiendo las sugerencias del Programa de Educación Preescolar 1992, actualmente en nuestra jornada diaria, se llevan a cabo

(13) Constance Kamii. Principios Pedagógicos derivados de la teoría de Piaget, su trascendencia para la práctica educativa. En: Teorías de aprendizaje. Antología. p. 369.

actividades en forma de proyectos, pues este método despierta como pocos el interés en la aceptación de curiosidad intelectual, también utilizamos la lista de asistencia, proyecto anual de trabajo, libreta de evaluación permanente, fichas de los alumnos, así como participar en las juntas de grupos colegiados.

También contribuyo a fomentar las actividades de financiamiento participando en kermesses, rifas, y atendiendo la tienda escolar, en el rol que corresponda de acuerdo con la normatividad del jardín.

IV. PANORAMA HISTORICO, SOCIAL, CONTEXTUAL E

INSTITUCIONAL DONDE SE DESARROLLA

LA PROBLEMATICA

A. Vinculación escuela y comunidad

La problemática Educativa no se explica sólo a través de las características específicas del perfil profesional del docente, como hemos visto tiene que ver con las condiciones en que éste realiza su trabajo. Elsie Rockwell nos expone la necesidad de analizar estas condiciones para comprender de manera más completa el proceso educativo formal.

"análisis que no se reduce al momento de la enseñanza-aprendizaje en el aula, sino que va más allá, a las relaciones que el maestro establece entre otras con sus compañeros de trabajo, las autoridades educativas, los padres de familia y la comunidad en general".(14)

El Jardín de Niños es el primer nivel educativo donde se da inicio a la formación social de los individuos, es el contexto más inmediato en donde comparten educadoras y alumnos la jornada escolar, y la

(14) Elsie Rockwell. Los contextos del trabajo docente. En: La practica docente. Antología p. 30.

experiencia de asistir a estos centros pedagógicos será más provechosa para los infantes, cuando el hogar y la comunidad apoyan los objetivos que se buscan, ya que en ellos se encuentran elementos valiosísimos para enriquecer las prácticas educativas, convirtiéndose así en los agentes más cercanos a los niños.

B. Historicidad del Jardín de Niños en el que se interectuará

Se sabe que se construyó en un terreno donado por el señor Daniel Arjona, en el año de 1980.

Anteriormente funcionó en los anexos del palacio, pero por gestiones de la directora y con el apoyo de las autoridades educativas y municipales, se adquirió dicho terreno.

LLeva el nombre de "Andrea Aguilar de Cuevas", en homenaje a la mentora, quien se distinguió por sus aportes en beneficio de la educación.

Actualmente es el centro de la zona, y frecuentemente se reciben las visitas de compañeras que

laboran en los otros jardines.

Las condiciones materiales, provienen de su historia, de su constitución en la localidad y su relación con ésta, combinándose con la organización del director en turno, de esto surgen una serie de necesidades y prioridades que devienen en tareas para los maestros, las cuales abarcan la enseñanza propiamente dicha y otras, cuya relación no se ve a simple vista.

En el Jardín de Niños, primer nivel del sistema educativo nacional, se da el inicio de una vida social inspirada en los valores de la identidad nacional, democracia, justicia, independendencia, y los cambios que se pretenden para una educación moderna, han de realizarse considerando estos valores.

La asistencia de los niños al Jardín, constituye siempre una experiencia formativa y el contenido de ésta varía de sociedad a sociedad de escuela a escuela. En esta trama interactúan tradiciones históricas, variaciones regionales, numerosas decisiones políticas administrativas y burocráticas,

"y es el jardín de niños uno de los medios de que dispone una sociedad para hacer conscientes a los niños y a sus papás de las riquezas de la herencia cultural y para comenzar a formar capacidades y apreciación de lo que se considera valioso en esa cultura." (15)

El Jardín de Niños "Andrea Aguilar de Cuevas", clave 31DJN0079M, pertenece al sistema federal y el grupo escolar en el cual se pondrán en práctica las actividades de esta propuesta pedagógica, es el tercero "A", y está formado por diez niños y trece niñas, haciendo un total de veintitres alumnos.

En cuanto a la construcción del edificio escolar, éste consta de cuatro salones, una dirección y dos baños para niños y niñas.

Actualmente solamente tres salones son ocupados para las prácticas escolares, pues por falta de alumnos, una maestra fue reubicada, por lo tanto el salón lo ocupamos para actos múltiples (educación física, cantos y juegos, música y movimiento).

La responsabilidad educativa es una de nuestras

(15) Andrea Barcena. "Conformación actual de educación preescolar". En: La Matemática en la escuela II. Antología. p.p. 38-40.

funciones como docentes, pero en quien recae la administrativa es en la C. Directora, quien en este caso además de cumplir con sus funciones de maestra de grupo, cumple con lo ya dicho.

También se cuenta con el apoyo de la sociedad de padres de familia, quienes en coordinación con nosotros planean las actividades que se desarrollarán a lo largo del curso escolar, a fin de obtener los recursos necesarios para el mejoramiento de este centro educativo.

Desde una perspectiva óptica, la construcción de este jardín es común con los existentes en otras comunidades, pero lo que lo hace diferente son las relaciones que allí se dan, asimismo entre las maestras existen verdaderas relaciones de cordialidad y para nuestra mayor superación todos los viernes de cada semana, tenemos juntas técnicas en las que comentamos los imprevistos de nuestra práctica docente, así como las ideas para mejorarla en beneficio de la niñez.

Siguiendo con la descripción del aspecto educativo de la comunidad existen otros planteles y son los que a continuación se describen: Tres escuelas primarias del

sistema federal, dos de ellas funcionan en un mismo local en dos turnos diferentes matutino y vespertino, y la otra funciona en un barrio denominado Wallix. Ambas escuelas son de organización completa, cuentan con director efectivo sin grupo y atienden a los seis grupos básicos.

La secundaria estatal que funciona, en turno vespertino cuenta con los tres grados básicos, así como con talleres en diferentes áreas.

Existen otras instituciones extraescolares como el I.N.E.A. y Educación Inicial.

C. Descripción de la localidad

El Jardín de Niños al que se hace referencia en esta propuesta pedagógica, está ubicado en la Villa de Hochtún, municipio del mismo nombre y cuya entidad federativa es Yucatán.

Hochtún está ubicado a cuarenta y ocho kilómetros de la ciudad de Mérida, al oriente del Estado. Se le puede considerar de acuerdo con lo que el autor Ricardo

Fozas Arciniegas define como: "Una población con unidad histórico social, con autonomía y estabilidad relativas cuyos miembros están unidos por tradiciones y normas consuetudinarias de progreso".(16)

Los padres de familia de esta localidad, son los sujetos más relacionados con la escuela y las normas oficiales los categorizan homogéneamente como "padres" sujetos cuya coincidencia en la paternidad los haría compartir intereses comunes con esta escuela.

No obstante esos mismos padres son también sujetos socialmente diferenciados, constituidos en las relaciones económicas, religiosas y políticas de su ámbito cultural.

En Hochtún, como en casi todas las comunidades se advierten diferentes estratos sociales que se jerarquizan de la manera siguiente: comerciantes y profesionistas, una mínima parte, obreros otra y la mayoría está formada por los campesinos, grupo al que pertenecen la mayoría de los padres de familia de los niños que asisten al jardín, y éstos carecen de empleo fijo, pues como se mencionó anteriormente, con la

(16) Ricardo Fozas A. "Integración de la comunidad".
En: Escuela y comunidad. Antología. p.p. 122-123.

diversificación henequenera se les ha marginado y solamente se los subsidia por programas como el PRODEZOH; para actividades como la agricultura, porcicultura y avicultura, pero como no existen entre ellos una verdadera concientización y preparación para el desarrollo de las mismas, algunos han malgastado sus créditos, empeorando aún más su situación crítica para satisfacer sus necesidades apremiantes como alimentación, ropa, calzado, vivienda, etc.

Las alternativas que como docente se proponen en estos trabajos, tiene como finalidad rescatar los recursos humanos y materiales, con la finalidad de ayudar a los padres de familia a mejorar su economía.

"Es preciso vincular a los niños con la comunidad, pues en ésta existen contenidos como las creencias que son el origen de los valores (lo permitido y lo prohibido, lo bueno y lo malo), así como las costumbres y tradiciones".(17)

Existen otros recursos técnicos tales como: dos granjas porcícolas, tres unidades avícolas UAIM, que son mujeres campesinas las que forman parte de ella, y a estos lugares se organizarán visitas con la finalidad de combinar la realidad del sistema formal con la

(17) Jorge Pérez Alarcon, et. al. "Proyecto Nezahualpilli en educación preescolar". En: Escuela y comunidad. Antología. p.p. 54-76.

educación no formal.

Se puede encontrar en la localidad otros comercios como tiendas, fruterías, así como dos establecimientos de subsidio (CONASUPO y DICONSA) y la lechería (LICONSA) que cumple con una función social, pues a precios económicamente bajos, proporcionan estos servicios.

La vivienda predominante es de tipo rústico, construida con una mezcla de tierra roja con zacate picado, dependiendo de estructuras de madera, con techo ya sea de zacate o de huano.

También se pueden apreciar otras de construcción moderna con blockes y de mampostería.

En el renglón de la salud, se cuenta con una clínica del I.M.S.S., que en la actualidad funciona como de solidaridad, y para tener derecho a ese servicio los habitantes en general tienen que hacer sus fajinas en beneficio de la comunidad. También proporcionan sus servicios dos médicos particulares, quienes atiende las veinticuatro horas del día.

Otro centro asistencial es el DIF, al cual asisten

gran número de personas a tomar cursos de corte y confección, repostería, tejido, cultura de belleza, etc. Allí mismo funciona una cocina popular, en la que a precios módicos los niños y adultos de edad avanzada pueden obtener sus alimentos que se pueden catalogar como adecuados.

Dentro del panorama recreativo, se encuentran dos parques infantiles, una cancha deportiva, así como áreas verdes para la práctica del fútbol y béisbol.

La autoridad máxima en el plano político, la representa el C. Presidente Municipal y las relaciones entre estas autoridades y la escuela se establecen cuando las primeras organizan eventos cívicos, deportivos y literarios, invitando a participar a los docentes y alumnos. En esta relación se obtienen beneficios para los centros educativos, pues a instancia de las C.C. Directoras, las escuelas reciben ayuda para el mantenimiento del edificio escolar (pintura, pago de deshierba, pago del velador) estableciéndose entre ambas relaciones de interdependencia.

Para finalizar con este apartado hablaremos de los

tipos de religión existentes en Hoctón, los cuales se presentan así: La mayoría de los habitantes son católicos, pero existen otras sectas como las de los Testigos de Jehová, Presbiterianos, Adventistas, etc..., quienes para el desarrollo de sus prácticas cuentan con lugares apropiados.

V. ALTERNATIVAS QUE SE PROPONEN PARA MEJORAR

LA ALIMENTACION EN EL NIVEL PREESCOLAR

- A) Fundamentos didácticos que se proponen para la enseñanza y el aprendizaje del contenido seleccionado

Para obtener resultados satisfactorios, en este proyecto de trabajo, se eligieron estrategias que ayudan a solucionar el problema en cuestión, por lo que se considera necesario aclarar el término estrategia, ya que se puede entender como el conjunto de acciones que hacen posible la operación de las conceptualizaciones y principios pedagógicos de la propuesta. Representan en sí el conjunto de acciones que el docente organiza para llevar al alumno de manera atractiva y adecuada hacia la apropiación de conocimientos tanto teóricos como prácticos y así alcanzar los objetivos o propósitos que se fijan.

"Las estrategias didácticas son los procedimientos que hacen posible la operación de las concep

tualizaciones y principios pedagógicos contenidos en la propuesta, por tanto, su elaboración representa esquemas orientadores de acciones para el trabajo en el aula en la enseñanza-aprendizaje de los conocimientos escolares. Comprende la explicitación de recursos, actividades, formas de relación e intervención del docente y del grupo alumno para desarrollar los procesos de apropiación del conocimiento".(18)

En este trabajo, el objeto de estudio es lograr que los alumnos del tercer grado del nivel preescolar mejoren su alimentación y para ello se plantean los siguientes propósitos:

1- Fomentar en los niños el hábito de la investigación de su medio ambiente.

2- Valorar las opiniones de los niños en relación con su cultura y a su medio natural en la elección del proyecto.

3- Favorecer el conocimiento de los padres de familia y niños para aprovechar los recursos nutritivos de su comunidad con el fin de mejorar su alimentación y economía.

(18) Tlaseca Fonce, Martha Elba. "Una definición de la propuesta pedagógica en el área terminal". En: Una Propuesta Pedagógica para la enseñanza de las Ciencias Naturales. Antología. p. 6.

4- Propiciar la socialización de los niños mediante la interacción de opiniones y acciones entre sus compañeros, docente y con la comunidad.

La metodología que se emplea en estas estrategias es la selección y aplicación previamente planeada y organizada de los objetivos, de las actividades, de los medios y recursos, así como de la evaluación, teniendo ésta una secuencia:

- a) Planeación de actividades
- b) Realización de lo planeado, seleccionando los medios necesarios para alcanzar los objetivos deseados.
- c) Evaluación (Para conocer el rendimiento de los escolares).

Se eligió el proyecto mejoremos nuestra alimentación, para la realización de las estrategias por considerar este método como el más apropiado, pues parte de que la acción y la experiencia son el engranaje que permiten el aprendizaje.

El programa de 1992 define el proyecto como: "Una organización de juegos y actividades propias de esta edad, que se desarrollan en torno a una pregunta, un problema o a la realización de

una actividad concreta. Responde principalmente a las necesidades e intereses de los niños, y hace posible la atención de las exigencias del desarrollo en todos sus aspectos (afectivos, motrices, sociales y cognoscitivos".(19)

Por lo tanto, el desarrollo de este proyecto como estrategia didáctica comprende tres distintas etapas.

La primera es la planeación de juegos y actividades que se organizan en forma clara y sencilla de acuerdo con los intereses y necesidades que el niño preescolar puede manifestar. Se perfilan los objetivos, las circunstancias de lugar y tiempo, los medios y recursos disponibles, se adecuan a los niños para que al interactuar con ellos logren un desarrollo positivo en su aprendizaje.

Los juegos y actividades elegidos tienen como misión principal conducir adecuadamente el proceso enseñanza-aprendizaje, es decir, tienen una intención educativa y en este caso están orientados hacia la adquisición de buenos hábitos alimenticios para favorecer el proceso mediante el cual el niño llega a adquirirlos con libertad, seguridad y autonomía.

Por lo tanto para lograr el mayor rendimiento de

(19) S.E.P. Bloque de juegos y actividades en el desarrollo de proyectos en el jardín de niños.
p. 29.

las actividades, se seleccionan los medios o recursos más adecuados.

Los medios bien utilizados cumplen funciones en el proceso enseñanza-aprendizaje, tales como interesar al grupo, motivarlo, enfocar su atención, fijar y retener conocimientos, variar la estimulación, fomentar la participación, facilitar el esfuerzo de aprendizaje y concretizar la enseñanza evitando divagaciones y verbalismos.

Tratando de detallar el papel que juegan los medios en el proceso enseñanza-aprendizaje se dirá que un medio es aquello que elegimos con la intención de lograr determinados objetivos de aprendizaje.

Los medios para la enseñanza-aprendizaje son considerados como:

"Los recursos materiales a los que puede apelar el profesor o la estructura escolar para activar su proceso educativo. Los medios son medios; el fin es el logro de los objetivos educacionales".(20)

(20) Reynaldo Suárez Díaz. "Selección de estrategias de enseñanza-aprendizaje". En: Medios para la enseñanza. Antología, p. 3.

En la realización, que es la segunda etapa, se ponen en práctica todos los juegos y actividades planeadas o sugeridas, de acuerdo a los medios o recursos elegidos. Estas actividades o juegos se desarrollan dentro de un marco de extrema flexibilidad que incluso llega a determinar el tiempo o el orden de la realización de las mismas, tratando de responder a las necesidades e intereses de los alumnos.

La evaluación de las actividades, viene siendo la tercera etapa de este proyecto. Cumple diversas funciones, tradicionalmente es considerada como una manera de medir al niño, pero en la actualidad ésta juega un papel de retroalimentación y su única función es proporcionar al maestro y al alumno información sobre como se está desarrollando el aprendizaje, razón por la que se adopta este tipo de evaluación, para manejar en este trabajo, pues en las actividades que los alumnos realizan, no se les pretende calificar para centrar la atención en los resultados, por el contrario se enfoca hacia los procesos y como orientador de este proceso educativo, se les ayudará a corregir y aclarar y resolver los problemas que entorpecen el avance en la adquisición del conocimiento.

"La evaluación se interesa en los procesos más que en los productos, en las experiencias que han llevado a determinados resultados más que en estos mismos. La manera en que se aprende es más importante que lo que se aprende".(21)

Diariamente, se lleva a cabo el proceso evaluativo, para ello se recurre a la observación cuidadosa y al registro de las acciones que el infante realiza.

Siguiendo una secuencia, se comprueba si el alumno ha adquirido los contenidos para alcanzar los propósitos fijados.

Los juicios de valor que emplea la educadora para evaluar son las intenciones educativas que ella propone a diario con base en lo ya establecido y a los conocimientos adquiridos en su preparación profesional.

Para evaluar se observa la reconstrucción de conceptos en relación al problema planteado. En sí las observaciones permiten conocer el problema que los alumnos van teniendo a través de sus expresiones, preguntas, capacidad de adquisición, interacciones entre objetos, personas, etc.

(21) Bertha Heredia A. "La Evaluación ampliada". En: Evaluación en la práctica docente. Antología. p. 135.

El método que se aplica en este proyecto de trabajo es el inductivo-deductivo, que va de lo particular a lo general porque se considera que mediante éste, el alumno llega con más facilidad al conocimiento de las cosas. El niño de acuerdo con sus propias vivencias y experiencias logra adquirir un conocimiento más general de su mundo.

Este método es activo y está fundamentado en la Pedagogía Operatoria; se basa en el principio de que:

"La acción y la experiencia son el mayor motor de aprendizaje. Su filosofía es aprender haciendo. Al alumno no se le presentan soluciones ni resultados, sino problemas y procedimientos. La participación del estudiante, orientada por el profesor, es una forma de activar la enseñanza".(22)

Aplicar la Pedagogía Operatoria implica que el proceso de aprendizaje sea de manera activa, es decir que el sujeto cognoscente sea el actor y transformador del objeto de conocimiento sobre su propio aprendizaje. Esta brinda al niño de preescolar la oportunidad de experimentar, asimilar y acomodar los acontecimientos

(22) Reynaldo Suárez Díaz. "Selección de las estrategias de enseñanza-aprendizaje". En: Medios para la enseñanza. Antología. p. 4.

de su propio desarrollo, cuadrando perfectamente con un principio admitido hoy por los pedagogos modernos, en virtud del cual la actividad se ha de fundar sobre la libertad, de lo que se desprende la siguiente conclusión: "Todo el liberalismo pedagógico consiste en levantar las coacciones que entorpecen el desarrollo y el ejercicio de las facultades del niño, sin dejarlos por ello a la deriva".(23)

En este proyecto de trabajo, el niño trabaja con lo que tiene a su alcance y como puede, pero con un objetivo y compromiso.

Se considera conveniente, hacer hincapié en que este método no constituye una ruta a seguir linealmente, en la cual todos los problemas encuentran solución sobre la base de fórmulas infalibles.

Durante el desarrollo de este proyecto es necesario que existan una buena relación, entre la educadora y los alumnos, ya que dichas interrelaciones determinan el desarrollo y el alcance los objetivos propuestos.

(23) Berge André. "Libertad, autoridad y educación".
En: Grupo Escolar. Antología. p. 29.

La educadora participa como un miembro más del grupo, no para determinar lo que está bien o mal realizado, por el contrario, la función de ésta es la de orientar y guiar el proceso enseñanza-aprendizaje de los niños, apoyándose para ello en el conocimiento que tiene de sus características psicológicas, las cuales debe conocer y manejar a fin de que planifique de manera sistemática las actividades que se realizan y que respondan a los objetivos de desarrollo propuestos.

Una vez más se recomienda que como educadoras, no olvidemos que el niño no es un receptor pasivo, sino un sujeto cognoscente, que se enfrenta a los fenómenos de su medio ambiente como vivencias.

Para que el niño adquiriera sus hábitos alimenticios en forma adecuada, es necesario que cuente con una buena estimulación, que se le respete su decisión e iniciativa, dándole la oportunidad de preguntar, aportar y confrontar su criterio durante la realización de las actividades. Es el niño quien construye su conocimiento a través de las acciones y reflexiones que realiza al relacionarse con los objetos, acontecimientos y procesos que conforman su realidad.

Según su particular naturaleza, cada niño al convivir con otras personas va interiorizando su propia imagen y a medida que crece el medio natural se desarrolla y rebasa los límites de la familia y del hogar.

La interrelación entre la educadora-padres de familia-alumnos, también resulta muy importante para la realización de este proyecto, porque entre las actividades que se realizan en él, los padres de familia participan y ayudan en la adquisición de hábitos alimenticios de sus hijos.

En la mayoría de los casos, el medio en que viven los niños del grupo donde se ponen en práctica las actividades de esta propuesta, no les brinda las oportunidades para adquirir hábitos con respecto a su alimentación, por lo que es conveniente vincular a los padres de familia en las actividades que desarrollan sus hijos en la escuela invitándoles a tomar parte de este proyecto así como a compartir una jornada escolar.

"El aprendizaje y desarrollo de los niños no puede entenderse, sino a partir del tipo de relaciones que tiene con las personas con quienes vive".(24)

(24) S.E.P. Programa de Educación Preescolar, 1992.
p. 65.

Los personajes a que directamente corresponden la preparación del ambiente que rodea al niño, son los padres y maestra, pues ellos son las cabezas visibles de una estructura amplia que guían en cierta manera el comportamiento de los niños como individuos.

B) Proyecto

Con la finalidad de que los niños logren adquirir sus hábitos alimenticios en forma adecuada y atractiva se proponen una serie de acciones didácticas en concordancia con el nivel educativo y el medio ambiente en que se desenvuelve.

Propósito General

Orientar a los niños para que desarrollen prácticas que lleven a la formación de hábitos de alimentación con el fin de inscribirse en una lógica que implica formas de preservación y cuidado de su salud.

PLANEACION GENERAL DEL PROYECTO

NOMBRE DEL PROYECTO: Como mejorar nuestra
alimentación

FECHA DE INICIO: 8 de noviembre de 1998.

PREVISION GENERAL DE JUEGOS Y ACTI-
VIDADES

PREVISION GENERAL DE RE-
CURSOS DIDACTICOS

-Detectar en el niño de preescolar
el nivel de conocimiento que tiene
acerca de su alimentación.

Cantos: juegos y cuentos,
relacionados con las ver-
duras, frutas. ("La siem-
bra") con el apoyo de:

-Concientizar al niño acerca de su
alimentación y de cómo ésta incide
en su salud.....

-Diálogo
-Entrevistas

-Orientar al niño para aprovechar
las fuentes de alimentación que su
región le ofrece.

-Visita a la hortaliza

-Visita a las granjas

-Equipo de siembra pala,
pico, colador, abono,
etc.,

-Guiar a los niños y padres de fa-
milia sobre la necesidad de inge-
rir alimentos nutritivos que permir
tan su sano crecimiento.

-Dramatizaciones

-Periódico mural

-Rotafolios

-Pláticas a los padres
de familia.

- Intercambiar opiniones con los demás grupos del jardín de niños acerca de la alimentación.
 - Llevar a la práctica la preparación de alimentos nutritivos para preservar del educando.
 - Recibir la visitas del médico.
 - Integrar al padre de familia en las diversas actividades que se realizan en el jardín con respecto a la alimentación.
- Visita del Dr. de la localidad.
 - Técnicas
 - Material didáctico y de reuso.

PLAN DIARIO

NOMBRE DEL PROYECTO: Como mejorar nuestra alimentación

SESION NO. 1

Fecha: 8 de noviembre

Observaciones

-Dialogar para intercambiar impresiones acerca de los alimentos de origen vegetal y animal que conocen.

Decidieron buscar información en el área de biblioteca.

-Hacer una lista de los diversos tipos de alimentos que vayan mencionados

Algunos niños utilizaron letras convencionales para elaborar su lista. Otros moldearon pero esto se les dificultó, ya que al no saber como optaron por recortar.

-Reproducir individualmente la lista de la manera que elijan (modelado, dibujo, recorte).

Sin embargo después de observar a sus compañeros buscaron ellos su propia manera de modelar las frutas y verduras que conocen su así como pescados genados y gallinas.

-Clasificar los alimentos según su origen (animal o vegetal).

-Investigar cuáles de estos alimentos mencionados se consiguen

Decidieron preguntarle a sus papás, hermanos, abue-

en la localidad.

-Determinar en qué área de trabajo del salón de clases podría buscar más información acerca de alimentación.

-Averiguar por otros medios, papá mam, abuelos, tíos, doctores, maestro, lo que ocasiona a la salud falta de una alimentación balanceada.

-Estimular al niño mediante preguntas para que sugiera en dónde podría buscar más información con respecto al tema (Dónde podríamos buscar otros recortes como los que encontramos en el área de ...? -

Quién puede conseguir otras fotos como éstas? En dónde etc.).

Evaluación: Se realizará según:

litos, etc., lo que pasa cuando no se alimentan adecuadamente y para complementar esta actividad traerían de sus casas, recortes y dibujos con referencia a productos alimenticios.

Aportar otras ideas como revisar en los libros que sus hermanos llevan a la primaria y en las enciclopedias que algunos tienen en su casa.

- Interés por investigar sobre el tema.
- La conclusión grupal a la que llegaron.
- Interés por transmitir a otros grupos de la escuela, los resultados de su investigación.
- Las ideas aportadas (lluvia de ideas).

Sesión No. 2

Fecha: Martes 9 de noviembre

Observaciones

-a través del diálogo expresar lo que se investigó en la casa, en el consultorio, etc., acerca de la alimentación.

-Enseñar y explicar a sus compañeros, los recortes, fotos, calcomanías, etc., que trajeron

-Reunirlos y clasificarlos según su criterio.

Los niños trajeron informaciones diversas y pudieron establecer comparaciones entre lo que es conveniente comer porque los alimenta y lo que no les beneficia en su salud.

Se dió oportunidad de propiciar la socialización entre los miembros del grupo pues hubo un intercambio de material.

-Cuestionar a los niños para -
llegar a una conclusión grupal
sobre alimentación. ¿Cómo nos da
mos cuenta que un niño de la fo-
to no tiene buena alimentación?

¿Cómo se llama la persona a don-
de van para que los cure? ¿Qué -
podríamos hacer para crecer sa-
nos?.

-Planear qué hacer que sus de-
más compañeros de la escuela -
se enteraran de su investigación.

-Lluvia de ideas.

-Decidir lo que harán para di-
fundir su investigación mediante
votación (periódico mural, rota-
folio, álbumes, etc.)

-Elegir el material necesario -
para elaborarlo.

Decidieron elaborar un pe-
riódico mural con los re-
cortes, fotos, calcomanías,
que trajeron de casa, com-
plementándolo con el mate-
rial adquiridos en el salón.
También se organizaron para
hacer un proyecto de difu-
sión con mensaje "Alimen-
tarse es crecer sanos".

Era tanto el interés de los
niños, que desde que llega-
ron al jardín comentaban lo
que habían investigado y
les mostraron a sus compañe-
ros los recortes y dibujos
que trajeron de sus casas.

Sin embargo, algunos no se
ubicaron el tema y trajeron
material que no tenía que -
ver nada con el tema.

La mayor parte de los niños
llegó a la conclusión de -

- que se enfermaban frecuen-
mente por no alimentarse a-
adecuadamente y porque co-
mian golosinas sin valor -
nutritivo a varias horas -
del día.
- Para la elaboración de sus
periódicos murales formaron
3 equipos de 6 integrantes
y uno de 5. Al terminar se
los enseñaron y explicaron
a los demás niños de la es-
cuela.
- Esto despertó el interés de
los otros niños del otro -
grupo y originó que cambia-
ran de proyecto.
- Cuatro niños hicieron sus -
Albumes y los explicaron a
sus compañeros.
- Reunir los recortes, figuras, di-
bujos, fotos, etc. que reunieron -
desde el día anterior (los que re-
colectaron en el área de trabajo y
los que trajeron de sus casas.
 - Elaborar el trabajo que eligieron
utilizando el material necesario.
 - "Escribir" mensajes para sus com-
pañeros de la escuela.
 - Invitar a todos los niños de la
escuela para que todos observen su
trabajo.
 - Si alguno de los niños del grupo
lo desea, puede explicar el motivo
por el cual elaboraron ese trabajo
y lo que significa cada uno de los
mensajes que "escribieron".

Intercambiar opiniones con los demás grupos de la escuela.

Recursos: Recortes, dibujos, fotos, calcamonías, plumones, lápices, cartulinas, cople, manila, plastilina, cartoncillo, resistol, tijeras.

Evaluación: Se evaluará en cuanto a:

- Interés por saber más acerca del origen de los alimentos.
- Su iniciativa, autonomía, cooperación y participación.
- Originalidad de ideas.

Sesión No. 3

Fecha: Miércoles 10 de noviembre

Observaciones

-Proporcionar ideas para obtener ciertos alimentos, si no cuentan con los recursos suficientes para comprarlos.

Algunos niños dijeron que no comían verduras, pues no tenían dinero para comprarlos. Por lo que fue necesario proporcionar ideas para conseguirlas, así como también

-Determinar con la ayuda del grupo que acciones se realizarán para conocer de manera directa el cultivo de los animales y su cría.

-Llevar a la práctica la visita a la parcela.

-Decidir cómo harán para obtener permiso.

-Investigar cuáles son las personas que en la localidad se dedican al cultivo de hortalizas.

-Hacer una lista de los lugares investigados.

-Mediante comparaciones con la lista identificar en qué lugares hay mayor número de hortalizas.

-Sugerir que muestren y expliquen a sus padres la lista que hicieron.

mencionaron que carne la comen una vez a la semana. Otros dijeron que incluían en su alimentación las frutas, verduras, carne, leche.

Y otro grupo no supo que contestar, cuando se les cuestionó.

Eligieron la mitad de una hoja y lápices de colores para hacer su lista.

El 50% aproximadamente se identificó con su problema de alimentación y con el de sus compañeros.

-Intercambiar opiniones con sus padres para aumentar la lista de sugerencias, las ideas aportadas por éstos acerca del cultivo de hortalizas.

Recursos: Hojas, lápices de colores, libros, revistas, permisos.

Como recursos humanos: los habitantes de la localidad, abuelos, tíos, etc.

Evaluación: se evaluará según:

- Influencia que tuvo en ellos la sesión anterior.
- Su capacidad de expresión oral para enriquecer los contenidos acerca del tema.
- Su capacidad de retención.
- Su interés por la visita a la parcela.

Sesión No. 4

Fecha: Jueves 11 de noviembre

Observaciones

-Llevar a la práctica la visita Los niños demostraron entu-

planeada.

-Entrevistar al dueño o encargado de la parcela, todo lo que deseen saber acerca del cultivo y cuidado de las hortalizas, verduras y árboles frutales que allí hay, como por ejemplo: (¿Cómo se llama? ¿Cuál es su trabajo? ¿Dónde y cómo trabaja?).

-Investigar con el dueño de la parcela, qué se puede cultivar en el jardín.

-Recolectar los frutos y semillas para que les enseñen a los niños de los otros grupos.

-Establecer comparaciones entre las diversas formas de reproducción de los vegetales.

siasmo durante la visita.

Hubo participación de ellos pues la mayoría le fue preguntando al dueño de la parcela, sus inquietudes. La mayoría conocía las hortalizas que allí se cultivan como el rábano, cilantro, col, nabos, remolacha, etc.

Así mismo demostraron conocer las verduras como la calabaza, chayote, zanahoria.

Pudieron establecer comparaciones entre los trabajos que habían realizado con respecto a los alimentos, pues en el lugar de la visita intercambiaron impresiones enriqueciéndolas con sus aportaciones.

Demostraron su autonomía al

- Determinar de manera grupal los cultivos que se harán en la escuela.
 - Jugar al hortelano, imitando las acciones que éste hace cuando siembra, riega, abona la tierra, cuando cosecha, etc.
 - Decidir entre todos cuando se hará la siembra en el jardín y lo que sembrarán.
 - Platicar a papá, mamá, hermanos todo lo que el dueño de la parcela les enseñó acerca de cómo cultivar los vegetales.
- ir proponiendo las ideas para la siembra, sin embargo, al llegar a un acuerdo grupal se adaptaron a éste. Jugaron un gran rato y todos querían participar en el juego. Fueron muy pocos los que no conocían las hortalizas como la col y el colinabo.

Recursos: visita a la parcela, juegos de imitación, semillas, frutos.

Como recursos humanos: el dueño de la parcela, padres, hermanos, etc.

Evaluación: Estas actividades se evaluarán de acuerdo con:

- Conocimiento sobre los objetos necesarios para la siembra.
- La capacidad para aceptar el punto de vista de sus compañeros.
- Cooperación y participación

Sesión No. 5

Fecha: Viernes 12 de noviembre

Observaciones

-Pláticas para determinar lo que se sembrará y cómo se hará.

Los niños eligieron sembrar rábano y cilantro, así como calabaza y chayote.

-Hacer una lista de lo que se sembrará así como lo que se emplea en la siembra.

Invitación al dueño de la parcela.

formaron tres eras, por lo que para ello se integraron

-Decidir a quién invitarán para ayudar a la siembra, (papá, hortelano, etc.).

en equipos de 7 elementos, ya que día de hoy dos niños no asistieron al jardín.

-Apoyar la plática con un rotafolio donde puedan observar situaciones acerca de la siembra.

Decidieron conseguir las semillas con la Presidenta del D.I.F. de la localidad, para lo cual se organizaron para pedírselas en grupo.

-Proporcionar ideas acerca de como pueden sustituir ciertos objetos que le sirven en la siembra si no cuentan con los recursos suficientes para comprarlos. Ejemplo: El pico por unos palos, la pala por tapas para recoger la tierra.

-Pedir que cada niño lleve los objetos que les corresponde, para realizar la siembra.

-Elegir la parte del patio del jardín donde se sembrará.

-Empezar a remover la tierra de acuerdo con lo observado en las láminas del rotafolio.

-Determinar como harán para obtener las semillas y los frutos para sembrar.

-Elaborar un regalo para ayudar en la

La mayoría de los niños participó gustosamente en las actividades que se realizaron.

Elaboraron un separador de objetos de tal manera que esto ayude al hortelano a clasificar sus semillas.

siembra.

-Explicarles el por qué es conveniente trabajar la tierra como un medio para obtener de ella productos provechosos para su alimentación.

Previsión de recursos: rotafolio, semillas, permisos, solicitudes a las autoridades, etc.

Evaluación: se evaluará según:

- Influencia que tuvo en ellos la sesión anterior.
- Su capacidad de retención.
- Su interés por la siembra.
- Su capacidad para relacionar los objetos según su uso.

Sesión No. 6

Fecha: Lunes 15 de noviembre

Observaciones

-Recibir la visita del señor que ayudará en la siembra en el grupo escolar.

Cuestionaron al dueño de la hortaliza acerca de los objetos necesarios -

-Identificar con los ojos vendidos algunos objetos que sirven para la siembra (palas, picos, sembradores, colador, regaderas, semillas, abonos, etc.).

-Preguntar acerca de los objetos no identificados.

-Recalcar el material que se utiliza en siembra y cómo se maneja.

-Formar el área del riego.

-Reunir los implementos necesarios.

-Pedir la ayuda de papá o mamá para elaborar sus regaderas (latas perforadas con clavitos para las regaderas, con alambre para agarrar).

para la siembra, algunos anticiparon la respuesta pues en la visita a la parcela, ya se había relacionado con éstos.

Jugaron un gran rato y todos querían participar.

Identificaron los objetos por su forma, textura y olor y sonido.

Fueron muy pocos los objetos no identificados al sembrador, las semillas y los abonos).

- Trasladarse al lugar de la siembra.

- Formar equipos para la actividad de la siembra.

- Realizar las actividades de acuerdo con el hortelano.

a) Remover tierra.

b) Colar la tierra.

c) Abonar la tierra.

d) Formar las eras.

e) Hacer los surcos.

f) Sembrar rábanos, cilantro, calabaza.

g) Trasplantar las semillas de chayotes en la tierra.

h) Colocar las trepaderas con ramas para los chayotes.

Hacer un calendario para registrar el rol de riegos

- "Elaborar etiquetas" para colocarlas en el lugar de las eras.

- Cantos y juegos: "La milpa", Don Matías y otros a elección de los niños.

Recursos: Semillas, picos, palas, sembradoras, abonos, colador, cartulina.

Evaluación: Estas actividades se evaluarán tomando en cuenta

- Relación que establece entre su vida personal y lo que acontece en el jardín.
- Captación de ideas principales de las láminas.
- Interés por el tema.

Sesión No. 7

Fecha: Martes 16 de noviembre

Observaciones

- Estimular al niño mediante preguntas para que sugiera en dónde podría encontrar información
- Varios niños opinaron acerca del tema. Algunos comentaron que en sus casas sí

acerca de cría de cerdos y gallinas.

- Decidir lo que harán para observar de manera directa estas actividades, mediante votación.

- Elaborar un trabajo acerca del tema elegido, utilizando el material necesario.

- Invitar a los otros niños de la escuela para que observen su trabajo.

- Realizar la visita a la granja, explicando la importancia de esta para que el niño se relacione con estas actividades, y pueda establecer comparaciones entre estas actividades como un medio de obtener productos alimenticios.

hay cría de cerdos y gallinas pero en menor escala.

Comentaron como se alimentan estos animales, que cuidados requieren, etc.

Se organizó la visita a la granjaavícola y a la que está junto a ésta que es la porcícola; para el traslado a ese lugar fue necesario pedir la cooperación de un padre de familia, para el transporte.

La visita fué un éxito pues ellos demostraron mayor atención en el tema.

Debido al interés decidieron elaborar carteles para difundir mensajes acerca de cómo se pueden obtener productos alimenticios, de la importancia de los mismos.

- "Escribir mensajes" para sus compañeros de la escuela, para los padres de familia. Se analizaron las posibilidades de criar gallinas y cerdos en el jardín, resultando imposible por carecer de los medios indispensables.
- Explicar el significado de sus mensajes.
- Determinar si en la escuela se pueden criar cerdos y gallinas.
- Salir a repartir o fijar los mensajes en algunos comercios de la localidad.

Recursos: Visitas a la granja avícola y porcícola, mensajes, camionetas, invitaciones con cartulinas, gises de colores, pintura vinílica, etc.

Evaluación: Estas actividades se evaluarán de acuerdo a:

- Nivel de conocimientos de los padres acerca de la alimentación de sus hijos.
- Interés por el tema.
- Interés por la visita del doctor.

Sesion No. 8

Miércoles 17 de noviembre

Observaciones

- Reunir a los padres de familia para escuchar la plática del doctor del Seguro Social, acerca de la alimentación.

De acuerdo con la plática del doctor, algunos padres decidieron que les darían menos alimentos chatarra a sus hijos para que su salud no se vea afectada negativamente.

- Preguntarle al médico todo lo que desean saber acerca de la alimentación.

- En interacción médico-educadora hacer una revisión a todos los niños para saber su peso-talla y poder establecer su estado nutricional.

Algunos padres de familia cooperaron y participaron gustosamente en las diversas actividades que realizaron.

- Orientar (médico) al padre de familia para que tome las medidas necesarias sobre las anomalías que se detectó.

Los niños les obsequiaron a sus padres un cuadrito hecho por ellos mismos.

Faltaron 3 padres de familia, lo que origino que los niños se sintieran

- Proporcionar ideas sobre cómo pueden sustituir ciertos alimentos que incluyen en sus dietas, otros con mayor contenido vitamínico ejemplo: (refrescos de cola por aguas frescas: tamarindo, limonada, naranjada agria o dulce, chaya con huevo en vez de jamón, etc.).

- Regalar al padre algunas recetas que se preparan con productos alimenticios con valor nutricional y cuyos productos se pueden adquirir en la localidad.

- Reunir a los padres de familia agradecerles su presencia en el jardín, obsequiándoles algún detalle que elaboran previamente los alumnos.

tristes, sobre todo cuando se les realizó la revisión por el doctor.

Sin embargo éstos recibían ayuda de los otros padres de familia.

Previsión de recursos: sillas, rotafolio, estetoscopio, cinta métrica, báscula.

Como recursos humanos: los padres de familia y el médico.

Evaluación: se evaluará según:

- La cooperación y participación de los padres de familia.
- Disponibilidad para mejorar la situación existente.
- Importancia que le dan a las actividades del jardín de niños.

Sesión No. 9

Fecha: jueves 18 de noviembre

Observaciones

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Invitar al padre de familia para que participe en la elaboración de platillos con las recetas que regaló el doctor. - Eligir cuáles recetas prepararon. - Determinar el lugar y la hora y el día en que se elaborarán los platillos. | <p>Para la elaboración de los platillos nos dirigimos al local del DIF, donde funciona una cocina popular, con la finalidad de interactuar en un local más amplio y además porque allí se cuenta con varias estufas, así como con mayor número de utensilios que en</p> |
|--|---|

- Pedirles que ayuden a reproducir las recetas para todos los niños del jardín.
 - Decidir que padre de familia, ayudará a guiar la elaboración de los platillos elegidos.
 - Elaborar los platillos con los ingredientes previamente reunidos.
 - Acomodar los utensilios utilizados para la preparación de los alimentos.
 - Invitar a los demás grupos a la exposición de las recetas.
- la cocina del jardín de niños.
- Para mañana jugamos a vender comida, por lo que los platillos elaborados se pondrán en el refrigerador para conservarlos.
- Para la elaboración de los platillos cada niño trajo de su casa 2 o 3 papes y zanahorias.
- También huevos y chaya.
- Algunos padres de familia objetaron que no tenían tiempo para esa actividad pero la mayor parte cooperó y participé activamente.

Recursos: papa, chaya, huevo, zanahoria, carne de pollo chicharos, manteca animal, ollas, estufa.

Evaluación: Se evaluarán las actividades según:

- La creatividad e iniciativa de los padres de familia.

- Disponibilidad de su tiempo para la educación alimenticia de sus hijos.
- Capacidad de retención.

Sesión No. 10

Fecha: viernes 19 de noviembre

Observaciones

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Invitar a los padres de familia para que participen en interacción con los niños del juego de "vender comida". - Decidir quiénes representarán los diversos papeles: meseros, cocineros, clientes, cajeros, etc. - Caracterizarse para ello. - Acomodar el mobiliario de acuerdo a como se considere adecuado. | <ul style="list-style-type: none"> Los padres de familia y los niños comprendieron la intención del juego, respecto al mensaje de "preparar alimentos nutritivos para preservar la salud". Lo comentaron y algunos papás fueron aportando más ideas acerca de cómo poder hacer asistir a los padres de familia que faltaron, para que el aprovechamiento sea mayor. |
|---|---|

- Intercambiar papeles las veces que sea necesario con la finalidad de que participen el mayor número posible de alumnos y padres de familia.
- Practicar los hábitos alimenticios utilizando los implementos necesarios para ello. (Tenedores, cuchillos, cucharas, etc.).
- Invitar a los alumnos de todos los grados para el "convivio".
- Hacer llegar a todos los presentes una atenta invitación para que participen en el mejoramiento de la alimentación.

Previsión de recursos: mandiles, gorras, libretas, lapiceros, platos, cubiertos, individuales, magiteles, decorados y como recurso humano: los padres de familia.

C) Aplicacion

Este proyecto se aplicó con el fin de lograr que los niños de tercer grado de preescolar adquirieran adecuadamente los hábitos de una alimentación adecuada, necesarios para la preservación de la salud y que de una manera activa, éstos se vean estimulados para crear su propio aprendizaje.

La serie de actividades que se propusieron para lograr lo anterior se organizaron en diez sesiones que se aplicaron del 8 al 19 de noviembre del año en curso.

Todas las sesiones se realizaron satisfactoriamente, pues existió una verdadera cooperación por parte de los niños y de los padres de familia.

Durante la aplicación de las actividades se favoreció y se promovió el diálogo, la interacción, la expresión oral y escrita, y la corporal la dramatización así como la investigación, lo cual le permitió al niño relacionarse con su mundo circundante paera adquirir experiencias y enriquecerse.

A lo largo del desarrollo del proyecto el interés y el entusiasmo de los niños se mantuvo latente por los momentos de búsqueda y experimentación que les permitieron estar en contacto directo con los objetos y diversos materiales que se manejaron, así como porque ellos fueron quienes interactuaron con las personas que participaron en el proceso enseñanza-aprendizaje.

Al proporcionarle a los niños dichos contactos e interacciones, éstos obtuvieron posibilidades de aprendizaje.

Los materiales que utilizaron y las personas con las que interactuaron fueron los más adecuados para la realización de las actividades, ya que por ser novedosos atrajeron la atención de los niños.

La siembra, la preparación de los platillos, la visita a la granja avícola y porcícolas así como a la parcela originó que los niños se trasladaran al plano de acción de los adultos, lo que se aprovechó para reforzar el proceso enseñanza-aprendizaje.

Otras actividades realizadas en interacción con los padres de familia, como la preparación de platillos

nutritivos, la plática con el médico, permitió fortalecer el conocimiento de estos sujetos para mejorar la dieta familiar, con la intención de preservar la salud.

La información recabada en el área de biblioteca y en sus hogares acerca de la variedad de alimentos nutritivos, la dramatización del juego de preparar y vender comida, los diálogos con la educadora, los compañeros y los padres de familia, así como también la elaboración de dibujos, modelados y construcciones, permitieron que los niños reflexionaran acerca de su alimentación de como podrían mejorar ésta.

La mayor parte de las actividades se realizaron dentro del salón, pero también en el patio del jardín, pues allá se realizó la siembra, y se realizaron las visitas a la granja avícola y porcícola.

Como una manera de reforzar las actividades de la alimentación, el médico hizo una revisión de todos los niños del grupo para conocer el estado en que se encuentran con respecto a su salud, para informar a los padres de familia y que éstos a la vez tomen las

medidas correspondientes y les proporcionen la atención médica debida.

D) Evaluación

Tradicionalmente la evaluación ha estado en manos del docente, en la actualidad sin negar la responsabilidad que lo atañe en esta, se hace énfasis en el sentido democrático de la evaluación, en tanto actividad compartida por el docente, los niños y padres.

En el jardín de niños la evaluación es entendida como un proceso de carácter evaluativo que pretende obtener una visión integral de la práctica educativa.

Evaluar es una tarea muy difícil para el docente, ya que ésta no significa simplemente medir la cantidad de conocimientos que el niño ha adquirido, sino por el contrario ésta consiste en algo más profundo como por ejemplo: su creatividad, socialización, acercamiento al lenguaje oral y escrito sin abordar aspectos específicos, etc.

Dada la necesidad de evaluar este proyecto, se hace indispensable la verificación de cada uno de los propósitos para conocer su eficiencia, para lo cual se utilizó la **evaluación permanente** mediante la observación que es la principal técnica para el proceso evaluativo.

La **evaluación permanente**, consiste en la observación constante que la educadora hace a sus alumnos con respecto a las actividades que se realizan diariamente, para ello se manejó un cuadernillo que no requirió de alguna forma especial, sino una actitud atenta de la educadora para descubrir los avances y dificultades por las que atravesó el niño al enfrentarse a ciertas situaciones de aprendizaje, sirviendo de referencia las observaciones que se plasmaron a un costado de las actividades diarias del proyecto para tenerlas pendientes.

Dichas observaciones sirvieron más adelante para evaluar los parámetros propuestos al inicio de cada uno de los proyectos.

El resultado obtenido en estas situaciones fue el siguiente:

E) Resultados

Al inicio de la propuesta se comprobó durante las visitas familiares, así como por las conductas que los niños manifestaban en el desarrollo de las actividades, el estado de salud en que se encontraban los niños debido a su alimentación inadecuada, ahora al haber concluido la aplicación de las actividades se pueden verificar los cambios que estos manifestaron.

Al término de las sesiones se pudieron comprobar los resultados obtenidos a través de las observaciones realizadas durante el proceso enseñanza-aprendizaje.

Para reforzar la eficacia de estas sesiones, varias veces se recurrió a los hogares para complementar estas observaciones.

Por medio de las observaciones ya mencionadas se verificó que la mayor parte de los niños del grupo habían conceptualizado el beneficio que les aporta una adecuada alimentación, pues con anterioridad, aproximadamente el 85% incluía en su "lonch" que llevaba al jardín productos empaquetados como sabritas,

dulces y refrescos de cola, pero en la actualidad estos productos ya se suplantaron por alimentos de origen natural como frutas, jugos de naranja, sandía, sandwiches de pollo, huevo, etc.

Asimismo en los hogares los padres de familia se muestran interesados en como combinar los alimentos para obtener mejores resultados por lo que es común que los tutores recurran al docente en busca de esta información.

El porcentaje de aprendizaje pudo ser superado si todos los niños asistieran regularmente al jardín, porque varios de ellos faltaron mucho a clase y no llevaron una secuencia en las actividades. Dichos niños no han superado el problema de su alimentación.

El cambio de hábito no se puede lograr tan fácilmente y sólo a través de las sesiones establecidas para el desarrollo de las actividades, sino que se irán reforzando durante todo el curso escolar.

Para lograr los cambios observados fue necesaria la insistencia de la educadora día tras día. La comprensión y la motivación constante de ésta fueron

indispensables para lograr el éxito de los propósitos establecidos.

Los propósitos para lograr la cooperación y participación de los padres de familia, de tal manera que ayudaran en la adquisición de los hábitos alimenticios se lograron en un 75% aproximadamente, porque hubo varios de ellos que estuvieron en desacuerdo con los cambios que se les ofrecieron mediante las orientaciones. Cabe aclarar que algunos ni siquiera se interesaron en las actividades realizadas lo que originó que sus hijos tampoco se interesaran en ello.

La enseñanza-aprendizaje del contenido seleccionado, propició la investigación, la reflexión crítica y la participación activa de los alumnos para crear su propio aprendizaje, generándose en ellos el deseo de seguir aprendiendo, pues en esta propuesta no se concibe el aprendizaje como un cambio de conducta solamente, sino como una situación en donde el niño opere realmente sobre el conocimiento, de tal manera que como docentes nos convertimos en promotores de aprendizaje a través de una relación más cooperativa.

Con los resultados obtenidos se puede decir que de este proyecto se obtuvieron resultados exitosos.

Sesión No. 1

La mayoría de los niños no conocen la variedad de alimentos de origen animal y vegetal existentes, por lo que para buscar mayor información decidieron consultar libros y revistas, y para complementar ésta pedirían la opinión de sus padres. Elaboraron una lista de alimentos que conocen, algunos moldearon, otros dibujaron y recortaron, pero hubieron 2 o 3 niños que no sabían que hacer por lo que se dedicaron a moldear avioncitos, carritos, pelotitas, etc.

Se repitieron los dibujos lo que hace suponer que algunos por imitación elaboraron sus trabajos, por lo que será necesario profundizar más sobre el tema.

Sesión No. 2

A través de los recortes, fotos, calcomanías, etc., que trajeron de sus casas los niños intercambiaron opiniones para enriquecer los contenidos acerca de la alimentación, despertándose mayor interés por conocer sobre ella.

La cooperación y participación, fue bastante buena.

Algunos propusieron que para hacer llegar la información a los otros grupos, sería necesario elaborar un proyecto de difusión mediante carteles.

Sesión No. 3

Se despertó en los niños del grupo el deseo de conocer que tipos de cultivos existen en su comunidad, así como quienes y en donde se dedican al cuidado y cría de animales.

Se acordó que sería conveniente ir de visita a la parcela.

Se elaborarán cartas por equipo, para solicitar permiso y para hacérselas llegar al encargado de la parcela fue necesario trasladarse al domicilio del mismo.

Sesión No. 4

La mayoría de los niños demostró interés en la visita. Se detectó que al llevarlos a observar de manera directa el cultivo de alimentos de origen vegetal su intercambio de opiniones fue mayor, asimismo

se favoreció la socialización de los alumnos porque para entrevistar al dueño de la parcela, fue necesario seguir los acuerdos establecidos en el salón. Demostraron su autonomía pues establecieron comparaciones de manera oral entre lo que observaron y lo que ya conocían.

Sesión No. 5

El interés de los niños con respecto a la visita realizada fue tanto que el día de hoy desde temprano estaban comentando lo observado en la parcela. Después de intercambiar opiniones llegaron a la conclusión de que en el jardín se sembrará rábano, cilantro, calabaza y chayote.

También decidieron pedir la cooperación del encargado de la parcela para ayudarlos en la siembra.

Sesión No. 6

Desde temprano los niños no querían entrar al salón pues solamente pensaban en la siembra que se haría en el patio del jardín y estaban ansiosos por la llegada del encargado de la parcela.

La cooperación y participación fue mayor, pues algunos trajeron las semillas de sus casas, otros solicitaron las semillas en el D.I.F. Municipal, al cual fueron en grupos de 4 o 5 niños en compañía de sus padres o hermanos.

Se favoreció el aspecto afectivo de la personalidad del niño ya que elaboraron presentes para el encargado de la parcela, el cual le hicieron llegar al final de la jornada escolar.

Sesión No. 7

Los niños demostraron su autonomía pues al encuestarlos acerca de la cría de cerdos y gallinas, la mayoría aportó ideas que enriquecieron el tema.

También demostraron interés por visitar la granja avícola y porcícola por lo que se planeó la visita a la granja, no existiendo obstáculos para ellos, pues un padre de familia del grupo es el encargado de ella.

De regreso de la visita se analizaron las posibilidades de la cría y cuidado de cerdos y gallinas en el jardín, llegando a la conclusión de que en el

jardín es imposible por carecer de los implementos necesarios.

Solamente se salieron a pegar en los comercios de la localidad los carteles elaborados con mensajes acerca de como se pueden obtener productos alimenticios en beneficio de la salud.

Sesión No. 8

La cooperación y participación de los padres fue bastante buena.

Asistieron en un alto porcentaje, a la plática con el médico del Seguro Social solamente faltaron 3 padres de familia.

Después de escuchar la plática del doctor y de establecer los riesgos que trae el no alimentarse adecuadamente, decidieron que les darían menos alimentos chatarra, pues con las ideas obtenidas ya son capaces de sustituir ciertos alimentos que incluyen en sus dietas otros con mayor contenido vitamínico como por ejemplo: refrescos de cola, por aguas frescas de tamarindo, sandía, limonada, naranjada, agria o dulce, refresco de chaya, etc.

Los que reflexionaron sobre el mensaje que se les dio acordaron ya no seguir mandando al jardín a sus niños con sabritas, dulces, jugos de bolsa, sino al contrario preparados sus tortas de chaya con huevo, galletas con mantequilla, sopas de arroz con verduras, o en su defecto, adquirir el lonch para el niño en el jardín, porque el personal docente se preocupa por brindarle a los niños productos con contenidos vitamínico y a precios módicos, claro que en algunos no se dió el cambio tan rápidamente, pero con la insistencia de la educadora se logró el propósito en su mayor parte.

Los resultados anteriores fueron analizados concientemente y a través de ellos se verificó la eficiencia de los propósitos.

Sesión Nos. 9 y 10

Se favoreció la socialización de los padres de familia, con las autoridades municipales y con los niños.

También se obtuvieron resultados satisfactorios pues los padres obtuvieron mayores conocimientos acerca

de , como preparar alimentos nutritivos y con bajos costos económicos, pues al intercambiar las recetas que el doctor regaló, pudieron obtener mayor variedad de éstas.

La cooperación y participación de los padres de familia mejoró porque algunos de ellos se ofrecieron espontáneamente a representar los papeles para el juego "de preparar y vender comida", para la mayor ambientación del salón, algunos trajeron de sus casas, maceteros, cortinas, mandiles, floreros, etc.

Fueron pocos los padres de familia que no asistieron al jardín, para las actividades a las que se les invitó durante el desarrollo de este proyecto, objetando que no tenían tiempo, que no podías salir de su casa por sus hijos más pequeños, que su esposo no le daba permiso, etc.

Por lo que a los que no asistieron al jardín se les invitará.

VI. CONGRUENCIA INTERNA Y METODOLOGIA UTILIZADA EN LA ELABORACION DE LA PROPUESTA

A) Congruencia interna

La práctica docente es el trabajo cotidiano que el maestro lleva a cabo tanto dentro como fuera de la escuela. En ella están inmersos el educador y el educando a través del proceso enseñanza-aprendizaje.

En la práctica docente es frecuente observar como ciertos problemas afectan el proceso enseñanza-aprendizaje, por lo tanto le corresponde al maestro, observar a sus alumnos, y el medio familiar del que proceden con el objeto de detectar los problemas a los que se enfrentan éstos, para poder entenderlos y comprenderlos para educarlos acertadamente.

La presente propuesta pedagógica ha sido elaborada, para que le sirva de apoyo en el desarrollo de la labor docente, para realizarla más acertadamente en beneficio de los educandos.

En lo que respecta al proceso enseñanza-aprendizaje se pretende que sea el niño quien construya su conocimiento; que sea él mismo quien experimente,

manipule, se plantee problemas, busque soluciones y llegue a conclusiones, es decir, que sea él mismo quien participe activamente en la construcción de su conocimiento y que no resulte un ser pasivo cuya única función consista en recibir información acumulándola como un simple depositario.

Es muy conveniente que desde la edad preescolar el niño adquiera sus hábitos de alimentación porque sólo así podrá cimentar las bases para que posteriormente al convertirse en adulto pueda conservar su salud, en beneficio personal y de la sociedad donde se desenvuelve porque como se dijo anteriormente, un individuo sano puede realizar en óptimas condiciones las actividades que se le encomiendan.

El individuo posee un carácter flexible y adaptativo, lo que permite al niño modificar su conducta, es cuando se enfrenta a situaciones nuevas y generalizar estas situaciones con base en el aprendizaje anterior. Por lo que su aprendizaje es la base principal de su comprensión.

Las actividades que se propone en este trabajo, están encaminadas hacia el propósito de que el niño adquiriera sus hábitos de una alimentación adecuada, para mejorar su salud, por lo que para que existiera una relación entre los diversos apartados esta propuesta pedagógica se construyó de la siguiente manera, especificándose para que se aborda cada uno de ellos:

En primera instancia, valiéndose de la observación realizada en el grupo escolar en cuestión, se hizo un bosquejo general del problema, se delimitó, se justificó y se trazaron los propósitos, para así conocer el qué, el por qué y el estudio de éste.

Seguidamente se reunió información acerca del tema de la alimentación, analizándola profundamente, utilizando para ello los apoyos teóricos investigados en las fichas que se elaboraron con anticipación, recurriendo a la experiencia docente, así como consultando con otras personas, dedicadas al quehacer educativo y en el renglón salud, todas estas actividades con la finalidad de conocer la importancia

y trascendencia de dicho tema en el proceso enseñanza-aprendizaje.

Como siguiente paso se mencionaron las características del niño, abundando en mayor información las del preescolar como un biopsicosocial, para conocer a éste totalmente y así poder atenderlo de acuerdo a las necesidades propias de su edad.

Luego se describieron las condiciones en que se desenvuelve la práctica docente, tanto en lo que se refiere a lo que acontece en la escuela como al medio circundante, para que el maestro conozca la realidad donde se desenvuelve al niño para conocer los factores que inciden en el problema.

Para que el niño adquiriera sus hábitos de alimentación adecuada, se propusieron alternativas novedosas y atractivas, éstas se aplicaron y se evaluaron para luego obtener los resultados.

También fue necesario realizar un análisis a cada uno de los aspectos que conforman esta propuesta para conocer su congruencia interna.

El análisis de la metodología utilizada sirvió para conocer los pasos que se siguieron en la elaboración de la propuesta.

Después de realizar los pasos ya mencionados se obtuvieron conclusiones generales y se enfocaron las perspectivas para conocer el producto de la elaboración de la propuesta.

Se hizo una recopilación bibliográfica de los libros consultados durante la investigación realizada para que se le pueda brindar apoyo a la persona que desee mayor información acerca de ello.

Como último paso, se anexaron fotografías y trabajos elaborados por los mismos niños como apoyo a las actividades realizadas.

B) Metodología utilizada

La Propuesta Pedagógica que aquí se presenta es el resultado de un trabajo apoyado en las teorizaciones recibidas como estudiante de la Universidad Pedagógica Nacional, la autora de este libro elaboró durante el área Terminal diversas propuestas pedagógicas, lo que le permitió elegir para su trabajo de titulación la propuesta que se consideró más importante trabajar con los niños, y que responda a las características e intereses de los niños, y en donde se consideró que su aportación fue más valiosa.

Como docente, siempre existe la inquietud por mejorar la práctica educativa y la necesidad del grupo escolar en el que la autora ejerce le permitieron elegir la propuesta sobre la alimentación, elaborada desde el sexto semestre de la Licenciatura, en el área de Ciencias Naturales.

Por lo tanto, el primer paso que se dio para estructurarla fue el de detectar mediante las observaciones constantes de los aspectos más relevantes

de las jornadas, en lo que se refiere al grupo total y de algunos niños en particular, para poder precisar las carencias y necesidad que presentaba el grupo escolar en cuestión. Como la necesidad mayor de este grupo fue la de la concientización para adquirir hábitos de alimentación adecuados, esta se analizó se delimitó y se planteó como un problema con necesidad de solución, mediante la siguiente interrogante ¿Cómo lograr que los niños de tercer grado de preescolar mejoren su alimentación?

Una vez planteado el problema se reunió información teórica acerca de él y se elaboraron fichas textuales, de síntesis, de comentario y bibliográficas como apoyo a la práctica docente.

Otra actividad realizada fue la de acudir a las instituciones de salud correspondientes para obtener una mayor información sobre el tema.

Con la información recabada se procedió a darle cierta estructura al trabajo. Para ello se consultaron las antologías respectivas que informaban los pasos a

seguir para la estructuración de la Propuesta Pedagógica.

Una vez estructurada la propuesta se asistió a asesorías grupales, las cuales permitieron enriquecerla y que mediante los comentarios que se suscitaron entre el asesor y con la interacción con los compañeros, así como con el intercambio de trabajos para analizarla y las observaciones realizadas, se esclarecieron las dudas y se corrigieron los errores.

Después de hacerle las modificaciones correspondientes se asistió a las asesorías individuales con el fin de perfeccionar el trabajo. En estas asesorías individuales con el fin de perfeccionar el trabajo. En estas asesorías se fue modificando su estructura hasta quedar conformada en siete capítulos, los cuales estuvieron encaminados hacia el mismo fin, que es como adquirir hábitos que mejoren la alimentación del niño preescolar.

En vista de que la modernización educativa invitaba al docente a estructurar sus planes de estudio

de manera que estimulen al niño a crear su propio aprendizaje y como en esta propuesta se persigue el mismo fin, se propusieron actividades de enseñanza-aprendizaje a través de un proyecto. En dicho proyecto el docente manejó un contenido y una forma de organizar sus actividades antes, durante y después de la clase.

La aplicación de este proyecto fue en 10 sesiones utilizando el método activo, luego se evaluó y se constató el resultado obtenido, con éste se pudieron obtener conclusiones generales y así saber si el proyecto tuvo éxito o no.

Por último se le dio una estructura formal a la propuesta para presentar ésta como una alternativa didáctica mediante la cual se puede llegar a la solución del problema en cuestión.

CONCLUSIONES

La elaboración de esta propuesta pedagógica tanto en el plano teórico como metodológico es de suma importancia, pues permite a través de la sistematización de sus contenidos utilizarla como un auxiliar eficaz ya que brinda nuevas alternativas didácticas de las que se puede disponer para encontrar posibles soluciones a los problemas curriculares detectados.

Se puede decir que a través de los estudios realizados durante la Licenciatura en Educación Preescolar, se adquirieron nuevas perspectivas acerca de la práctica docente que permitieron enfocar ésta, desde un punto de vista más activo y moderno.

La práctica docente es el trabajo diario que se realiza tanto dentro como fuera de la escuela, en ella se interrelacionan maestros-alumnos-padres de familia, por lo que se recomienda no separar ninguno de estos elementos, pues el proceso enseñanza-aprendizaje se

favorece mediante el intercambio de experiencias entre ellos.

El docente puede ayudar a los niños a construir su conocimiento propiciando para ello actividades donde sean los infantes quienes tomen decisiones, propongan, analicen y reflexionen, es decir donde sean activos, tomando en cuenta para ello, el nivel de desarrollo de los mismos.

Se considera importante que el niño de preescolar conceptualice y lleve a la práctica actividades relacionadas con la adquisición de conocimientos para mejorar su alimentación, pues así podrán crecer sanos, favoreciendo su desarrollo armónico e integrarlo.

Dentro de las responsabilidades del docente está orientar a los padres de familia y a los niños sobre la necesidad de ingerir alimentos nutritivos que permitan su sano crecimiento, aprovechando las fuentes de alimentación que su región le ofrece, así mismo propiciar la elaboración de alimentos de fácil preparación y de alto valor nutricional.

Es primordial para el docente conocer las características biopsicosociales del niño preescolar, porque éstos tienen una influencia decisiva en su formación y preparación. Conocer las características propias del niño, ayuda al docente a atenderlo de acuerdo a sus necesidades e intereses y a orientarlo adecuadamente.

Los niños mucho antes de asistir a la escuela, tienen contacto con su medio ambiente social y físico; es bien sabido que los primeros conocimientos que reciben de su familia y del medio ambiente que los rodea son fundamentales. El niño no llega a la escuela sin conocimientos, sino que tiene ciertas hipótesis de los fenómenos que lo envuelven. Dependiendo de sus experiencias en el hogar aprenderá a llevar a la práctica sus hábitos de alimentación, y estos los adquieren en los numerosos contextos extraescolares de su vida. Sin que los adultos organicen actividades especiales para enseñárselos, es preferente en la escuela o mejor dicho en el jardín donde se intenta sistematizar, este aprendizaje mediante diversos procedimientos para la enseñanza. Por ellos el jardín

de niños debe considerarse como un importante nivel en la vida de los infantes así como en su educación, ya que ahí empieza su formación armónica e integral.

La práctica docente no debe limitarse a las actividades curriculares del programa de educación preescolar por el contrario se deben buscar nuevas alternativas que permitan lograr que el niño en forma atractiva y novedosa adquiera conocimientos para mejorar sus hábitos alimenticios ya que sólo así podrá mejorar sus salud.

Así mismo se recomienda no olvidar que los recursos que el docente utilice para la enseñanza deben ser los más adecuados, eficaces y novedosos para que pueda obtener los resultados deseados en el proceso educativo.

Es necesario que los niños entren en contacto directo con el objeto de conocimiento, que lo observen, lo manipulen, conozcan sus posibilidades físicas, experimenten con ellos, con la finalidad de ir

aprendiendo de éste; por lo que se sugiere al docente les proporcione objetos reales.

Definitivamente resulta necesario que exista una adecuada relación afectiva entre el docente y el alumno para el mejor desarrollo del proyecto planeado.

La experiencia de asistir al jardín de niños tiene más probabilidades de ser provechosa cuando el hogar y la comunidad apoyan los objetivos que se pretenden lograr.

Si la escuela plantea la realización de acciones que logren vincular a los padres en el proceso de aprendizaje de sus hijos, en función de las características de la comunidad y de los problemas específicos de aprendizaje, se puede lograr un efectivo mejoramiento del rendimiento académico de los hijos, así como una notable disminución de la deserción y el ausentismo, y un proceso de aprendizaje de los mismos adultos.

La evaluación de este proyecto es el medio para comprobar los alcances logrados en el proceso enseñanza-aprendizaje de los hábitos para mejorar su alimentación, así como para detectar las carencias existentes en dicho proceso para poder retroalimentarlo.

BIBLIOGRAFIA

- ABUGABER, Lagunas, et al. "Educación y alternativas".
En: Problemas de educación y sociedad en México.
Antología LEPEP' 85. México, UPN-SEP, 1987,
145p.
- Alimentos. Enciclopedia temática combi ciencia. V.3.
España, Ed. Danae, 191, 420p.
- BARCENA Andrea. "Conformación actual de educación
preescolar". En: La matemática en la escuela II.
Antología LEPEP' 85. México, UPN-SEP. 1988, 330p.
- BERGE, André. "Libertad, autoridad y educación". En:
Grupo Escolar. Antología. LEPEP' 85. México UPN-
SEP, 1985, 245p.
- BRUBACHER, John S. "Filosofías modernas de la
educación. En: Teóricas del aprendizaje.
Antología LEPEP' 85. México UPN-SEP 1987, 450 p.

FREINET, Celestin, "Enseñanza bancaria". En: Teorías del aprendizaje. Antología LEPEP' 85. México, UPN-SEP, 1987. 450 p.

HEREDIA A. BERTHA. "La evaluación ampliada". En: Evaluación en la práctica docente. Antología LEPEP' 85. México, UPN-SEP. 1989.

KAMII Constance. "Implicaciones de la teoría de Piaget". En: Módulo Psicopedagógico. Antología PACAEP SEP, 1992. 196p.

"Principios pedagógicos derivados de la teoría de Piaget, su trascendencia para la práctica educativa". En: Teorías del aprendizaje. Antología. LEPEP' 85. México, UPN-SEP. 1987 450p.

La nutrición en la época Contemporánea. Enciclopedia temática combi ciencia. V.3. España, Ed. Danae, 1981, 420p.

MONTPELLIER, Gerard de. "La teoría del equilibrio". Paul Fraise y Jean Piaget. En: Teorías del

- aprendizaje. Antología LEPEP'85, México UPN-SEP, 1987 242 p.
- Nutrición, Enciclopedia básica juvenil. V.4. España. Ed. Océano 679 p.
- PEREZ, Alarcón Jorge, et, al. "Proyecto Nezahualpilli en educación preescolar". En: Escuela y comunidad. Antología. LEPEP' 85. México. UPN-SEP, 1987, 242 P.
- POZAS A. Ricardo. "Integración de la comunidad". En: Escuela y comunidad Antología LEPEP'85 México UPN-SEP 1987 242 p.
- ROCKWELL, Elsie. "Los contextos del trabajo docente". En: La práctica docente. Antología LEPEP' 85 México, UPN-SEP, 1987 221p.
- Secretaría de Educación Pública. Antología de apoyo a la práctica docente del nivel preescolar. México, SEP. 1998, 70p.

Bloques de juegos y actividades en el desarrollo de los proyectos en el jardín de Niños. México SEP, 1993. 125 p.

Bloques de juegos y actividades de relación con la naturaleza. México, SEP. 1992, 125 p.

Libro de Ciencias Naturales de 6o. grado de primaria. México SEP, 1993, 239 p.

Programa de Educación Preescolar. México, SEP, 1992, 90 p.

SUAREZ Díaz Reynaldo "Selección de estrategias de enseñanza-aprendizaje". En: Medios para la enseñanza. Antología LEPEP' 85, México, UPN-SEP, 1986, 321 p.

TLASECA Ponce, Martha Elba, "Una definición de la propuesta pedagógica en el área terminal" En: Una propuesta pedagógica para la enseñanza de las ciencias Naturales. Antología LEPEP' 85, México, UPN-SEP, 1988, 400p.