

**UNIVERSIDAD  
PEDAGOGICA  
NACIONAL**

**GOBIERNO DEL ESTADO DE YUCATAN  
SECRETARIA DE EDUCACION  
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL  
UNIDAD 31-A MERIDA, YUCATAN**



**Alternativas para abatir la desnutrición  
en el nivel Preescolar**

*Ana Rosa Dzul Dzul*

**PROPUESTA PEDAGOGICA  
PARA OBTENER EL TITULO DE  
Licenciada en Educación Preescolar**

**MERIDA, YUCATAN, MEXICO, JUNIO DE 1994**

CAA 2500134

**DEDICO CON TODO RESPETO Y CARIÑO QUE SE MERECE ESTA  
"PROPUESTA PEDAGOGICA"**

**A MIS QUERIDOS PADRES:**

Sr. Dionisio Dzul Chan  
Sra. Amira Dzul Granados  
De quienes he recibido buenos ejemplos  
y a quienes espero tener siempre a mi lado  
guiándome por el camino del bién,  
como siempre lo han hecho.

**CON GRAN CARIÑO:**

A un compañero maestro que  
sin su apoyo, no hubiera  
sido posible la realización  
de la propuesta.

**A MIS MAESTROS:**

Que gracias a sus orientaciones  
y enseñanzas he llegado a la  
cima de mis aspiraciones.

**A MIS ALUMNOS:**

Hagamos un mundo libre y lleno  
de amor, ya que, solo de los  
niños que se han formado en un  
ambiente de libertad, de respeto  
y de armonía, surgirán hombres y  
mujeres capaces de transformar  
la realidad de su tiempo.



UNIVERSIDAD  
PEDAGOGICA  
NACIONAL

DICTAMEN DEL TRABAJO PARA TITULACION

Mérida, Yuc., a 30 de Junio de 1994.

C. PROFR. (A). ANA ROSA DZUL DZUL.  
P R E S E N T E.

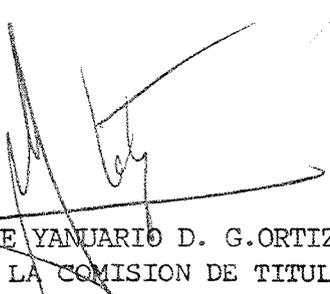
En mi calidad de Presidente de la Comisión de Titulación de esta Unidad  
y como resultado del análisis a su trabajo intitulado:

"ALTERNATIVAS PARA ABATIR LA DESNUTRICION EN EL NIVEL  
PREESCOLAR".

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

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

ATENTAMENTE

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



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

## I N D I C E

	Página
INTRODUCCION	1
I. PRACTICA DOCENTE	4
A) Concepto de práctica docente	4
B) Papel del maestro y del alumno	17
C) El proceso enseñanza-aprendizaje	19
II. CARACTERISTICA DEL ALUMNO DEL TERCER GRADO DEL NIVEL PREESCOLAR.	24
A) Cognoscitivos.	24
B) Psicológicos.	28
C) Biológicos.	35
D) Sociales.	39
III. VALORACION CRITICA DE LA PRACTICA DE LAS CIENCIAS NATURALES.	45
A) Formas tradicionales de enseñanza.	45
B) Problemas y limitaciones del maestro.	47
C) Posición del maestro ante la enseñanza de las ciencias naturales.	48
IV. EL AREA DE CIENCIAS NATURALES EN EL NIVEL PREESCOLAR.	50
A) Presentación de los objetivos generales de las ciencias naturales del programa de preescolar.	50
B) Presentación del contenido del programa del nivel preescolar.	50
C) Metodología para la enseñanza de las ciencias naturales.	52
V. ALTERNATIVAS PARA LA ENSEÑANZA DE LAS CIENCIAS NATURALES EN EL TERCER GRADO DE PREESCOLAR.	54
A) Estructura de la estrategia didáctica.	54
Sesión No. 1	57
Sesión No. 2	59
Sesión No. 3	60
Sesión No. 4	62
Sesión No. 5	63

	Página
Sesión No. 6	66
Sesión No. 7	68
B) Aplicación, resultados y perspectivas.	70
C) Evaluación general del proyecto.	74
VI LA CONGRUENCIA Y METODOLOGIA UTILIZADA	79
A) Congruencia interna.	79
B) Metodología utilizada.	83
CONCLUSIONES.	86
BIBLIOGRAFIA.	88
GLOSARIO DE TERMINOS.	
ANEXOS.	

## INTRODUCCION

La adecuada alimentación nos previene de enfermedades y es básica en la conservación de la salud, en la vida individual, escolar y familiar.

Como maestra de educación preescolar me enfrento cotidianamente a diversas situaciones en la práctica docente en donde observo la falta de conciencia de los padres, manifestada en sus inadecuados hábitos de alimentación, dando lugar a obstáculos para llevar a cabo satisfactoriamente el proceso enseñanza-aprendizaje.

Como estudiante de la Universidad Pedagógica Nacional se manifiesta la inquietud de hallar nuevas estrategias para propiciar a los niños a que se interesen en ir adquiriendo mejores hábitos alimenticios mediante actividades que favorezcan su desarrollo físico.

Durante la realización se tomó en cuenta los lineamientos, teóricos recopilados de diversas fuentes como libros relacionados con la alimentación, antologías analizadas en el transcurso de la Licenciatura, así como también las experiencias, vividas como maestra y alumna, considerando que una buena alimentación es de vital importancia para un rendimiento óptimo en el trabajo escolar.

Para tener una idea mas clara sobre la estructuración de la propuesta se integró de la siguiente manera:

En el primer capítulo se habla sobre el concepto de prác-

tica docente, de igual manera se da un panorama general del papel que desempeña el maestro ante el grupo y las relaciones que pudiera existir entre ambos y la manera de guiar el proceso enseñanza-aprendizaje.

En el segundo capítulo, se hace referencia sobre las características del niño preescolar en la cual figuran los aspectos cognoscitivos, psicológicos, biológicos y sociales.

En el tercer capítulo, se hace una valoración de la práctica docente en la que se señalan las formas tradicionales de la enseñanza de las ciencias naturales. Asimismo los problemas -- que limitan la labor del maestro.

En el cuarto capítulo, se hace una descripción general sobre los contenidos de los programas de educación preescolar y la metodología que se utiliza para la enseñanza ya que las ciencias naturales juegan un papel importante en la vida humana.

En el quinto capítulo se registra la aplicación y los resultados obtenidos en la estrategia didáctica, aportando perspectivas que pueden servir de guía para las próximas investigaciones, de igual manera se contempla la evaluación general del proyecto.

En el sexto capítulo, se analiza la congruencia y metodología que se aplicó durante la elaboración de la propuesta pedagógica.

Seguidamente se expresan las conclusiones que nos informan de los puntos más sobresalientes, en la que se exponen también las sugerencias, y para finalizar se incluye la bibliografía y el glosario de términos y anexos que sustentan el presente tra-

bajo.

Se pretende con esta propuesta, resaltar la importancia de llevar a cabo cotidianamente una alimentación adecuada en beneficio de la salud y desarrollo del niño preescolar.

## I. PRACTICA DOCENTE

### A). Concepto de práctica docente.

Para mí la práctica docente es todo lo que realiza el maestro dentro y fuera del aula escolar, juega un papel muy importante en la vida de la comunidad.

El maestro es el encargado de guiar a los alumnos, para una mejor enseñanza-aprendizaje.

La escuela lugar donde el maestro es considerado un agente de cambio coordina sus actividades con las diversas autoridades que gobiernan en la comunidad para que juntos puedan superar las dificultades que obstaculizan su labor y poder obtener mejores resultados.

La experiencia me ha enseñado que las metas son importantes, y de las cosas más valiosas que todos disfrutamos en la vida, como resultado de una acción coordinada de varios individuos con propósitos comunes.

En el nivel preescolar se trabaja con el programa del año 1989 el cuál contiene una unidad llamada de alimentación en la que su objetivo es conducir al niño en adquirir buenos hábitos alimenticios. Así como se relacione éste con su medio que investigue, experimente y manipule para que de esa manera descubra lo que le rodea al estar interactuando con el medio y así asimile los conocimientos que este le proporciona.

En este mismo programa se cuenta con otra unidad llamada la "salud", en la que se destacan actividades como: la preservación de éstas, se sugiere visita al médico, a la enfermera, al dentista, la trabajadora social. En esta actividad se busca que el niño se relacione con su objeto de estudio y que adquiera experiencia. En las dos unidades antes mencionadas, -- considero que se pueden incluir actividades en donde el niño conozca y pueda relacionarse con la alimentación, teniendo en cuenta que la adecuada alimentación es indispensable para mejorar la salud física.

Debido a la inquietud sobre este aspecto se tomó la alternativa de realizar la presente propuesta pedagógica en la que se tiene por objetivo, "que los niños adquieran hábitos para una mejor alimentación disminuyendo el consumo de productos de baja calidad nutricional.

La diferencia que existe entre el anterior programa y el actual, es que en este último se da la oportunidad de trabajar con los niños mediante proyectos las cuáles consisten en planear juegos y actividades que respondan a las actividades que al niño le interesa y son considerados propios de esa edad que se desarrollan en torno a una pregunta un problema o la realización de una actividad concreta, responde principalmente a -- las necesidades e intereses y hace posible la atención a las exigencias de su desarrollo en todos sus aspectos.

En el anterior programa no sugiere mas actividades, hasta cierto punto son algo limitantes, no le brinda a los maestros

más ejemplos de actividades que se pueda desarrollar para mejorar la salud de los educandos, tampoco sugiere medios para el mejoramiento alimenticio, esos dos temas son importantes llevarlos a la práctica para que todos los niños adquirieran diversos hábitos, en este caso, tenemos el logro de una adecuada alimentación.

Finalmente se puede decir que tanto el anterior programa como el actual juegan un papel importante en la vida de los educandos aunque en el primero no sugiere pero de acuerdo al criterio de cada maestro se puede enriquecer mas las actividades para lograr el objetivo deseado, el actual todavía mucho mejor le da la libertad al maestro y a los alumnos sobre todo a que participen activamente aportando sus ideas e inquietudes para que de esa manera se pueda elegir el proyecto de actividades a desarrollar tomando en cuenta las necesidades de los niños.

Los proyectos tienen una duración y complejidad diferentes, pero siempre implican esfuerzos en acciones y actividades relacionadas entre sí, que adquieren un sentido, tanto por vinculación así como de intereses y características del niño, sin olvidar el lugar donde el niño se desenvuelve etc., mencionado que el desarrollo del proyecto comprende diferentes etapas: surgimiento, elección, planeación, realización y evaluación en cada uno de los aspectos hay que brindar libertad a los niños a que participen considerando que el aprendizaje es importante para la vida futura de los niños como seres responsables, seguros y solidarios.

El desarrollo de los proyectos se pueden llevar a cabo mediante equipos ó en forma individual. El proyecto puede surgir a partir de los intereses que expresan los niños en actividades libres o sugeridas que tengan relación con la vida cotidiana, y eventos especiales del jardín y la comunidad, durante las cuáles pueden ser detectados los intereses. De tal manera surgirá entre alumnos y maestro, propuestas que se van definiendo hasta llegar a la elección del proyecto. De los anteriores, lo que es significativo para los niños o que les llame la atención algún evento familiar o comunitario.

Se puede tener en cuenta una necesidad comunitaria que puede dar origen a un proyecto que involucre la participación de los niños, padres de familia y miembros de la comunidad en este caso puede ser el mejoramiento nutricional de la familia.

Una vez detectado el interés del grupo se define el nombre del proyecto respondiendo a la pregunta, ¿qué vamos a hacer? es muy importante tomar en cuenta las manifestaciones de los niños mediante sus propias palabras seguidamente se interpreta lo que quieren decir dándole un nombre que es lo que pretenden realizar con la finalidad de involucrar una participación, común.

Una vez definido el proyecto se procede a organizar las actividades y juegos, y se van planteando las preguntas se podrá hacer las preguntas a los niños, y se van registrando, las respuestas y los acuerdos grupales. En la planeación general del proyecto se establece una relación de juegos y las actividades que favorezcan los aspectos del desarrollo del niño en forma -

integral.

Llevar a la práctica lo planeado y plasmar objetivamente las ideas y creatividad de los alumnos, mediante juegos y actividades significativas para ellos. Durante la realización debe mantenerse la relación entre alumnos y maestros. Durante el desarrollo del proyecto se debe propiciar la participación y atención a los contenidos señalados en los bloques de juegos y actividades mediante cuestionamientos importantes que propicien la reflexión y el intercambio de experiencias.

Finalmente la evaluación se podrá llevar a cabo mediante preguntas u observaciones directas de acuerdo a la participación de cada alumno durante el desarrollo del proyecto.

-¿Cómo participarán los niños en las actividades planeadas?

-¿Cuáles fueron las dificultades que se encontraron y las formas de solución?

-La evaluación de las experiencias y el aprendizaje del niño.

-Las observaciones durante la realización del proyecto.

-Cómo se dió la participación de los padres de familia.

-Las formas de relación, alumno-alumno, maestro, padres de familia y miembros de la comunidad.

-La evaluación se puede llevar a cabo en forma individual, en equipo o grupal.

Según Miguel Angel Campos, "El maestro debe propiciar en el niño la relación afectiva, emocional para poder estimular y dar a conocer los beneficios de una adecuada alimentación, la cuál debe ser consecutivo; ya que es importante tomar en cuenta el desarrollo de un proceso continuo, mediante el cual

el niño contruye su pensamiento. Hay que señalar que para que esto se de, el maestro debe tener en cuenta las características del niño.

Este mismo autor menciona que, en el proceso enseñanza aprendizaje se contempla tres elementos: maestro, alumno, objeto de estudio, que a falta de uno de ellos no sería posible su adecuado desarrollo. (1)

Al respecto Elissa Lucarelli y otros sugieren que en todo momento el niño debe sentir libertad de expresar sus ideas, pensamientos y por medio de actividades como: representaciones, escenificaciones, diálogos que den oportunidad de conceptualizar el o los objetivos propuestos por el maestro. (2)

Es importante mencionar que la planificación de actividades, teniendo presente el interés y necesidades de los niños para hacer una selección de los objetivos y actividades que vayan de acuerdo al nivel de madurez del niño. "El conocimiento se va ampliando y consolidando conforme avanza en su desarrollo intelectual y con la estimulación que recibe del exterior específicamente de la problemática del lugar donde vive".

Dentro de la práctica docente se considera la motivación del aprendizaje, como actividad personal reflexiva y sistemática que busca un dominio mayor sobre la cultura y los problemas vitales, ésta exige de los alumnos:

- a). Atención y esfuerzos sobre áreas nuevas de observación de estudio y actividad.

(1) Campos Miguel Angel. "Aportaciones a la didáctica, en la escuela". En la Antología. Una propuesta pedagógica para la enseñanza de las ciencias naturales. pág. 19.

(2) Lucarelli Elissa y otros "Planificación curricular". En la antología. Planificación de las actividades docentes. pág. 77.

- b). Autodisciplina con el sacrificio de otros placeres y satisfacciones inmediatas para realizar estudios y cumplir las tareas exigidas.
- c). Despertar y mantener el interés por la enseñanza estimular el deseo de aprender.
- d). La motivación es indispensable ya que de ahí parte el interés del alumno por aprender y asimilar lo que se le enseña por el maestro.(3)

Se puede decir que la práctica docente es cada una de las acciones que realiza el maestro en el aula y fuera de ella, es la relación que se da con los alumnos y el maestro. Es donde la función del docente es vital para motivar el interés de los niños.

Como docente inquieta en el análisis de mi práctica docente, he reflexionado sobre ella y encuentro que se dan un sinnúmero de problemáticas a las cuáles se les tiene que proponer alternativas de solución.

Entre las cuáles las que se consideró de más relevancia, es el problema de la inadecuada alimentación que se da en la escuela "Ricardo Palmerín". Por lo cual se plantea la siguiente, interrogante:

¿Cómo lograr que los niños de 3ero. de preescolar, conozcan la importancia de una adecuada alimentación?

A lo largo de mi experiencia docente, en el Centro Prees-

---

(3) Programa Nacional de Capacitación y Mejoramiento Profesional del Magisterio 2o. grado. pág. 72.

colar "Ricardo Palmerín", con centro de trabajo 31DCC0157 K, de la comunidad de Eknacán, Municipio de Cuzamá, Estado de Yucatán.

Se ha observado con frecuencia que los niños se alimentan con productos bajos en contenidos alimenticios.

Diariamente los niños traen de sus casas a la escuela su refrigerio lo que ha dado oportunidad de observar que los padres de familia por comodidad le dan a sus hijos que comen papas, chetos, fritos y refrescos con gas.

El hecho de que la escuela prohíba entrar con este tipo de alimentos, no es suficiente pues a la hora del recreo y de la salida los papás llevan nuevamente sus refrescos (coca-cola) para que su hijo no sienta sed, en el transcurso de llegar a su casa.

Al proponer que los niños tomen leche o refresco de frutas naturales, padres de familia y niños se opusieron. Entonces les di la alternativa de solicitar al DIF (Desarrollo Integral de la Familia del Estado), para que se les vendiera a precios económicos la leche, procurando con esto no alterar el gasto familiar y beneficiar a los niños, a esta propuesta se dieron negativas justificando que a sus hijos no les gusta porque les causa malestar estomacal y además no les gusta el sabor.

La alimentación además de ser un acto vital para la subsistencia tiene gran significación emocional para el niño ya que alrededor de ello se pone en juego algunas de las más trascendentes formas de relación humana entre él, la madre y otros miembros de la familia.

Las características de los alimentos, las posibilidades y forma de obtenerlos, de prepararlos y consumirlos son a su vez una fuente rica del conocimiento que el niño va estructurando sobre aspectos socio-culturales que caracterizan el medio donde se desenvuelven

En nuestro país, México, existen problemas de salud que se derivan de la falta de formación individual y grupal para conservar la salud, la carencia de una subestructura alimenticia, y nutricional, o bien programas adecuados de educación sobre la salud, estos carecen ante las influencias de los medios masivos de comunicación con su publicidad, su penetración ideológica -- provocando el desplazamiento de formas propias y verdaderas de nutrición, sustituyéndolas por artificialismo más complicados y costosos, con las consecuencias de ello llevando al pueblo mexicano a un proceso que limita su avance social cultural y económico. Se pretende como lo señala Sosa que "la salud además de tratarse como un estado ideal de los aspectos biológico, psicológico, y espiritual del ser humano considera socialmente el resultado de la interacción de condiciones biológicas ambientales, económicas y socio-culturales que permitan un desarrollo armónico".(4)

El grupo al que se hace referencia pertenece al tercer grado "A" del Centro Preescolar "Ricardo Palmerín" ubicado en la comunidad de Eknacán, Municipio de Cuzamá de Yucatán.

En esta escuela se ha tenido la oportunidad de observar -- que las generaciones familiares de los niños mencionados no han recibido la orientación alimenticia adecuada. En la mayoría de

---

(4) Sosa A. Nuevos conceptos para comer mejor INN. pág. 5.

los hogares de esta comunidad cuentan con terreno propio para la siembra de frutas, verduras y hortalizas pero éstos no son aprovechados adecuadamente ya que prefieren comprar alimentos de bajo contenido nutricional, siendo estos hábitos muy arraigados pues se vienen heredando de generación en generación.

La baja escolaridad de los padres de familia no les permite, tener cuidado en lo que se refiere a los alimentos que consumen, así como el escaso tiempo para vigilar y tratar que sus hijos coman alimentos en beneficio de la salud aunado a estos inconvenientes es la falta de venta de productos naturales en la comunidad, los pequeños comerciantes abusan vendiendo sus productos a precios caros lo que propicia que la gente no consume con regularidad frutas y verduras.

Actualmente se ha observado que la mayoría de los padecimientos están relacionados con la alimentación, la población en general cae en dos extremos a la hora de comer una parte consume demasiadas grasas y harina y otros en productos de origen animal, en ambos casos se ha abandonado el hábito de consumir frutas y verduras.

Se considera que la salud se adquiere a través de la alimentación, el ejercicio, la higiene y el oxígeno que se respira. Es importante que el maestro conociendo la problemática, trate de concientizar a los niños y padres de familia, valiéndose de materiales, conceptos y recursos sobre los beneficios de una alimentación equilibrada ya que esto repercutirá en el proceso enseñanza-aprendizaje.

El objetivo general de educación preescolar está basado en

la psicogenética de Jean Piaget.

"Propiciar el desarrollo armónico en la edad de los 4 años a los 6 años de edad como fundamento de sus características afectivas en el proceso educativo y la estimulación de su iniciativa su sentido de responsabilidad y creatividad a partir de la realidad, sustentan las bases de formación como individuo y su ser social en el contexto familiar y comunitario. (5)

El problema de la desnutrición es importante darle solución ya que esta se ha observado año con año los niños van presentando mayores problemas de aprendizaje, considerando entre los muchos factores que influyen, entre ellos los económicos, sociales y personales, la desorganización alimentaria por parte de los adultos ya que los niños muestran dentro del aula de clases que su interés primordial es la de comer.

En la mayoría de las veces hasta preguntan ¿maestra a qué hora voy a comer mis chicharrones y mi refresco? lo que da a comprobar que no desayunan, por tal razón con la necesidad física no prestan atención y mucho menos participan en las diversas actividades que se desarrollan. Es importante hacer que los niños adquierán hábitos para una dieta balanceada, disminuyendo el consumo de productos de baja calidad de igual manera los refrescos embotellados.

LOS EFECTOS DE LA DESNUTRICION.- Las tendencias recientes en los cambios dietéticos son sumamente inadecuados, con la ayuda de los medios masivos el comercio dirige los hábitos y con-

---

(5) Prueba Operativa. S.E.P. pág. 5.

ductas alimenticias no con el objeto de nutrir al pueblo, para ello se ofrece la venta de productos bien presentados con paquetes costosos que atraen por su novedad hasta cierto punto -- por su sabor, sin atender a sus principios nutritivos, como -- consecuencia la gente está cambiando bruscamente su dieta de -- origen indígena que no es buena.

Es peor en los nuevos productos, en el mejor de los casos solo dan calorías acompañadas de una gran cantidad de compuestos químicos.(6)

LOS EFECTOS DE LA MALA NUTRICION EN LOS NIÑOS.- Dentro de esta problemática los que mas sufren son los niños ya que no -- pueden desarrollarse con los tradicionales productos indígenas y menos con los industrializados que se difunden en los medios masivos de comunicación.

Durante los tres primeros años de vida los niños requieren de calorías suficientes, y de calidad proteica que solo -- pueden proporcionarse mediante una dieta balanceada. Desafortunadamente los hábitos de alimentación suplementaria del medio rural son inadecuados, los padres de familia le tienen miedo a los alimentos, los emplean tarde y tímidamente hasta a -- los 8 meses cuando les empieza a salir los dientes al niño y -- le dan tortillas para que chupe, atoles o caldos que proporcionan más contaminación que nutrimentos, como consecuencia el

---

(6) Chavez B. Adolfo. Nutrición. Problemas y alternativas . pág.220.

niño entra a una etapa caracterizada por una gran interacción entre la desnutrición y las enfermedades infectocontagiosas.

La inadecuada alimentación los debilita y los hace fácil presa de las bacterias y gérmenes y cuando se enferman les va hasta el hambre o la madre los pone a dieta lo que los debilita más. La interacción entre la desnutrición y la infección causa que muchos mueran, cuando se observen estas situaciones es conveniente que se le recomiende a la mamá a que los lleve al médico para que le controlen el problema que presenta, ya que en la mayoría de las veces los papás no le prestan el debido interés por ayudar a sus hijos a que no se enfermen. La gravedad de los sobrevivientes quedan lesionados en su desarrollo físico, mental y social.(7)

El problema antes mencionado repercute negativamente en el proceso enseñanza-aprendizaje de los alumnos, para ello es importante llevar a cabo una serie de actividades donde participan padres de familia, niños, donde tengan la oportunidad de escuchar, opinar, razonar y comprender la importancia de una dieta balanceada, ya que éste contribuye al buen desarrollo físico, social y emocional del niño de otra forma estos serán siempre desnutridos, con poca capacidad para el estudio, y el trabajo hacerles conciencia que nuestro estado cuenta con una gran riqueza de productos alimenticios.

(7) Chavez, B. Adolfo. Efectos de la desnutrición en los niños. Libro México Hoy. pag. 225.

Concientizarlos mediante visitas domiciliarias, a que reflexionen sobre la importancia de alimentarse adecuadamente lo que les permitirá intervenir saludablemente en su desarrollo físico e intelectual para que pueda enriquecer su vida individual y social, con actividades, capacidades críticas de participación y creación.

El niño bien alimentado manifiesta no solo en su aspecto sino también en su conducta, una de las características del niño sano son: labios rojos, expresión feliz del rostro, sonrisa, y otras actitudes que estimulan su crecimiento, ya que la inadecuada alimentación convierte al niño, triste, inactivo durante la clase. El estado de salud se relaciona con el nivel socioeconómico y cultural de la familia, pero de ningún modo es determinante ya que el ser pobre no significa que no tenga cuidado con los alimentos a consumir que pueden nutrir el organismo humano.

#### **B). Papel del maestro y del alumno.**

El papel del maestro, es el de conductor y orientador del aprendizaje del niño, para inculcarle hábitos de alimentación, con el propósito de formar hombres bien desarrollados físicamente y mentalmente con un futuro más provechoso.

Las actividades a realizar deberán tener un punto de partida el interés y la necesidad del niño presente tomando en cuenta las características, la edad y el nivel de desarrollo así como los medios y materiales propios de su contexto donde

se desarrollan. Mejorar la calidad de la educación preparando a los maestros con cualidades deseables, la cuál se podrá lograr con el fortalecimiento curricular.

El maestro en todo momento debe de propiciar en el niño - la relación afectiva emocional y social para poder estimular - y dar a conocer los beneficios de una buena alimentación ya -- que debe de ser consecutiva, para ello se toma en cuenta el de sarrollo de un proceso contínuo mediante el cuál el niño cons- truye lentamente su pensamiento, para que todo esto se de es - importante tomar en cuenta las características del desarrollo en las que se encuentra el niño. (8)

Al planear, analizar y evaluar un proceso de aprendizaje en este la propuesta pedagógica crea estrategias didácticas -- que permitan a los niños y padres de familia hacer conciencia sobre los beneficios de una adecuada alimentación.

Mediante el desarrollo de la unidad "la alimentación" de- be de prevalecer el compañerismo, las relaciones afectivas la atención y comprensión que proporcionará el maestro entre to-- dos los miembros del grupo padres de familia.

El maestro es considerado como guiador de la enseñanza la cuál debe ser fuente de estímulos que lleve al alumno a reac-- cionar para que se cumpla el proceso de aprendizaje en la que

---

(8) Campos Miguel Angel. "Aportaciones a la didáctica, en la escuela". En - la antología. Una propuesta pedagógica para la enseñanza de las cien-- cias naturales. pág. 19

se le debe dar una buena atención a los alumnos por parte del maestro. Debiendo distribuir estímulos entre sus alumnos en forma adecuada, con la finalidad de que trabajen en forma adecuada, de acuerdo a sus peculiaridades y posibilidades. Sin olvidar que a medida que la vida social se torna más compleja el maestro se hará más responsable en su calidad de guiador de la personalidad del educando. El alumno es quién aprende ---- aquel por quién existe la escuela, siendo así está claro que es la escuela quién debe de adaptarse a él interpretándolo en forma general.(9)

### C). El proceso enseñanza aprendizaje.

En la práctica docente se toma en cuenta la formación de actitudes tendientes a crear hábitos alimenticios en bien de la salud, por lo que se les debe estimular a que reflexionen y participen mediante acciones.

La enseñanza no solo se da en la escuela, ya que la enseñanza es un compromiso de toda la sociedad, por tal motivo es importante tomar en cuenta a los padres de familia, comunidad, como agentes educativos y transformadores de la cultura. Un ejemplo: cuando los padres de familia participan en la elaboración de ensaladas, frutas, verduras.

El aprendizaje es un proceso biológico y social, en la --

---

(9) Mattos Luis A. Hacia una didáctica general dinámica. Academia de las ciencias de la educación. pág. 23.

que se contemplan las condiciones internas del sujeto y las externas del entorno social. Por tal motivo la presente propuesta pedagógica, pretende hacer reflexionar a los niños en la importancia de balancear su alimentación, para tener contacto con las frutas y verduras preparando ensalada con ellos, poniéndolos en contacto con los utensilios y la forma higiénica de prepararlos y la de comerlos.

Las diversas teorías de aprendizaje, expresan que la adquisición de un conocimiento, viene siendo el resultado de una práctica progresiva, adaptación. La reacción de una situación dada, la actividad mental por la que adquiere hábitos, la modificación de la personalidad, un desarrollo estimulado, la forma de una nueva estructura.

Con esta propuesta pedagógica lo que se pretende, es que el niño cambie su actitud respecto a los alimentos que consumen cotidianamente, todo se podrá lograr mediante la participación de los padres de familia.

La finalidad de la enseñanza-aprendizaje es propiciar situaciones favorables, para que los alumnos y maestros participen en el mismo proceso, para incorporar y manejar la información, de acuerdo a la realidad, de tal manera que se tenga la posibilidad de una participación, para que ya no sea concebido como objeto de enseñanza para convertirse en sujeto activo, de su propio aprendizaje, que es lo que se pretende con el enfoque metodológico de Jean Piaget.

El aprendizaje que se intenta promover es un proceso de elaboración conjunta, que el conocimiento no se da como algo

acabado de una persona que lo posee (maestro) a otros que no lo tienen, (padres de familia y niños de esa comunidad), sino como un proceso dinámico de interacciones y transformaciones-- (10).

El aprendizaje es un proceso que se efectúa en el interior del individuo, con su voluntad con quien se marca, acepta o rechaza el aprendizaje. Las diferencias sobre los conceptos de aprendizaje, recaen principalmente en todo aquello que se transforma, el aprendizaje es esencialmente un proceso psicológico, e individual de asimilación de conocimientos o de adquisición de destrezas y habilidades específicos (Mattos).

El ser humano aprende a integrarse mejor al medio físico y social, atendiendo a las necesidades biológicas, psicológicas, y sociales que se presentan en el transcurso de la vida.

Esas necesidades pueden denominarse dificultades o obstáculos, ya que si no hubiese este no habría aprendizaje.

Aclarando que el aprendizaje no es pura adquisición de conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes, sino que en todo repercute el comportamiento del educando dirigiéndolo a cambiar sus conductas. (11)

Para Rafael Ramirez, la enseñanza es un término con gran significado para aquellos que se dedican a la docencia, es una preocupación para el maestro, el saber de qué manera va a con-

(10) Apple Michel. "Idiología y currículo". En la antología. Una propuesta pedagógica para la enseñanza de las ciencias naturales. pág. 38

(11) Hilgard Ernest. R, y Gordon H. Bower. "Qué es lo que abarca el aprendizaje". En la antología. Teorías del aprendizaje escolar. pág. 44.

ducir el aprendizaje de cualquier asignatura que se maneje en el nivel primario, por lo tanto es importante el concepto de enseñanza que se maneje, ya que a partir de ello se facilitará, la lección del método, la técnica de procedimientos y los recursos didácticos que le permitan la conducción del aprendizaje en forma adecuada.

La enseñanza es considerado como una actividad encaminada, a proyectar, orientar y guiar las experiencias concretas del trabajo reflexivo de los alumnos, sobre la vida humana.

En esta se contempla la forma de orientar técnicamente el proceso de enseñanza-aprendizaje, evidentemente enseñar significa:

- Estimular a los alumnos para un mejor aprovechamiento.
- Encaminarlos a realizar actividades concretas apropiadas, con la finalidad de conducir y adquirir experimentalmente una reflexión sobre los problemas escolares.
- Diagnosticar las causas de las dificultades, fracaso que los alumnos pueden encontrar en el aprendizaje educativo.
- Ayudarlos a consolidar, integrar y fijar mejor lo que hayan aprendido de tal manera que sea modificado sus actitudes y conductas.
- Finalmente comprobar y valorar los resultados obtenidos en la experiencia de aprendizaje y las transferencias como resultados de la vida.
- La enseñanza es una actividad de intercambio y de relaciones entre el maestro y los alumnos en busca de resultados definidos de carácter psicológico, cultural y moral que los alumnos

han de lograr.

En la enseñanza aprendizaje es necesario que tanto maestro como alumnos mantengan una relación ya que es primordial para la educación, para un mejor aprovechamiento, para ello la tarea del maestro, es la de conducir, guiar al alumno en el proceso enseñanza-aprendizaje.(12)

Lo antes mencionado se plantean los propósitos del presente trabajo:

- Proporcionar al docente estrategia didáctica, para favorecer que el niño adquiriera hábitos alimenticios para que obtenga una adecuada salud.
- Proponer al maestro elementos teóricos, para que fundamente su quehacer docente.

Crear conciencia en el padre de familia y en el niño para que valore y comprenda la importancia de estar bien alimentado.

---

(12) Ramirez Rafael. Técnica de la enseñanza, academia de las Ciencias de la educación. pág. 95

## II. CARACTERISTICAS DEL ALUMNO DEL TERCER GRADO DEL NIVEL PREESCOLAR

### A). Cognoscitivos.

Dentro del grupo de tercer grado de preescolar he tenido, la oportunidad de observar el desarrollo cognoscitivo de mis alumnos, actualmente los niños distinguen los colores primarios, de igual manera las diversas formas de figuras geométricas, como el cuadrado, círculo y triángulo, rectángulo, distinguiendo también los ruidos y sonidos de objetos, los tamaños de personas, animales, objetos, plantas en fin todo lo que los rodea en su medio ambiente, distinguiendo también las consistencias de áspero, liso, distinción de sabores, dulce, salado, agrío, en ésta se contempla los sabores de alimentos como, frutas, verduras, a esa edad distinguen la lateralidad, derecha, izquierda, de igual manera los olores de flores, plantas, frutas, a esa edad obedecen órdenes dadas por el maestro, dentro de este esquema de trabajo, la diferenciación de pesos de objetos, manifestando que estos ya distinguen la ubicación del espacio dentro y fuera, llevando a la práctica movimientos y reposo que son indispensables para la salud, haciéndoles conciencia sobre la importancia de consumir alimentos nutritivos tomando en cuenta las actividades que se deben de llevar a cabo para conservar la salud.

A esa edad distinguen los nombres y los usos que se les da a los muebles tanto escolares como las del hogar y sobre al

gunos alimentos que se venden en la tienda, distinguiendo los conceptos de arriba, abajo, delante, detrás, manifestando distancias como cerca, lejos, y nociones de tiempo, y los efectos que produce la temperatura como el calor, frío, y los beneficios que nos trae el sistema solar.

El desarrollo cognoscitivo ayuda a los niños a percibir, descubrir, observar, comprender y asimilar los elementos que constituyen el mundo que los rodea. A esa edad tienen nociones sobre la escritura, mediante dibujos, de objetos, animales, el lenguaje es importante para que pueda a ver una comunicación, son tan capaces de desarrollar sus habilidades y destrezas que le permiten aprender ideas por lo que son muy inteligentes de llevar a la práctica el conteo de algunos números del 1 al 10, de igual manera la clasificación de objetos, así como la seriación. A esa edad tratan de imitar diversos trabajos que observan, así de cosas, personas y acontecimientos, -- que a esa edad saben resolver problemas sencillos relacionados con los trabajos escolares por lo que dicho desarrollo, es importante en la vida humana.

Para Jean Piaget, el desarrollo cognoscitivo es representado, mediante el desarrollo, crecimiento de acuerdo al conocimiento que manifiesten los niños, ya que él lo considera desde el momento de nacimiento, contemplando diversos estadios de desarrollo cognoscitivo, ya que cada uno de ellos le permitirá adaptarse al medio ambiente donde se desenvuelve, en éste se considera el sensoriomotor, el preoperacional, y las operaciones concretas y formales.

Estadio Sensoriomotor.- Comprendido desde el nacimiento hasta los 18 meses, la cual es caracterizada por la adquisición de habilidades motoras y conducta.

Estadio preoperacional.- Comprende de los 18 meses hasta los 7 años, a esa edad los niños se adaptan mejor al medio ambiente donde se desenvuelven, en el que se desarrolla el lenguaje, ya que los niños tratan de percibir diversos significativos de acuerdo a sus experiencias, por lo general a esa edad son tan capaces de apreciar diversas ideas, en la cual figuran los pensamientos socializados y obtener una mayor perspectiva tomando en cuenta el nivel de pensamiento conceptual.

Estadio de operaciones concretas.- Comprende de los 7 a 12 años, en la cual manifiestan mayor capacidad de pensamiento y razonamiento, a esta edad tienen facilidad de clasificar objetos de diversos colores, en la que desarrolla la suma y la resta, a esa edad comprenden mejor lo que el medio les ofrece, entendiendo, y expresando correctamente todo lo que observe ya que todo va de acuerdo a su edad.

Estadio de operaciones formales.- Comprende de los 12 años en adelante, el niño se encuentra conformado por un desarrollo más amplio sobre todo, en su capacidad intelectual, cuentan con facilidad, para experimentar la causa y el efecto en un nivel más elevado por sí solo se interesa para mejorar el desarrollo de sus capacidades para poder hacer juicios morales.

Piaget, señala que los niños aprenden mediante mecanis---

mos, ya que para él el aprendizaje puede ser transmitido de acuerdo al medio ambiente donde se desenvuelve, contemplando el comportamiento que el niño adquiere en la vida cotidiana desarrollando el conocimiento de acuerdo a las experiencias adquiridas que servirán para enriquecer, los actos y ideas de los niños

Un investigador gestaltista da a conocer que dentro de la escuela cognoscitiva hay que destacar las investigaciones de - Jean Piaget, Henry Wallón, Benjamín Bloón entre otras múltiples investigaciones. Los teóricos del campo cognoscitivo se interesan en el desarrollo de habilidades que permiten a las - personas, aprender ideas, conceptos, vocabulario o hechos específicos para el logro de una ampliación afectiva, que viene -- siendo el producto del aprendizaje planeado, los autores mencionados se enfocan sobre el desarrollo cognoscitivo del niño, que son importantes tener en cuenta para una mejor enseñanza-- aprendizaje. (13)

Para César Jaime y Victoria Mortón, para ellos el desarrollo cognoscitivo del niño rural, representa una serie de necesidades esenciales, entre los cuales figuran: el establecimiento, de formas de comunicación, registro de acontecimientos importantes ya que para ellos el hombre ha construído mecanismos, que les permittien acercarse al mundo de los objetos median

---

(13) Jean Piaget. Principios y teorías del desarrollo infantil. Libro de -- psicología infantil. pág. 30.

te, símbolos, contemplando el sistema de escritura de la humanidad, desde el nacimiento y desarrollo de los mismos que son acompañadas de necesidades lingüísticas a través de la escritura.

Los sistemas de escritura se han desarrollado en el transcurso de la historia de la humanidad, en la cual destaca la evolución mediante períodos:

- En primer lugar la escritura se representa mediante dibujos que sirven como auxilio para identificar a una persona u objeto.
- Luego es considerado logo-silábico, ya que en esta se contempla el signo gráfico, la combinación de lo ya mencionado incluye las escrituras, posteriormente ha sido denominado como silábico, en él se representan las grafías que corresponden a las sílabas del sistema lingüístico.
- Finalmente se encuentran los sistemas alfabéticos en la cual se expresan los sonidos de un idioma.

En el transcurso de éste, el niño ha experimentado una serie de transformaciones producto de procesos de equilibrio de un sistema lógico, la utilización de éstos dependerá de la manera en que se relacionen con los objetos. (14)

#### B). Psicológicos.

Dentro del grupo de tercer grado he observado que el me-

(14) Rodríguez César Jaime y Victoria Morteón. Desarrollo cognoscitivo del niño rural. Antología la matemática en la escuela I. pág. 23.

El medio ambiente desempeña un papel importante en el desarrollo psicológico de los niños y adultos lo que ayuda al conocimiento de sí mismo. Dentro del Jardín se realizan actividades para incorporar durante el proceso educativo, para lograr una buena preparación, por lo que los niños memorizan hasta tres imágenes, observada en diversas láminas, a esa edad tienen la facilidad de copiar dibujos sencillos como: círculos, repitiendo tres cifras, en esta comparan y distinguen diversos objetos, como palitos de diferentes tamaños, describe lo que observa dentro de su medio ambiente, trata de copiar dibujos, ya sea de animales, o personas u objetos, manifestando que memorizan frases hasta de diez palabras. Ejemplo un verso titulado "mira mis manitas".

Mira mis manitas  
que lindas están  
con un jaboncito  
me las fuí a lavar.

Durante esta etapa se observó que los niños ya saben dibujar un cuadrado, triángulo, círculo, rombo, rectángulo es palpable que son muy preguntones, en el sentido de que todo lo que vean preguntan, ¿cómo se llaman? o ¿porqué son así? en fin todo lo que encuentran en su camino tratan de preguntar que significa y para que sirve.

A esa edad los niños ya escogen a sus amiguitos dentro del mismo grupo para jugar sobre todo en la casa, el amigo que llegan a tener son a los padres y hermanos, por lo que en esa

etapa eligen a sus propios compañeros como amigos.

La primera sociedad por la que atraviesa el niño es el hogar, ya que de la familia depende su formación psicológica lugar donde adquiere más conocimientos antes de ingresar a la escuela, en este grupo se ha tratado de llevar a cabo visitas domiciliarias para hacerles ver a los padres de familia que el desarrollo psicológico es importante para la vida humana. También se ha realizado reuniones con padres de familia con la finalidad de hacerles conciencia sobre el aprovechamiento que van adquiriendo sus hijos durante el proceso enseñanza, aprendizaje.

Manifestando que el juego es la actividad principal del niño en el nivel preescolar que permite elaborar internamente las emociones y experiencias, que despiertan su interés de acuerdo al medio donde se desenvuelve a esa edad no es considerado como un entretenimiento, sino como una forma de expresar, lo que observa dentro de su medio ambiente, por tal motivo, es esencialmente simbólico, siendo importante para su desarrollo psíquico, físico y social, el objetivo del juego es producir una sensación de bienestar que el niño busca constantemente se lleva al desarrollo cuatro dimensiones afectivo, social, intelectual y físico.

Para M. Isaías.- El desarrollo psicológico del niño es un cambio de conducta humana debido a los diversos niveles de integración, desde un punto de vista psicológico, se manifiesta la observación de procesos cognoscitivos, que para ello habría la necesidad de estudiar la interrelación de todos los niveles de integración conductual. Piaget estudió y describió el desa-

rollo del proceso cognoscitivo y otros han abordado el estudio del aprendizaje mediante el condicionamiento. La investigación dentro del campo del desarrollo infantil es un trabajo especializado, los conocimientos de esta ciencia deben de estar al alcance de todos los profesionistas cuyas actividades se relacionan con el bienestar psicológico y biológico del niño.

La psicología infantil trata nada menos de los cambios de conducta que suceden durante el crecimiento, desarrollo y experiencias tempranas, tiene mucho que ofrecer a los padres de familia sobre todo en la forma de cuidar a sus hijos y la de ---- brindarles una adecuada alimentación, con la finalidad de evitar, la variedad de enfermedades psicológicas. Los investigadores, en psicología utilizan varios instrumentos, métodos y técnicas informales, todavía útiles en ciertos estudios a enfoques caracterizados por experimentación precisa y análisis estadístico. (15)

Para Bijou, S. y Baer.- Manifiestan que el desarrollo psicológico del niño de 3 a 4 años se transforman de uno que hace pininos "a uno que" se mete en todas partes perdiendo la mayor parte de sus características infantiles encontrándose listos para ingresar a las experiencias escolares formales. A esta edad el ritmo del crecimiento físico es mas lento que en ningún otro

---

(15) López M. Isaías. "Teoría general del desarrollo psicológico en el niño"  
En la Antología: Desarrollo del niño y aprendizaje escolar. pág.75.

momento entre la infancia y la pubertad. Un niño a esa edad, - además de sus comidas regulares por lo general comen bocadillos a media mañana y a media tarde sin embargo, su apetito no es -- particularmente extraordinario durante este período el desarrollo muscular se acelera hasta el punto en que alrededor del 75% de aumento de peso de un niño de 5 años, se debe a este tipo de desarrollo.

Manifiestan que el crecimiento de la cabeza de un niño de 3 a 4 años, es lento y que sus miembros lo hacen rápidamente, - el tronco sigue un ritmo de tipo intermedio, el cuerpo se alarga y se adelgasa llegando a tener proporciones parecidas a las que tendrá cuando sea adulto. El desarrollo físico durante los 5 años son acompañados de diversas habilidades motoras en la -- que emplean sus manos y piernas con alto grado de competencia -- para caminar, correr, saltar, trepar sin dificultad, mostrando un progreso notable en su avance que lo parta de la dependen-- cia, su mundo social se ha expandido es capaz de permanecer varias horas consecutivas, lejos de su casa con adultos que no -- son sus padres, en este caso sería cuando ingrese a la escuela cotidianamente ahí permanece parte del día con el maestro finalmente en este período el niño de nivel más alto de capacidad -- intelectual, enriquece también su lenguaje proporcionándole herramientas importantes para las labores académicas escolares.

Para Reese y Lipsitt, el desarrollo psicológico implica, - crecimiento y evolución, ambos términos presentan un tipo de desarrollo conductual diferente, las clases de desarrollo conduc-

tual propias para cada uno de ellos son respectivamente la Ontogénesis y la filogénesis, el primero se refiere al desarrollo de la conducta que se encuentra en relación con la edad, en segundo lugar se presenta el desarrollo evolutivo de las capacidades conductuales de una especie, y se encuentra en relación con el nivel de complejidad de las escalas biológicas.

Bijou y Baer, para ellos el desarrollo psicológico es una relación que existe entre la conducta del organismo y la estimulación que proporciona el ambiente haciendo incapié en las características biológicas del individuo. Afirmando que el desarrollo psicológico son cambios progresivos de acuerdo a la conducta de un organismo que obra recíprocamente con el ambiente, a medida que aumenta la edad y la experiencia desde que nace hasta que muere, de tal manera que los cambios se presentan, en el transcurso de la vida humana.

Para Piaget, es comparable el desarrollo orgánico ya que ambos tienden hacia el equilibrio, mencionando también la diferencia entre sí, que consiste de acuerdo al equilibrio final, que este último es mas estático, manifiestan que es mas estable, para ello se manifiesta que el desarrollo es una serie de cambios sucesivos de la conducta, una progresiva nivelación que implica un perpetuo pasar de un estado de menor equilibrio a otro mayo. (16)

---

(16) Bijou, S. y Baer, D. Psicología del desarrollo infantil D.G.C.M.P.M. Fáciculo (5 y 6) pág.15.

El niño preescolar es un ser en desarrollo que presenta características, físicas psicológicas y sociales propias su personalidad se encuentra en proceso de construcción posee una historia individual y social, producto de las relaciones que establece en su familia y miembros de la comunidad.

Por lo que un niño:

- Es un ser único.
- Tiene formas de aprender y expresarse.
- Piensa y siente en forma particular.
- Gusta de conocer el mundo que lo rodea.

El niño es una unidad biopsicosocial, constituida por diferentes aspectos que presentan diversos grados de desarrollo de acuerdo con sus características físicas, psicológicas, intelectuales de su interacción con el medio ambiente.

INFANCIA DE LOS AÑOS PREESCOLARES: Actualmente el período de la infancia se caracteriza por la aparición de la conducta interpersonal la etapa inmediata del desarrollo general se caracteriza porque durante ella surge, un nuevo fenómeno, la socialización del niño al que se puede considerar como la cristalización o consolidación tanto del crecimiento como del aprendizaje iniciadas en la fase anterior. Entre los 3 a 6 años, los niños realizan grandes progresos en la adquisición de los rasgos básicos de su personalidad. La psicología moderna confirma este viejo acierto, es decir que los aspectos esenciales de la personalidad del adolescente ante el adulto.

Durante este período el niño aprende los modos básicos de

interacción social. En esta etapa del desarrollo infantil de 3 a 7 años constituye una época evolutiva por excelencia.

Finalmente esa etapa es donde el niño podrá colocar todas las piezas del tablero, complicado, copiar un cuadrado, un círculo, triángulo, jugar un rompecabeza, una de características principales es despertar el interés que se conoce como la "edad del preguntón". (17)

Claparede dice: "Que la curiosidad infantil debe despertar el interés del niño por participar en forma activa dentro del campo educativo". Finalmente los valores a esa edad son los sensoriales y estéticos individuales, rudimentarios, económicos de adquisición, de apropiación siendo el proceso de asimilación y de su incorporación a la comunidad local.

Los grandes progresos de la técnica y la psicología infantil han logrado encauzar a la escuela para que tome en cuenta y se dedique con el mismo interés, como lo hacen con los niños adelantados y normales a los atrasados.

Actualmente la escuela tiende a encontrar los defectos y perturbaciones del alumno investigando sus deficiencias para encontrar un camino por el cuál el niño atrasado pueda seguir sus estudios con mayor facilidad y máximo rendimiento. (18)

### C). Biológicos.

Los factores biológicos que intervienen en el aprendizaje

(16) Dr. Bergerón Marcel. Infancia de los años preescolares. Estudio psicológico del niño. pág. 27.

(17) Fáciculos 5 y 6. Mejoramiento profesional del magisterio. pág. 15-17.

son caracteres hereditarios que cada individuo desde su nacimiento trae como equipaje los caracteres de los progenitores, son transmitidos en un 50% los coincidentes y el 25% de caracteres dominantes de cada uno de los conyuges, estas características intervienen poderosamente en la formación psicobiológica del individuo.

Considerando también como ambiental ya que juega un papel importante en la conducta del ser humano, actualmente ambos se encuentran íntimamente relacionados en la emisión de las conductas que el pasado era comun, que la gente atribuyese ya sea a uno, o a otro, la causa de tal o cuál comportamiento o forma de ser. Ahora estos determinantes se encuentran relacionados y no podemos prescindir de ellos que dar una explicación sobre la conducta de los sujetos, que viene siendo el resultado de una continua acción recíproca entre ambiente y herencia. Ambos factores poseen una serie de características que contribuyen el desarrollo de la conducta de los organismos los biológicos conllevan el equipo biológico necesario para responder, para determinar los tipos de respuestas características de cada especie dentro de su nivel de la escala animal.

Los factores ambientales proporcionan la estimulación necesaria para poder presentar o modificar ciertos procesos como la maduración, crecimiento, aprendizaje, gracias a estos es posible que el proceso biológico se presente al reaccionar el organismo ante la estimulación adecuada o bien que la conducta, se modifique mediante estímulos específicos como en el caso del proceso enseñanza-aprendizaje.

Entre los factores biológicos que tiene gran importancia, en el desarrollo de la conducta, sobresale el proceso de maduración, dando una pauta al tiempo para que se pueda presentar o no ciertas conductas. La maduración es una serie de cambios sucesivos y ordenados de acontecimiento o fenómenos inherentes a la herencia que se presentan en virtud de una estimulación ambiental adecuado.

Los factores ambientales se encuentran conformados en dos tipos: los naturales y sociales. Los naturales son los estímulos físicos y químicos que provienen del medio ambiente como los objetos, gases o los estímulos biológicos originados en el organismo.

Los de tipo social, son la estimulación que las demás personas estimulan teniendo gran importancia para ser humano, ya que en este grupo hay fenómenos como la interacción familiar que es decisiva para el desarrollo de la emoción del infante y para la determinación de hábitos alimenticios que tienen relación con el desarrollo corporal ejemplos: si durante varias generaciones los miembros de una familia han sido altos, un régimen alimenticio inadecuado puede hacer que las personas que han estado expuestas desde pequeños al mismo no sean tan altas como sus antepasados.

Obviamente los factores sociales influyen mayormente en el proceso de socialización pero recordemos que propiamente esto se inicia cuando el niño se relaciona con las demás personas, con una serie de conductas sociales. La vida social empieza con la adquisición del lenguaje oral para que el infante pue-

da hacer uso de ello es importante el desarrollo de sus capacidades de tipo biológico.

Lo expuesto anteriormente, concluyo diciendo que los factores de la herencia se encuentran en íntima relación con los factores ambientales en el desarrollo de la conducta de los sujetos.

El conocimiento de los medios prenatales en conjunto son importantes para comprender el problema e interesarse en la vida del niño desde los primeros instantes de su existencia. El desarrollo prenatal o de gestación puede a su vez dividirse en tres períodos. El período germinal, de unas dos semanas de duración que se caracteriza por el hecho de que la forma rudimentaria del ser humano potencial todavía no puede distinguirse, esto es antes que el óvulo quede adherido físicamente a la madre.

El período embrionario con duración de unas seis semanas en el que todavía persiste la rapidez de crecimiento iniciado en las dos semanas anteriores con la seguridad de que dicho crecimiento es más espectacular, el organismo forma un germen distinguiendo claramente el futuro ser humano, al final de este el nuevo ser viviente cuenta con la mayoría de sus órganos, y tejidos en la que entrará en una tercera fase del camino para conseguir su independencia y dejar atrás su vida parasitaria.

El período fetal, se prologa hasta el nacimiento durante el cuál ocurre con un rápido desenvolvimiento, de los sistemas, nervioso, glandular, muscular y sensorial para llegar a un con-

junto de considerable madurez.(19)

Actualmente el ambiente que se da en el grupo, niños, padres de familia- maestro es armonioso ya que el niño debe de ser educado en la familia por ser el ambiente mas adecuado, considerando que los padres de familia los enseñarían en sus labores manuales y demás aspectos educativos. Puesto que a la escuela le corresponde la mayor parte de la educación de los niños, ya que en ella se investiga, se conoce las aptitudes de ellos, teniendo conciencia clara sobre los fines de la educación.

En la comunidad existe la costumbre de realizar visitas domiciliarias, prevaleciendo siempre el compañerismo cada niño se siente en libertad y seguridad de comentar y proponer lo que el desea tratando siempre de llegar a un mutuo acuerdo con todo el grupo.

Finalmente el grupo escolar se encuentra organizado de acuerdo al medio donde se desenvuelve el niño, y de acuerdo a las necesidades que manifiesten para mejorar sus aprendizajes para un cimiento educativo, esto significa sin duda un constante, movimiento caótico que responde a las necesidades de las actividades del proyecto en general.

#### D). Sociales.

Para Hilda Taba, el aprendizaje social es definida de una

(19) Olguín V. Vicente. Dirección del aprendizaje y sus problemas. SEP. pág. 43. facículo 5, antología de psicología. M.P.D.M. Psicología de la infancia . Dr. Marcel Bergerón.

(20) Dirección Gral, de Educ. Preescolar. Programa 1992. pág. 34.

una manera socialmente estandarizada, en ella se contemplan las conductas y creencias, en el que se incluyen las diversas maneras de pensar y los conceptos que orientan la percepción y la comprensión. Esta puede ser compartida individualmente, culturalmente, presentando regularidades suficientes como para una explicación, interpretación y la investigación científica, el aprendizaje se produce por un impacto del ambiente social y por los controles sobre él ejercicio para modificar la conducta. Los seres humanos también aprenden a comportarse, a pensar, sentir, de diversas maneras que dependen de la cultura que los rodea, las tendencias innatas de un individuo son modificados de acuerdo a las exigencias sociales que lo rodean para producir medios estandarizados mediante las cuáles satisfacen las necesidades primarias.

Para ella la socialización se lleva a cabo mediante varios agentes culturales, entre los cuales figuran la familia que es lo primordial, la escuela, el empleo y la religión, continúan el proceso de socialización a lo largo de la vida. Dando a conocer que el proceso de socialización y aprendizaje son considerados actos sociales que se cumplen ante la presencia real o simbólica de otros individuos. Manifestando que tanto maestros como psicólogos crean que la personalidad es en gran medida producto de la influencia familiar, en primera instancia repercute sobre el aprendizaje. (21)

---

(21) Hilda Taba. "El aprendizaje social y cultural". En la antología. Grupo escolar. pág. 125.

Para Jean Piaget, el desarrollo social durante los años escolares representan desafíos dentro del desarrollo social que manifiesta que los niños por primera vez deben de renunciar a la seguridad del hogar por una situación mas despersonalizada y formal. El niño desde el momento que ingresa a la escuela formal se verá en la necesidad de abandonar su hogar por tiempo -- mas prolongado y relacionarse con sus compañeros, maestro de -- igual manera con los adultos, la escuela se convierte en fuerza central de la vida del niño, sus compañeros y profesores, se -- vuelven parte importante como agentes de sociabilidad, un niño de 6 a 7 años, se debe de adaptar a su nuevo ambiente, para una buena aceptación y pertenencia a un grupo nuevo con normas nuevas, reglas y demandas, actualmente los padres de familia no -- comparten con sus hijos los diversos programas de televisión.

Dentro del salón de clases el maestro debe de estimular a sus alumnos para que puedan aprender satisfactoriamente, llevando a cabo el control de la creatividad dentro de la misma; el -- maestro debe de mantener estrechas relaciones con los niños para poder intercambiar experiencias de su hogar y de la circunstancia que determinan la relación con el medio ambiente del salón de clases, manifiesta que los niños que provienen de ambientes cariñosos apoyan siempre a la escuela, cuando son respetados por el maestro critican abiertamente y se trata con indiferencia dentro del aula escolar. (22)

La presente propuesta pedagógica pretende concientizar a los niños y padres de familia sobre el cambio de hábitos alimenticios en bien de la salud ya que día a día aumenta la desinformación sobre una adecuada alimentación que tengan nutrientes indispensables, para el crecimiento físico y emocional en forma adecuada, aunado a esto el interés de los padres de familia para mejorar sus hábitos en relación con la alimentación.

La institución educativa a que se hace referencia es el "Centro Preescolar Ricardo Palmerín", con centro de trabajo 31 DCC0157 K. Ubicado en la comunidad de Eknacán, Municipio de Cuzamá, Estado de Yucatán. Al que se hace referencia es el 3er. grado, 12 niñas y 13 niños, siendo un total de 25 niños, encontrándose en diferentes niveles de desarrollo cognoscitivo.

Algunos reflexionan sobre la inadecuada alimentación, en la cuál elijen sus equipos de juegos por sexo les gusta participar en grupos pequeños, cooperan y participan en actividades como dramatizaciones cotidianas, por lo que se ha observado -- que a las niñas les gusta desempeñar el papel de mamá o papá -- cuando juegan a la comidita donde sobresalen también los hábitos alimenticios en los que siempre salen a relucir, los famosos chicharrones con salsas.

La mayoría de los niños distinguen los colores primarios secundarios, terciarios y neutros de igual manera juegos geométricos, tamaños, en la mayoría de las veces los niños mencionan lo que desayunan, almuerzan y cenan, por lo que se detectó las creencias alimenticias de los niños.

La cooperación y participación espontánea se hace notoria, la desnutrición de los niños, ya que les da trabajo levantarse de sus sillitas para externar lo que sienten. Cotidianamente los niños llevan a la escuela comida como chatarras, al ver la situación les propuse que en vez de darles lo antes mencionado a sus hijos seria mucho mejor que les dieran un poco de leche para que tomen antes de ir a la escuela, ya que resultaria mas vitaminoso que los desechables. Según los padres de familia a sus hijos no les gusta la leche porque les presenta malestar estomacal.

La escuela proporciona al niño estímulos y posibilidades de aprendizaje proporcionando también medios para obtener otros conocimientos diferentes a los que su medio social les impone.

La institución educativa es considerado como una institución social que corresponde en términos generales a las características de la sociedad en que se desenvuelve. La escuela para cumplir su cometido necesita de la familia, como los demas aspectos del medio donde se desenvuelve, la finalidad encomendada a la escuela se encuentra delimitada en un plan que se desarrollará en el transcurso del tiempo debido a que es un trabajo, sumamente complicado y a laves extenso teniendo en cuenta el aspecto intelectual, y cultural, la sociedad y los hábitos de disciplina social.

La labor docente permitirá que establezca mayor comunicación con los padres de familia para concientizarlos sobre la importancia, y beneficios de una adecuada alimentación haciendoles ver que los esfuerzos que realicen serian para mejorar los

hábitos alimenticios en el cual se verán beneficiados sus hijos.

Sin olvidar que existe una estrecha relación entre maestro, alumnos, padres de familia con la finalidad de facilitar una comunicación adecuada estos demuestran interés en las actividades que realizan sus hijos tratando de cumplir con lo que se les solicite en la escuela, por tal razón en este nivel existe una cordialidad entre ambos alumno-alumno, así como maestro-alumno y padres de familia.

Durante el proceso de socialización gracias a la interacción, con los otros niños, se aprenden normas, hábitos, habilidades, y actitudes para convivir y tomar parte del grupo, al que pertenece, la interacción con los objetos y personas, fenómenos y situaciones de su entorno le permiten descubrir cualidades y propiedades físicas de los objetos de un segundo momento, pueden presentarse mediante símbolos: el lenguaje en sus diversas manifestaciones el juego y el dibujo serán las herramientas para expresar la adquisición de nociones y conceptos. (23)

---

(23) SEP. Dirección General de Educación Preescolar, (programa) 1987. pág. 18.

### III. VALORACION CRITICA DE LA PRACTICA DE LAS CIENCIAS NATURALES

#### A). Formas tradicionales de enseñanza.

En el nivel preescolar la enseñanza de las ciencias naturales es de vital importancia, en este nivel se le puede enseñar al niño temas sencillos, como el tema de la salud, su enseñanza puede ser de acuerdo al nivel de maduración intelectual, y del medio donde se desenvuelve, para prevenirse de diversas enfermedades, para conservarse sanos y disfrutar de una buena salud, - tanto en la escuela como en el hogar, al niño se le puede enseñar mediante diversas actividades: láminas ilustradas con dibujos alusivos a la salud, concientizarlos que deben de mantenerse limpios para que se protejan de enfermedades, infecto-contagiosos.

Los niños limpios y sanos disfrutan de una adecuada salud hacerles ver que los que no practican la higiene siempre se encontrarán, sin ánimo de trabajar, y estudiar, es palpable que -- las familias que no asean sus casas siempre estarán propensos a contraer enfermedades.

Uno de los aspectos importantes en la vida cotidiana es la higiene personal, que abarca el baño diario, el cambio de ropa, lavado de cabello, etc., esta norma de higiene juega un papel - importante en la vida humana, en la escuela, el maestro, tendrá como tarea revisar la higiene de los alumnos, para observar si no tienen piojos, de igual manera las unas, manos para saber si

están limpios, estas recargan varios microbios, por tal razón estamos facultados a inculcarles a los niños y padres de familia, el hábito de la higiene, para ello es importante organizar a los alumnos en equipos para darles pláticas con padres de familia sobre el tema de salud.

- Mediante una visita al centro de salud más cercana a la escuela mediante una participación conjunta, autoridades educativas de la comunidad.

Otro tema importante que le podría enseñar a mis alumnos es "sobre la contaminación y educación ambiental", mediante la enseñanza de los temas ya mencionados se puede hacer partícipes a todos los alumnos, para que puedan dar así posibles soluciones a los problemas que afectan al medio ambiente con la finalidad de que conozcan las causas y efectos para que de esa manera tengan nociones como se puede combatir por diversos medios.

Generalmente de acuerdo al medio donde se desenvuelven podrán darse cuenta de que proviene la contaminación, en el medio rural el niño no le da la debida importancia lo que es la contaminación, y esto es palpable porque en esos lugares no hay tráfico en cuanto a vehículos motorizados y la alegría que les ocasiona cuando ven varios vehículos desconocidos ellos lo consideran como una diversión. Para su enseñanza, sería darles pláticas a los niños sobre lo que es un medio ambiente, hacerles preguntas para ver hasta que actividades han participado para conservar el medio ambiente.

Para Celestín Freinet, la enseñanza de las ciencias naturales, una necesidad para enriquecer las actividades cotidianas,

mediante métodos adecuados, este autor considera que los especialistas en la materia son los que poseen aptitudes excepcionales a lo antes mencionado ya que ayudan a enriquecer las experiencias docentes, dando a conocer que hay que tener en cuenta las experiencias de los alumnos, de tal manera se sugiere que todo el material que se vaya a utilizar sean llamativos para el niño y observables, palpables ya que actualmente es utilizado con la finalidad de facilitar la enseñanza-aprendizaje.

El maestro no debe ser muy autoritario debe brindarle libertad a los niños, llevando a cabo una serie de observaciones y de experiencias, ya que en las actividades cotidianas se deben de observar y experimentar, finalmente la intervención del maestro es muy importante ya que es el encargado de guiar la socialización y motivación del niño.

La escuela y el medio juegan un papel importante en la enseñanza de las Ciencias Naturales; así como en otras asignaturas.(24)

#### **B). Problemas y limitaciones del maestro.**

Debido al problema que se presenta actualmente en el grupo escolar he optado llevar a cabo con los niños la siembra de algunas hortalizas, ya que no hay que perder de vista la experiencia de los niños ya que sus papás manifiestan de que están acos

---

(24) Celestín Freinet. La enseñanza de las ciencias naturales. En la antología: Una propuesta pedagógica para la enseñanza de las ciencias naturales. pág. 48. 8º semestre.

tumbrados a ver el desarrollo de las plantas sobre todo las siembras de semillas, para ello hemos planeado hacer nuestras eras en el terreno de la escuela, en primer lugar los niños limpiarán bien el lugar donde se vaya a sembrar espulgando la tierra quitándole las piedritas, luego húmedecerla, formar las eras, después enterrar en ellas las semillas de rábano, cilantro, lechuga.

Cabe mencionar de que no solo, hortaliza, sino también, en el terreno se puede sembrar verduras como chayotes, calabaza todas esas actividades mencionadas se pueden llevar a cabo con los niños, maestro y con el apoyo de algunos padres de familia, ya que ellos son involucrados para valorizar las actividades que realizan sus hijos, durante el desarrollo de lo sembrado los niños observarán como crecen las plantas.

Los factores que limitan mi labor docente es la nula participación de los padres de familia ya que por más que se les haga ver la importancia de la enseñanza de las ciencias naturales en el nivel preescolar, ni siquiera se dignan a trabajar lo que se les está platicando, pero más adelante con la metodología participativa se pretende hacer al niño más activo en las diversas actividades para lograr que todos participen en la clase.

### **C). Posición del maestro ante la enseñanza de las Ciencias Naturales.**

Dentro del grupo del nivel preescolar considero importante la enseñanza de las ciencias naturales, ya que en ese nivel se pretende que el niño reflexione sobre las situaciones de su en-

torno, por ejemplo: la salud, como se debe de atender a un enfermo, en este caso puede ser mediante la visita a un centro de salud más cercano a la comunidad, el niño observa cada uno de los trabajos que desempeñan los integrantes de la clínica como el papel que desempeña la enfermera, médico, trabajadora social etc.

Para ello el programa de educación preescolar nos da un panorama general sobre la enseñanza de las ciencias naturales ya que esta nos orienta sobre como prevenir las diversas enfermedades infecto-contagiosas, para la enseñanza del tema de salud, es importante para ello invitar a un médico o cualquier otra persona de salubridad, para que pueda dar una explicación clara a los niños sobre la importancia de la enseñanza de las ciencias naturales, para ello se puede utilizar diversos materiales adecuados de acuerdo al tema a tratar, y aprovechar lo que la naturaleza nos brinda.

#### IV. EL AREA DE CIENCIAS NATURALES EN EL NIVEL PREESCOLAR

##### A). Presentación de los objetivos generales de las ciencias naturales del programa de preescolar.

###### UNIDAD LA ALIMENTACION

- El objetivo general del programa es elevar la calidad de la educación.
- Aprovechar la experiencia docente y los conocimientos teóricos.
- Mejorar la práctica docente, crear estrategias didácticas que permitan al niño, padres de familia, que sean conscientes sobre los beneficios de una adecuada alimentación.

###### OBJETIVOS PARTICULARES

- Hacer que el niño reflexione sobre la alimentación, como un medio para mejorar su salud, y así lograr una mejor enseñanza aprendizaje.
- Que conozca los alimentos nutritivos para su salud, la forma higiénica de prepararlos, solicitando la ayuda de los padres de familia.
- Conozca la importancia de consumir alimentos nutritivos en cada comida.
- Comprenderá y realizará ejercicios, así como los cuidados que debe proporcionar a su cuerpo para conservar la salud.

##### B). Presentación del contenido del programa del nivel preescolar.

El programa de educación preescolar, contiene temas impor-

tantes como: la unidad llamada "la salud", "alimentación, en el que su objetivo primordial es que los niños establezcan comunicación cuando vayan a comprar algún alimento a la tienda, cuando los manipulan, y descubran sus características este contenido da a saber, que debemos darle libertad a los niños para que escojan los alimentos nutritivos, para el bienestar de su salud.

En el contenido se dan a conocer algunas actividades que se pueden realizar con los niños; como ir a visitar a un médico, enfermera, dentista trabajadora social. Es importante que el maestro tome en cuenta el interés y la participación de los mismos para el logro de resultados favorables que puedan enriquecer sus conocimientos. El contenido es importante según Piaget, el período preoperatorio es una etapa de preparación y organización de las operaciones concretas del pensamiento abarcado aproximadamente de los 2 a 6 ó 7 años.

La salud es considerada tanto en el nivel preescolar como en el nivel primaria como un estado de completo bienestar físico, mental y social, por tal razón los contenidos del programa son importantes, han sido seleccionados para el logro de algunos objetivos que servirán como apoyo más para lograr todo lo deseado.

Los contenidos son relacionados con las propias experiencias de maestros, ya que el programa nos da a conocer que los contenidos no siempre son los únicos que pueden comunicar el conocimiento al alumno, ya que todo puede conjugar experiencias del maestro y las investigaciones.

Los contenidos plásmados en el programa están de acuerdo - al nivel de desarrollo de los alumnos, éstos a los 7 años en--- tienden bién las situaciones, cuando no se presentan con complejidad, sin embargo, es importante que el maestro adecue los contenidos de acuerdo al medio donde se desenvuelve el niño, todas las actividades que sugiere el programa van de acuerdo a la edad cronológica del niño, por tal razón con considerados adecuados, factibles para el desarrollo del educando ya que todo el contenido programático se presenta en forma sencilla, adecuada y ordenada.

**C). Metodología para la enseñanza de las ciencias naturales.**

La enseñanza de las ciencias naturales es importante llevarlo a la práctica desde en el nivel preescolar, a esa edad el niño asimila con facilidad todo lo que se le enseñe, para ello la enseñanza de diversos temas puede ser en forma sencilla, las ciencias naturales juega un papel importante en la vida humana, la enseñanza no solo se da en la escuela, el niño puede aprender de acuerdo a lo que observe dentro de su medio ambiente. El proceso enseñanza-aprendizaje pretende hacer que el niño reflexione sobre una adecuada alimentación, con el apoyo de sus papás, para el consumo de comidas nutritivas para el logro de un buen desarrollo integral.

La enseñanza de las ciencias naturales se pueden llevar a cabo mediante investigaciones con la finalidad de seleccionar diversos temas relacionados con el objeto de estudio y elegir entre ellos los más adecuados estructurando una fundamentación

teórica conceptual, la reflexión y el análisis de la experiencia docente permite seleccionar una estrategia metodológica así como las actividades a realizar.

Para el desarrollo de los diversos temas se puede utilizar técnicas adecuadas de acuerdo al nivel de madurez del alumno de igual manera la utilización de materiales llamativos que despierten la atención y que sean atractivos a los intereses de los niños.

V. ALTERNATIVAS PARA LA ENSEÑANZA DE LAS CIENCIAS NATURALES  
EN EL TERCER GRADO DE PREESCOLAR

A). Estructura de la estrategia didáctica.

Mediante la estrategia metodológica, didáctica se plantearon los objetivos, encaminados a concientizar a los niños y padres de familia sobre la importancia de una adecuada alimentación, considerado como un instrumento valioso para apoyar y fundamentar los objetivos propuestos que se pretenden desarrollar dando oportunidad de planear actividades con base al desarrollo del niño. El tiempo de la realización de la propuesta es flexible, dando libertad al maestro de adecuarlo al nivel de madurez del grupo.

Para llevar a cabo las estrategias didácticas se debe poner en práctica la habilidad y creatividad del maestro en la selección de sus recursos y medios de enseñanza.

Es importante concientizar al niño mediante la práctica docente que la alimentación tiene en nuestra vida; para el logro de esto es necesario incluir en la práctica docente, estrategias metodológicas didácticas, que consideren el aprendizaje como un proceso activo, dando la medida para propiciar en el niño la constante interacción con alimentos en bien de su salud.

La participación del niño debe de ser permanente mediante situaciones donde intercambien experiencias con los adultos, compañeros que establezcan relaciones con diversos alimentos

por medio de la observación, experimentación, nociones y experiencias, como dice Piaget. "el niño al observar su entorno y a través de experiencias que realizan al relacionarse con los objetos, acontecimientos y procesos que conforman su realidad, reflexión y se dé cuenta del mundo que lo rodea."<sup>(25)</sup>

Las estrategias están redactadas para ser comprendidas y utilizadas por cualquier educadora que se enfrente con la misma problemática, planteando nuevas sugerencias, adecuando las actividades que considere pertinentes.

La planeación general del proyecto esta dada para ser desarrollada en un período de dos semanas. Hay que señalar que ésta es flexible.

Para ello se presenta la calendarización de las sesiones.

Sesión No. 1	Miércoles	19 de enero de 1994
Sesión No. 2	Jueves	20 de enero de 1994
Sesión No. 3	Viernes	21 de enero de 1994
Sesión No. 4	Lunes	24 de enero de 1994
Sesión No. 5	Martes	25 de enero de 1994
Sesión No. 6	Miércoles	26 de enero de 1994
Sesión No. 7	Jueves	27 de enero de 1994.

(25) Suárez D. Reynaldo. "Selección de las estrategias de enseñanza aprendizaje". En la antología: Medios para la enseñanza. pág. 3.

PLANEACION GENERAL DEL PROYECTO

NOMBRE DEL PROYECTO: Tengamos una adecuada alimentación.

PREVISION GENERAL DE JUEGOS Y ACTIVIDADES.	PREVISION GENERAL DE RECURSOS DIDACTICOS.
<p>Al observar la situación de la salud de los alumnos se opto por llevar a cabo una serie de actividades que pudieran servir para que tanto niños y padres de familia mejoran su forma de alimentarse en este caso el consumo de alimentos nutritivos.</p> <p>Todo se podrá mejorar con la participación conjunta y con el apoyo del sector salud, lo que se pretende es que al término de la realización de diversas actividades el niño logre mejorar su situación alimenticia y gozar de una adecuada salud.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Material humano (niños, niñas).</li><li>-Padres de familia, Médico del sector salud, más cercano a la comunidad, y maestra.</li><li>-Hojas en blanco, lápiz, crayóns, plumones, láminas ilustradas alusivas al tema de la alimentación.</li><li>-Frutas, verduras.</li><li>-Carne de pollo.</li><li>-Trastes, platos, cucharas.</li><li>-Gises, plástilinas, pintura.</li><li>-Pelotas, cintas, y colores, sogas, globos de inflar muebles, etc.</li></ul>

PRIMERA SESION

Propósito: Qué el niño consuma alimentos nutritivos.

---

ACCIONES DIDACTICAS

FUNDAMENTACION TEORICA

---

Mediante un diálogo propiciar al niño a que comente libremente qué desayuna, almuerza y cena.

-En estas relaciones didácticas, el niño es considerado en un contexto real.

- Mencionen que les gusta y que les disgusta de los alimentos, que describieron y por qué.

- Observen y comenten una lámina, sobre alimentación, de cada uno de los niños, mencionará cuáles conoce y cuáles no. (Ver anexo A)

-Brindar confianza a los niños para platicar y discutir satisfactoriamente, estimulando los, para que traten puntos de vista, de acuerdo a las experiencias vividas, o en aquellas donde esten interesados, manera de evitar la ruptura entre la escuela y la vida.

- Se les proporcionará una hoja en blanco para que ellos dibujen lo que consumen cotidianamente.

- Cuando el niño entregue su dibujo preguntarle que hizo y anotar debajo de la imagen lo que haya descrito.

- Después de la hora del recreo cada niño tendrá la oportunidad de mencionar lo que se dijo y realizó en el transcurso de la mañana, se observará qué entendió para planear las actividades del día siguiente.

RECURSOS DIDACTICOS:

Láminas, configuras  
ilustradas.

Hojas en blanco.

Crayolas, plumones,  
lápices de colores.

-La planificación de la situación alimentaria para el intercambio de ideas mediante la expresión oral.

SEGUNDA SESION

Propósito: Conocerá y clasificará los alimentos que debe de consumir.

---

ACCIONES DIDACTICAS

FUNDAMENTACION TEORICA

---

- Platicar con los niños sobre la importancia que los alimentos nos proporcionan, mediante un intercambio de ideas.

El lenguaje es la herramienta primordial, mediante la cuál el niño revela sus intereses e intercambia experiencias.

- Visitar un comercio en donde venden productos alimenticios naturales observando, características, texturas y recordar los sabores, si ya las conocen.

Las visitas y manipular objetos reales estimulan e interesan al niño logrando con esto un proceso de enseñanza - aprendizaje, más significativo para el educando.

- Diálogo sobre lo que vieron, clasificar las frutas y verduras que cada niño manipule mencionando las características sobresalientes de esas frutas y verduras.

(Ver anexo B)

- Evaluar mediante un comentario sobre todo lo observado y realizado durante el día.

TERCERA SESION

Propósito: Conozca y manipule, y coma alimentos nutritivos.

ACCIONES DIDACTICAS	FUNDAMENTACION TEORICA
<p>- Organizar por equipos para platicar sobre lo que hicieron y vieron el día anterior, y en forma general opinar sobre los comentarios de sus papás sobre lo que cada niño haya platicado respecto a la alimentación</p>	<p>-La relación maestro, alumno, grupo, contenido, se aborda de manera nutritiva.</p>
<p>- Opinar cómo podemos mejorar nuestra alimentación. ( Ver anexo C)</p>	<p>-De acuerdo a Jean Piaget toda forma de enseñanza debe de partir de la vida real del niño y de su contexto.</p>
<p>- Elaborar un programa enumerando los elementos indispensables para cambiar ciertos hábitos alimenticios.</p>	
<p>- Preparar una ensalada de frutas con los niños.</p>	
<p>- A cada niño se le permitirá una hoja con imágenes de diferentes frutas y verduras</p>	<p>-Según el programa de Educación Preescolar, la fundación simbólica abarca las distin-</p>

en la que modelarán con plástilina el contorno, utilizar el color correspondiente al alimento que le tocó.

- Solicitar una plática a un médico sobre el tema de la alimentación, invitando a los padres de familia, comunidad y maestros.

- Comentar y analizar la plática, recibida.

-Evaluación: comentar ampliamente sobre los aspectos -- tratados el día de hoy así -- como planear la siguiente -- clase.

-RECURSOS DIDACTICOS.

-Láminas ilustradas

-Gises

-Hojas en blanco

-Plástilinas.

tas formas de representación que desarrollo el niño, dibuja, modela y narra lo que ha presentado.

-Las manifestaciones espontáneas en cada uno de los niños, son la mejor manera de conocer lo que él comprendió y le interesó, estas opiniones son indispensables para la planeación de actividades del día siguiente.

CUARTA SESION

Propósito: Que los niños y padres de familia, conozcan la importancia y el beneficio de una adecuada alimentación.

ACCIONES DIDACTICAS	FUNDAMENTACION TEORICA
<p>- Comentar con los niños sobre la importancia de su cooperación y atención a la plática dada por el médico.</p>	<p>-La planificación de como resultó un intercambio de experiencias mediante la expresión oral.</p>
<p>- Solicitar al médico que sea claro y preciso en las orientaciones para mejorar su alimentación.</p>	
<p>(Ver anexo D)</p>	
<p>- Comentar con los niños sobre lo que entendieron de la plática.</p>	<p>-Favorecer el lenguaje oral cooperación y participación de cada uno de los alumnos.</p>
<p>- Se le proporcionará a los niños, materiales para que expresen lo que ha interiorizado respecto a la alimentación.</p>	<p>-La expresión gráfica y plástico de la oportunidad de plasmar ideas y sentimientos.</p>
<p>(Ver anexo E)</p>	

QUINTA SESION

Propósito: En forma conjunta padres de familia y alumnos, prepararán en forma higiénica la comida (Ensalada de verduras y frutas).

ACTIVIDADES DIDACTICAS	FUNDAMENTACION TEORICA
<p>- Realizar una plática con los niños y padres de familia sobre la importancia de la higiene en el momento de preparar los alimentos, concientizándolos sobre todo de desinfectar las frutas y verduras que se comen crudas, ya que pueden contraerse enfermedades como la del cólera por falta de higiene.</p>	<p>-La comunicación y expresión oral de los niños, padres de familia enriquecerá las ideas y experiencias ya vividas.</p> <p>-El lenguaje oral es lo primordial para que el niño revele su interés e intercambie experiencias.</p>
<p>- Cada padre de familia comentará sus experiencias, opiniones y dudas respecto al tema que ha estado realizando. (Ver anexo F)</p>	<p>-En las opiniones antes mencionadas se brindará confianza para que los niños y padres de familia pregunten y participen haciendo valer sus opiniones.</p>
<p>- Preguntar a todos que les gustaría hacer para comprender mejor sobre cómo se debe</p>	

balancear los alimentos.

- Cada padre de familia mencionará lo que desea traer para realizar la actividad acordada (ya sea frutas o verduras).

- De acuerdo a lo que se haya traído se organizará para clasificar, haciendo que los niños participen en la selección.

- Diferenciar las verduras y frutas, cuál tiene cáscara y cuáles no cómo debe verse, etc.

- Entre padres de familia y niños se organizarán mediante equipos para que unos corten y pelen combinen las frutas y verduras, otros se organizarán para servir la ensalada y el refresco de frutas naturales. (Ver anexo G)

- Los niños se encargarán de repartir los platos, cucharas y vasos, servilletas. To

-La observación y la experiencia de acciones familiares en este caso se considera la participación y colaboración de los padres de familia en lo que se refiere al trabajo, se llevará a cabo juntamente con los alumnos, maestra, en el que se participara activamente.

-La higiene en la persona y el cuidado en la elaboración de los alimentos es indispensable para la salud.

-La socialización entre los miembros del salón de clases permitirá conocerse entre sí y llevar a cabo una mejor actividad con referencia a la alimentación.

dos comerán ensalada de frutas, verduras, pollo y jugo de naranja dulce si así lo desean.

- Finalmente los niños y padres de familia y maestra se organizarán para recoger los trastes para ordenarlos, lavarlos para así dejarlos limpios y bien cubiertos para evitar la introducción de microbios y polvo sobre los alimentos.

- Finalmente se manifestará libremente lo que les haya gustado, y lo que no, para encauzarlos, a que consuman cotidianamente, frutas y verduras en su alimentación cotidiana. (Ver anexo H).

- Se señalará la importancia de orientarlos, a que consuman frutas y verduras y carnes en su alimentación. Estos pueden ser los mismos que cosechan en sus casas o los animales que ellos crían.

-La autonomía y cooperación entre los equipos en la que se podrá fomentar la socialización entre niños y padres de familia.

-Se tomará en cuenta las opiniones de los niños y padres de familia para planear las siguientes actividades.

SEXTA SESION

Propósito:Relacionar la salud física con una adecuada alimentación.

ACCIONES DIDACTICAS	FUNDAMENTACION TEORICA
- Conversar con los niños sobre las constantes enfermedades con que se enfrentan constantemente como el (catarro, diarrea) escuchar lo que los niños manifiestan sobre sus más constantes enfermedades.	-El lenguaje oral es lo primordial, ya que mediante, ello el niño revela sus intereses y experiencias.
- Narrar un cuento en donde sobresalgan que los niños en ocasiones se enferman, porque no comen todas las vitaminas que necesita nuestro cuerpo, como son (la leche, cereales, frutas,etc.)(Ver anexo I)	-La expresión gráfico-plástico, le permite al niño expresar sus ideas y sentimientos.
- Mediante una cartulina se plásmara las imágenes de ciertos alimentos, el niño utilizando diversas técnicas para darle forma.	

- Salir en la plaza cívica de la escuela para realizar la actividad de educación física utilizando rutinas, que primero tengan calentamiento del cuerpo para después hacer ejercicios de equilibrio, lateralidad, ubicación temporal. (Ver anexo J)

- En la evaluación de las actividades, se observará cuanto se ha captado o entendido sobre la situación que se ha visto en los últimos días; en lo que respecta a la alimentación.

-MATERIAL DIDACTICO.

-Pintura, plástilina, cartulina, pelota, soga.

-El calentamiento de diversas partes del cuerpo, permitirá que los niños observen la necesidad de su organismo por ingerir líquidos y sobre todo agua natural.

-La expresión oral servirá para conocer lo que el niño, comprendió o recuerda de las actividades que desarrolló durante la mañana así como emitir su opinión para planear las actividades del día siguiente.

SEPTIMA SESION

Propósito: Realizar una convivencia entre padres de familia y maestras, para trabajar la importancia de la alimentación.

ACCIONES DIDACTICAS	FUNDAMENTACION TEORICA
<p>- Platicar con los niños y padres de familia sobre el interés que ha despertado en todos los alumnos de la escuela, la importancia de la alimentación. Solicitarles su intervención para realizar una convivencia entre todos los padres y niños del jardín. (Ver anexo K)</p>	<p>-La planeación de una magnífica situación para el intercambio de ideas mediante la expresión oral.</p>
<p>- Los padres de familia por equipos elaborarán una lámina alusiva a la alimentación.</p>	<p>-La espontaneidad debe de aprovecharse para dar seguridad, confianza, logrando esto con mayor participación en actividades sucesivas.</p>
<p>- Se dará libertad a los padres de familia para que pasen a explicarles a los niños sobre lo que han entendido con las pláticas que se</p>	<p>-La planificación de una magnífica situación para el intercambio de ideas y de la expresión oral.</p>

les ha dado, por el médico, -  
las maestras y de los traba--  
jos que ellos mismos han rea-  
lizado.

- Los niños narrarán un cuen-  
to alusivo al tema de la ali-  
mentación.

- Todos los padres de familia  
y alumnos participarán en un  
refrigerio para darle un fe--  
liz término a la situación --  
elegida. (Ver anexo L)

-MATERIAL DIDACTICO.

-Muebles, toallas, globos de  
inflar, cintas de colores.

-La participación de los pa-  
dres de familia en el desa-  
rrollo de las actividades -  
de la escuela hacen que el  
interés común de los alum--  
nos, maestra, etc., y se lo  
g<sup>o</sup>ren mejores resultados ade-  
más de las relaciones huma-  
nas.

## B). Aplicación, resultados y perspectivas.

Al comenzar a trabajar los objetivos propuestos en la propuesta pedagógica temía que los padres de familia no mostrarán interés o dieran excusas para no participar en las actividades planeadas satisfecha ahora, puedo decir que la respuesta e interés de los niños y padres de familia fué favorable, ya que algunos de ellos solicitaron permiso donde trabajaban con la finalidad de asistir a las actividades de la escuela. Donde tuve la oportunidad de observar que los niños mientras veían a sus padres participando, ellos con mas entusiasmo respondían a lo que se les estaba enseñando.

Puede decirse que en base a la capacidad evaluativa y tomando en consideración las características propias de los niños preescolares el conocimiento del contexto y los objetivos de la alternativa, puedo afirmar que su aplicación tuvo resultados favorables y enriqueció la propuesta inicial.

Los resultados parciales de la aplicación de la propuesta pedagógica tuvo las siguientes características.

En la primera sesión.- Al pasar lista los niños se dieron cuenta que varios de sus compañeros no asistieron a clase, algunos preguntaron el motivo, les comenté que algunos estaban enfermos, de ahí surgió que algunos males estomacales se debe a lo que consumimos, comentaron libremente lo que ellos comen diariamente, desayunan, almuerzan y cenan. Al escuchar que muchos toman café, refrescos, les pregunté porque no toman leche algunos mencionaron que no les gusta, al observar en una lámina diver-

sas frutas, verduras, cereales y leguminosas dijeron que no conocían todos los alimentos que ahí aparecían, a la hora de la salida los padres de familia que fueron a recoger a sus hijos se quedaron para informarles sobre la situación que se desarrollaría si seguían con esta alimentación.

En la segunda sesión.- Cada niño mencionó lo que comentaron sus papás, en las casas se les preguntó si estaban de acuerdo en cambiar algunos productos alimenticios por otros más nutritivos mediante un diálogo, se acordó como mejorar su alimentación, para ello fué necesario la participación de los padres de familia. Por medio de un dibujo el niño expresó lo que deseaba de la situación alimenticia.

En la tercera sesión.- El médico dió una plática muy clara y de manera sencilla, explicó la importancia de alimentarse con productos del cuadro básico (leche, huevos, mantequilla, carne, pescado, harina, frutas, verduras, legumbres), haciendo la aclaración que todo podemos comer en forma balanceada. Los padres participaron con preguntas, en el salón, los niños manifestaron libremente lo que entendieron, con diversos materiales, realizaron lo que comprendieron de la plática los papás también se acercaron, para aclarar algunas inquietudes respecto a las enfermedades propiciadas por una inadecuada alimentación.

En la cuarta y quinta sesión.- Los niños y padres de familia se mostraron muy entusiasmados en realizar una actividad de preparar ciertos alimentos, intercambiaron ideas y opinaron sobre la organización de la actividad, los niños con seguridad, autonomía y cooperación participaron durante el desarrollo de

las actividades planeadas, finalmente los niños y padres de familia dieron las gracias, los niños en agradecimiento a su presencia y participación entonaron distintas canciones con dedicación a los presentes, canto de frutas como la "naranja dulce" así como la lectura de versos sobre las verduras, como la piña, calabaza, chayote, papa, zanahoria. Cada padre de familia elaboró una lámina alusiva a la alimentación para que los niños conozcan la importancia de consumir alimentos nutritivos.

En la sexta sesión.- Los niños narraron un cuento alusivo al tema, en la que observé que los niños han comprendido la importancia de una adecuada alimentación en nuestro cuerpo mediante un diálogo se les mencionó que la salud es importante para todo individuo en la que esta inmersa el ejercicio, salimos a la plaza cívica de la escuela donde se realizaron diversas rutinas, favoreciendo el equilibrio.

En la séptima sesión.- Se realizó de acuerdo al interés de los niños en las actividades que dió como resultado que esa participación colectiva fuera de interés para todos. Finalmente para terminar las actividades se realizó una convivencia, donde cada alumno trajo de su hogar frutas y verduras para la elaboración de ensaladas, agua natural, donde se observó el interés, comprensión por mejorar sus hábitos alimenticios al observar -- que la mayoría llevaron a la escuela lo que se les solicitó, en la cual se les felicitó a todos, agradeciéndoles por el interés que tienen por mejorar su alimentación en forma balanceada en la que se comprometieron a seguir incluyendo las verduras y ---

frutas en su vida diaria quedando que la situación se retomará en el momento que se observe que los niños no consuman con frecuencia alimentos nutritivos.

La duración de las sesiones programadas, fué de dos horas diariamente.

La conclusión obtenida en la información de nuevos hábitos alimenticios en la educación de mis alumnos y en la concientización de los padres de familia es lo más valioso de lo planteado en esta propuesta.

Los resultados obtenidos se deben en gran medida a que la elaboración de la presente fué precisamente porque el grupo y la escuela interactuaron para hacerla realidad. Este demuestra la necesidad del docente para intervenir en la planificación -- del contenido escolar.

El haber concluido la elaboración de esta propuesta pedagógica es un elemento valioso para el docente, en el cuál se manejarón instrumentos que enriquecieron el proceso enseñanza aprendizaje, no solo sirvió para analizar la problemática de cambiar algunos hábitos alimenticios, sino para salvar cualquier obstáculo que se atravesase en la práctica docente.

En el proceso de la construcción de las actividades se tomó en cuenta la planeación, aplicación, y evaluación, teniendo como referencia en el nivel de desarrollo del niño.

Uno de los beneficios de la investigación realizada es que le permite al educador proponer alternativas de enseñanza-aprendizaje y propiciar el surgimiento de estrategias de trabajo de la orientación hacia el desarrollo del niño, a través de la ---

práctica docente basada en la creatividad y profesionalismo del maestro.

Con los elementos obtenidos en la Licenciatura y la experiencia de esta propuesta el maestro tendrá la oportunidad de participar positivamente presentando alternativas en la modernización educativa, cumpliendo el objetivo de elevar la calidad educativa que se requieren en estos tiempos.

Para concluir este apartado, pongo a consideración del lector el presente documento para su análisis crítica, corrección, ampliación y modificación juzgue conveniente. Esperando que las actividades diseñadas en la presente sirva a los docentes que se encuentren con la problemática planteada en la misma.

### C). Evaluación general del proyecto.

Fecha de inicio. 19 de enero de 1994.

Fecha de término 27 de enero de 1994.

#### Logros y dificultades.

¿Cuáles juegos y actividades del proyecto se lograron con resultados satisfactorios?

-- Durante la realización de las actividades, los niños demostraron interés cuando cada uno de ellos tuvieron que dibujar y pintar las frutas, verduras, que les había tocado traer para la preparación de la ensalada, cuando los manipularon.

-- Cuando fueron de visita al mercado, tienda y a la clínica.

¿Cuáles presentaron mayor dificultad?

-- Cuando los niños tenían que pelar algunas frutas, verduras --  
como: la papaya que sirvió para la ensalada, zanahoria, beta---  
bel. (un poco difíciles de pelar), de una u otra manera hicie--  
ron lo posible por ayudar en forma higiénica con la ayuda de la  
maestra y madres de familia.

¿Cuáles juegos de los planeados no fué posible realizar y por--  
qué?

-- Había planeado que todas las actividades, las realizaran los  
niños, pero no fué posible debido a que todavía no tenían faci-  
lidades, para preparar la ensalada de frutas, y verduras fué --  
donde intervinieron las madres de familia.

¿Cuáles fueron los momentos de búsqueda y experimentación por --  
parte de los niños que mas enriquecieron el proyecto?

-- Cuando los niños estaban pensando como iban a ir a visitar --  
un mercado, para observar todo lo que ahí se vende, carne de po  
llo, res, puerco, en fin todo lo que se vende para una buena --  
alimentación.

-- Cuando fueron a visitar una tienda de abarrotes, allá encon-  
traron algunos alimentos que ellos consumen para una adecuada --  
alimentación.

¿ Cuáles materiales utilizados por los niños fueron de mayor ri-  
queza y disfrute de la realización de los juegos y actividades?

-- Fueron las verduras y frutas que trajeron de sus casas a la  
escuela para seleccionar, los que se pelaban y los que no, cuan-  
do manipularon y observaron las consistencias, tamaños y color,  
las láminas ilustradas que se les presentó de acuerdo al tema a

tratar, la plástilina que utilizaron para los modelados, etc.

¿Cuáles fueron las principales conclusiones de los niños al evaluar el proyecto?

-- A todos los niños les gusto la ensalada de frutas, verduras el licuado de plátano con leche que se preparo en la escuela.

-- Cuando el médico y la enfermera dieron una plática sobre como deben de alimentarse.

-- Cuando tuvieron que dibujar, pintar, modelar las figuras de todo lo observado durante el desarrollo del proyecto, en fin todo lo realizado fue del agrado de los niños, en la cuál manifestaron que de hoy en adelante le iban a decir a sus papás que les compraran de vez en cuando frutas, verduras, carne, leche para que consuman y crezcan grandes por lo que pidieron que porque no se hace la ensalada a diario en la escuela ya que ellos manifestaron de que pueden colaborar para que se realice otra.

Finalmente se observó la participación de las madres de familia en enviar con sus hijos a la escuela todo el material natural que se les solicitó.

En el nivel preescolar la evaluación forma parte del proceso didáctico conformado por tres momentos: la planeación, la realización, y la evaluación.

En este nivel la evaluación es primordial ya que se encuentra determinada por un desarrollo y aprendizaje, conceptos que el programa de preescolar hacen referencia no sólo en los aspectos externos, al individuo y los efectos que en él produce, si-

no en los aspectos internos que se van operando al construirse los conocimientos, la inteligencia en la interacción del niño con la realidad.

La evaluación cualitativa se caracteriza por tomar en cuenta los procesos que sustentan el desarrollo, las formas de relación del niño con sus compañeros, con el medio donde se desenvuelve, ya que esta ayuda al niño a enriquecer los conocimientos.

En la evaluación de los procesos, se incluye la posibilidad de establecer un seguimiento durante el curso escolar mediante la evaluación inicial, intermedia y final.

A los niños hay que considerarlos como una totalidad que antes de su nacimiento se está desarrollando, ahora está inmerso a un proceso educativo, es importante los aspectos específicos del desarrollo que finalmente se mencionan:

AFECTIVO SOCIAL.

Esta conformada por aspectos que implican la autonomía del niño, de igual manera la expresión de sus afectos, la forma de juegos, comunicación, cooperación, con sus semejantes.

FUNCION SIMBOLICA.

Constituida por diversas formas de representación que el niño desarrolla.

PREOPERACIONES.

Comprende operaciones lógicas implicadas en el proceso de construcción

de la noción del número.

OPERACIONES INFRALÓGICAS

Se refiere a la estructuración de espacio y tiempo.

## VI. LA CONGRUENCIA Y LA METODOLOGIA UTILIZADA

### A). Congruencia interna.

La práctica docente se deriva del quehacer cotidiano de -- los maestros frente al proceso educativo, en la cuál están in--mersos el educador y educando durante el desarrollo de la ense--ñanza-aprendizaje.

A través de la historia se ha podido observar que al indi--viduo se le prepara para que cambie su conducta logrando de es--ta manera que se integre mejor a la sociedad.

Como maestros en el ámbito escolar, nos encontramos inmer--sos de la influencia de cada instante de la vida del individuo y en la sociedad en general.

Ese mundo lo componen y lo construyen los sujetos mediante relaciones cargadas de diversas historias: locales, escolares, laborales, personales. Historias expresadas en costumbres, tra--diciones, concepciones, intereses y normas.

El trabajo de los maestros es un producto de la relación -- sujeto-institución, donde ambas instancias lo modifican, y son modificadas por éste. Nuestro trabajo adquiere un contenido es--pecífico, el cuál se construye en la cotidianeidad escolar que es un proceso continuo en donde intervienen de manera central -- las condiciones materiales específicas de cada escuela y las re--laciones al interior.

El quehacer cotidiano del maestro, se encuentra en una si--

tuación objetiva que lo obliga a echar mano de todos los recursos posibles, técnicas y personales, intelectuales y afectivos para poder seguir frente al grupo. Los maestros incorporan experiencias y saberes de origen histórico, es decir en ellos se expresa una acumulación histórica, matizada por características particulares de los sujetos y de las escuelas que enmarcan la práctica docente cotidiana.

La práctica docente es la expresión real del proceso educativo, se inserta en el grupo educativo de las reflexiones pedagógicas, metodológicas y didácticas en la práctica de los saberes universales, que se enfocan en el grupo científico, conocimientos que en la escuela son apropiadas por el alumno a través de una sistematización, planificación, aplicación y evaluación de los contenidos curriculares. La propuesta pedagógica como forma de reflexionar y analizar sobre los problemas que inciden en el aprendizaje del alumno así como en la transmisión y apropiación de los saberes, abre ahora un espacio al maestro para crear ideas, alternativas en la solución y orientación del aprendizaje del educando.

Probablemente la característica más interesante de la conducta humana consiste en que el niño aprenda a modificar su conducta cuando se enfrenta a situaciones nuevas, de igual importancia es la habilidad que el hombre tiene de aprender a generalizar situaciones nuevas con base en el aprendizaje anterior, para adquirir conceptos y estrategias al sobrellevar tanto eventos actuales como futuros. Este carácter flexible y adaptativo

de la conducta humana realiza así el significado fundamental -- del aprendizaje en la comprensión del hombre.

El niño es un ser en constante proceso evolutivo, donde -- surgen nuevas experiencias y estímulos que pasan a formar parte de su desarrollo, por tanto el maestro tiene la misión de observar a sus alumnos y el medio familiar del que proceden con el -- objeto de entenderlos y comprender sus problemas para guiarlos en forma conveniente.

La presente propuesta pedagógica ha sido elaborada con el fin de ofrecer las condiciones necesarias para que el maestro -- realice acertadamente su práctica educativa, tomando en cuenta la discusión e intercambio de experiencias entre maestros y alumnos para enriquecer la adquisición de sus conocimientos.

En relación con las actividades de enseñanza-aprendizaje se pretendió que sea el niño quien observe, experimente, trabaje -- en equipo, plantee problemas, de explicaciones registre conclusiones; es decir que descubra y aplique el conocimiento en vez -- de que actúe sólo como receptor.

La relación dada entre el alumno-conocimiento-maestro como elementos imprescindibles de toda práctica docente, descansan -- en la perspectiva de transformación de los conocimientos y en la búsqueda de nuevas formas de transmisión y apropiación de -- íos mismos.

Las estrategias fueron elaboradas pensando de antemano en la relación que debe darse entre maestro-alumno, alumno-alumno, con base a dichas relaciones será la finalidad con que se adquieran conocimientos.

Esta alternativa didáctica, propone trabajar en el área de la Educación para la salud. Respondiendo a la necesidad de preparar al alumno para que enfrente activamente la problemática, salud-alimentación, tanto a nivel social como individual. Teniendo en cuenta esta propuesta es importante que el niño -- comprenda la importancia de contar con una buena alimentación, individual y colectiva para el cuidado y conservación de la salud a través de los conocimientos, capacidades y destrezas adquiridas.

Para ello se tomó en cuenta el interés del niño por conocer los beneficios de una adecuada alimentación, el hecho de que cada alumno manifestará libremente su consumo de alimentos propició la interrogante, ¿Como hacer que los niños adquirieran hábitos para una adecuada alimentación? disminuyendo el consumo de productos de baja calidad. Para tales cambios se tomó en cuenta la ubicación geográfica de la comunidad factor que interviene en los inadecuados hábitos alimenticios.

Para el logro de lo anterior se diseño una estructura didáctica en base a 7 sesiones, así como sus actividades que se realizaron en el mes de enero del presente año. Estas actividades fueron realizadas por los alumnos-maestro y con el apoyo de padres de familia, que en todo momento enriquecieron las experiencias del aprendizaje de los niños, lograndose los propósitos alimenticios.

Se concientizó a los pequeños para que ellos a su vez extiendan sus conocimientos hacia sus compañeros y la familia lo

grando con esto realizar un adecuado análisis de la situación alimentaria.

La cooperación de los padres de familia fué activa en el transcurso del desarrollo de la situación en donde prevaleció la sociabilización, cooperación, autonomía y una participación colectiva.

En todo momento se favoreció los ejes de desarrollo como: la expresión oral, escrita, juego simbólico, expresión gráfica participación formas de juego, clasificación, conservación de número, estructuración el tiempo y espacio.

#### **B). Metodología utilizada.**

Realizar este trabajo educativo, no comprende a una actividad rápida y fácil, sino que implica una serie de estudios y trabajos realizados en los cursos correspondientes a la Licenciatura de Educación Preescolar Plan 85, de la Universidad Pedagógica Nacional (U.P.N.), donde cada uno de los maestros que estudiamos adquirimos nuevos conceptos educativos que nos ayudan a elaborar y planear los elementos didácticos para formar y transmitir el proceso enseñanza-aprendizaje de una forma fácil para los alumnos.

La construcción de la propuesta pedagógica comenzó con estudios del área terminal del sexto semestre, en el campo de conocimientos de Ciencias Naturales. Aunado a los años de experiencia de la autora, se creó la inquietud de reflexionar en el trabajo docente pensando en mejorar la calidad de la enseñanza dentro de la realidad en que se encuentra inmerso el niño.

El realizar esta investigación motivó a la autora de la presente, en pensar en los constantes cambios y ajustes de los programas de estudio que se están llevando a cabo con el cambio de programas de la modernización educativa, donde se le invita al docente a estructurar los planes de estudio que estimulan al niño a crear su propio aprendizaje, precisamente lo que se pretende lograr con esta propuesta didáctica por lo que se puede considerar que este planteamiento de trabajo, es el inicio de un cambio educativo que le puede servir de apoyo a cualquier lector que esté relacionado con la práctica docente.

Actualmente existe una gran variedad de opiniones en cuanto a metodología educativa que se refiere, por tal motivo el maestro debe de estar en constante superación profesional. El problema metodológico incluye la consideración de fundamentos teóricos y de un conjunto de técnicas específicas que permiten organizar y orientar el trabajo del maestro para promover el aprendizaje por parte de los educandos.

Al realizar este trabajo se utilizó el método activo basándose primeramente en la observación, para poder conocer a fondo los motivos del problema planteado, mediante la investigación, el diálogo y la creatividad del maestro.

Los procedimientos que se utilizaron en la enseñanza de los hábitos alimenticios están encaminados a inculcar al alumno la participación directa.

La relación entre teoría-práctica, hacen del trabajo docente un factor de transformación pedagógica, porque es a través

de ella que el conocimiento curricular es accesible al alumno.

El propósito de esta propuesta es mejorar la calidad de enseñanza dentro de la realidad donde se encuentra inmerso el niño, su familia y el maestro, tomando en cuenta que la participación de estos tres elementos es fundamental para llevar a cabo la práctica educativa. Asimismo crear alternativas didácticas que conlleven a la solución de la problemática planteada.

En una reunión realizada con los padres de familia se les dió a saber las observaciones con respecto a la alimentación en la que los presentes se comprometieron a participar y hacer valer sus opiniones en relación al tema.

Posteriormente se cubrieron los requisitos de presentación que requiere todo documento formal, para presentarlo al área de titulación.

## CONCLUSIONES

Al finalizar la presente propuesta pedagógica se puede decir que los objetivos propuestos se cumplieron satisfactoriamente pero es conveniente reforzar en forma permanente a los niños para que adquieran conocimientos y tengan éstos hábitos alimenticios adecuados, y poder conservarse sanos.

La comunidad donde se llevó a cabo la presente propuesta pedagógica demostró, que cuando el maestro se acerca a los padres de familia, éstos cooperan, participan, reflexionan, actúan, aspectos indispensables para lograr una mejor enseñanza-aprendizaje.

La escuela junto con el Seguro Social coordinan para informar y formar en el educando el cómo adquirir una alimentación adecuada y balanceada.

El maestro que cuenta con elementos teóricos; a cerca del niño tanto en la biológico, psicológico y cognoscitivo tendrá más elementos para hacer que su práctica docente sea mas atractiva y creativa.

La escuela debe de participar activamente en los problemas de la vida, como la adquisición de los hábitos de alimentación para que así el alumno vaya adquiriendo conciencia sobre los beneficios de consumir alimentos nutritivos y adecuados para mejorar su salud.

El papel del maestro es el de guía, orientador del aprendizaje del niño, para inculcarle hábitos alimenticios con el propósito de formar hombres críticos y reflexivos para un futuro

mas provechoso.

Todas las actividades que se han de realizar deberán tener como punto de partida, el interés, la necesidad que el alumno presente, tomando en cuenta las características, la edad y el nivel de su contexto donde se desarrolla.

La interacción maestro-alumno, es primordial en la práctica docente ya que mediante el intercambio de experiencias van construyendo su propio aprendizaje.

Las actividades elaboradas en la estrategia metodológica didáctica se hicieron pensando en las necesidades de los niños siguiendo una serie de pasos que nos conducen a la obtención de los objetivos como son: la observación, diálogo, expresión oral, gráfico, corporal, investigación, participación, individual, colectiva, dramatización, cooperación, basada en el interés e iniciativa de los alumnos.

El hecho de que los programas vigentes de preescolar no contemplan los contenidos de la alimentación en forma mas clara, esto no significa que el maestro no puede hacer cambios en bien de su grupo. Como se puede observar la Ciencia día a día avanza, como maestros debemos de estar pendientes de los cambios para estar actualizados, para poder brindar lo mejor a los alumnos, que en el futuro serán los hombres de nuestro País.

La elaboración de esta propuesta pedagógica pasa a formar parte de una investigación realizada con la finalidad de afrontar cualquier problemática que se presente en la práctica docente sin importar el nivel o área en que se determine.

## SUGERENCIAS

- Que la educadora sea entusiasta y positiva en las actividades escolares del proceso enseñanza-aprendizaje.
- Que se actualice en los avances nutricionales ya que es necesario para poder guiar a los niños.
- Lograr que los de familia se involucren en las actividades -- que realizan sus hijos sobre la importancia de comer alimen-- tos nutritivos, es vital para lograr hacer cambios en ellos.
- El cambio de actitud en el niño no se logra fácilmente ya que se requiere de paciencia, motivación, y reforzamiento contí-- nuo.
- La evaluación de la propuesta como trabajo académico es valio so, pero sólo es posible observar sus alcances y limitaciones si se aplica.

Para finalizar pongo a criterio del lector hacer las críti cas, correcciones o ampliaciones que se considere convenientes, con la finalidad de mejorar la práctica docente, tomando en --- cuenta que el comentario que surja con base a este documento -- pueda servir de experiencia para modificar las siguientes pro-- puestas pedagógicas. Así como recalcar que es importante que - día con día se vaya reforzando en el niño actitudes para que ad quiera conocimientos sobre una alimentación adecuada.

## BIBLIOGRAFIA

- APPLE, Michel. Ideología y Currículo. En la antología: Una propuesta pedagógica para la enseñanza de las ciencias naturales. 1a. ed. México. U.P.N., S.E.P. 1988. 400 páginas.
- BIJOU, S. y Baer, D. Psicología del desarrollo infantil. México Trillas, 1969. Volúmen 1. 318 páginas.
- CAMPO, Miguel Angel. Aportaciones didácticas en la escuela. En antología: Una propuesta pedagógica para la enseñanza de las ciencias naturales. 1a. ed. México. U.P.N., S.E.P. -- 1988. 400 páginas.
- CHAVEZ, Adolfo. Recomendaciones de nutrimentos para la población mexicana. Instituto nacional de la nutrición. México 1986. 230 páginas.
- HILDA, Taba. El aprendizaje social y cultural. En la antología: Grupo escolar. 1a. ed. México. U.P.N., S.E.P. 1985. 243 - páginas.
- HILGAR, Ernest, R. y Gordón H. Bower. En la antología: Teorías del aprendizaje escolar. 1a. ed. México. U.P.N., S.E.P. - 1988. 450 páginas.
- LOPEZ, M. Isaías. Teoría general del desarrollo psicológico en el niño. En la antología: Desarrollo del niño y aprendizaje escolar. 1a. ed. México. U.P.M., S.E.P. 1986. 366 páginas.
- LUCARELLI, Elisa y otros. Planificación curricular. En la antología: Planificación de las actividades docentes. 1a. ed. México. U.P.N., S.E.P. 1986. 289 páginas.
- MARCEL, Bergerón. Psicología de la segunda infancia. México D.F. Editorial trillas 1984. 146 páginas.
- MATTOS, Luis, A.De. Hacia una didáctica general dinámica. Academia de las ciencias de la educación. Buenos Aires, Kapelusz. 1974. 355 páginas.
- PIAGET, Jean. Principios y teorías del desarrollo infantil. Psicología infantil. 1a. ed. México. 1984, en los talleres de la compañía editorial continental. 173 páginas.
- Programa de educación Preescolar. S.E.P. México. 1989. 94 páginas.
- RAMIREZ, Rafael. La enseñanza del lenguaje. En la antología: El maestro y las situaciones de aprendizaje de la lengua. -- 1a. ed. México. U.P.N., S.E.P. 1988. 409 páginas.

RODRIGUEZ, Cesar Jaime, y Victoria Mortón. Desarrollo cognoscitivo del niño rural. En la antología: La matemática en la escuela I. 1a. ed. México. U.P.N., S.E.P. 1988. 371 páginas.

SUAREZ, D.Reynaldo. Selección de estrategias de enseñanza-aprendizaje. En la antología: Medios para la enseñanza. 1a. -- ed. México. U.P.N., S.E.P. 1986. 321 páginas.

## GLOSARIO DE TERMINOS

- APRENDIZAJE.- Adquisición de información que lleva en sí un cambio de conducta. Tiempo durante el cual se aprende algun arte u oficio, primeros ensayos de la virtud. Es la asimilación del conocimiento.
- ALIMENTACION.- Efecto de alimentar, o alimentarse, la alimentación de los niños, nutrición comida víveres. La alimentación debe ser proporcionada de acuerdo a la edad y al trabajo, ya que el hombre activo come mas que el ocioso. Mientras que los del campo necesitan una gran cantidad de alimentos, y legumbres ya que este se dedica a un trabajo intelectual, por lo que deben de buscar alimentos nutritivos.
- CONCIENCIA.- Noción tener conciencia de los derechos, sentimientos, interior por el cual aprecia el hombre sus acciones, nuestra conciencia es nuestro juez. Formar la conciencia es educar al entendimiento para distinguir donde esta el bien y evitar el mal. La conciencia tiene necesidad de ser instruída, informada sobre lo bueno objetivo que se va a realizar su juicio no basta, es indispensable la norma, que poco a poco se logra la madurez.

- DIDACTICA.- Arte de enseñar, formando parte de la pedagogía que estudia los procesos mas eficaces para conducir al educando a la progresiva adquisición del conocimiento.
- ENSEÑANZA.- Acción de enseñar dedicarse a la enseñanza apostulado, doctrina, educación, instrucción, pedagogía, magisterio, institución. Su finalidad es ofrecer a los niños nuevos elementos o conceptos para lograr un cambio de conducta.
- EDUCACION.- Acción de enseñar dedicarse al desarrollo de facultades físicas intelectuales, morales la educación es complemento de la instrucción.
- ESCUELA.- Establecimiento de enseñanza escuela de artes y oficios, colegio instituto academia, conservatorio, gimnasio tomando generalmente por la enseñanza.
- EXPERIENCIA DOCENTE.- Es el conocimiento didáctico obtenido por la observacion de los fenómenos que acompañan a los hechos docentes, la cual estan vinculados mediante dos factores, la práctica, la orientación.
- FAMILIA.- Célula de la vida social, con una importancia decisiva en la estructuración de la personalidad infantil que se proyecta dentro de la vida escolar.
- METODOLOGIA.- Formulación de métodos que deben de usarse en la investigación científica y en la enseñanza.

OBSERVACION.- Dirección intencional de la atención, en la que se ha constituido el elemento didáctico básico. Toda escuela progresiva parte de la observa----  
ción.



Maestra y niños frente a su escuela.

ANEXO A.



Niños observando las láminas de diversos alimentos -  
para identificarlos.

ANEXO B.



Durante la visita al mercado los niños observaron y --  
manipularon diversas verduras. Encontraron semejanzas  
diferencias y texturas de los diversos productos que --  
ahí se venden.

ANEXO B.



La maestra y los alumnos durante la visita al mercado.

ANEXO C.



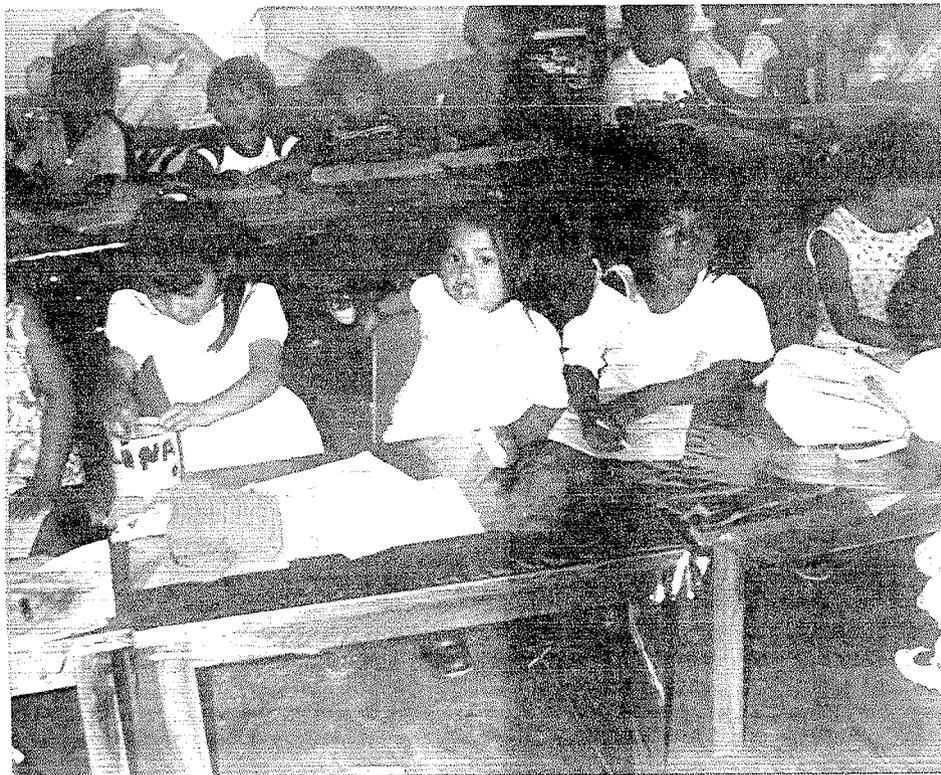
En la fotografía se observa a los niños, a la maestra -  
y a la doctora en la visita a la clínica, para escuchar  
la plática sobre cómo debe ser un niño sano.

ANEXO D.



El médico dando una plática a los niños sobre como deben de mejorar su alimentación.

ANEXO E.



Los niños dibujando e iluminando las frutas que ya conocen de acuerdo a sus sabores.

ANEXO F.



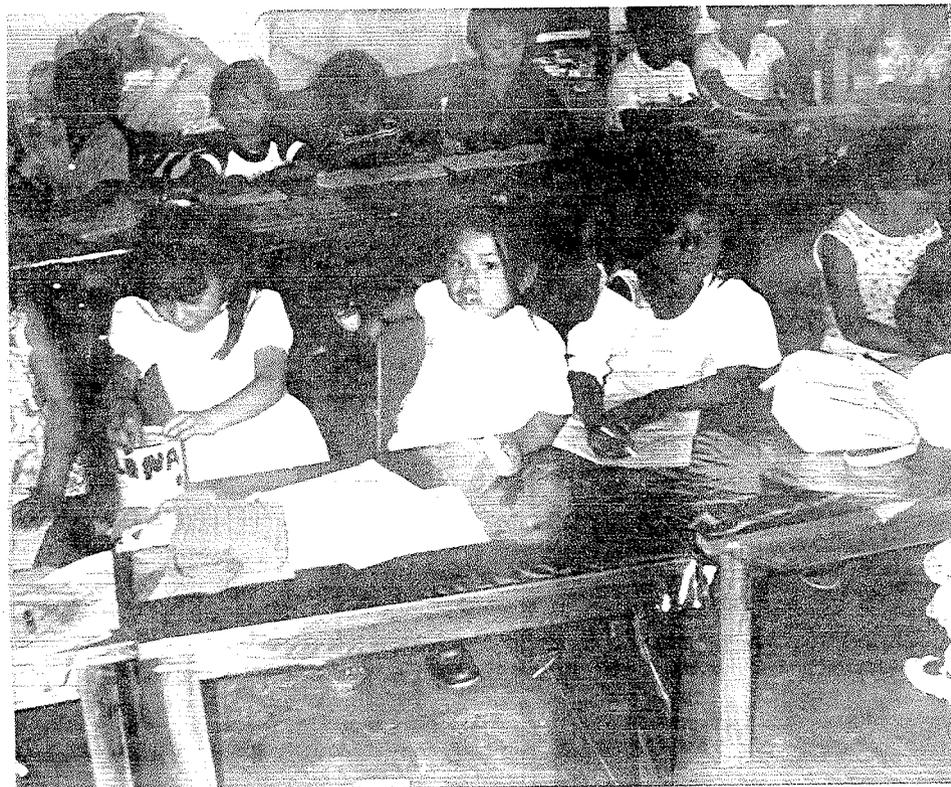
Para reafirmar lo visto en el mercado la maestra señala la figura y ellos dicen cuál es la verdura y cómo es.

ANEXO. F.



Para reafirmar lo visto en el mercado la maestra los va señalando la figura y ellos dicen cuál es y cómo es.

ANEXO E.



Los niños dibujando e iluminando las frutas que ya conocen de acuerdo a sus sabores.



Los niños y los padres de familia participaron en la preparación de la ensalada de frutas.

ANEXO G.



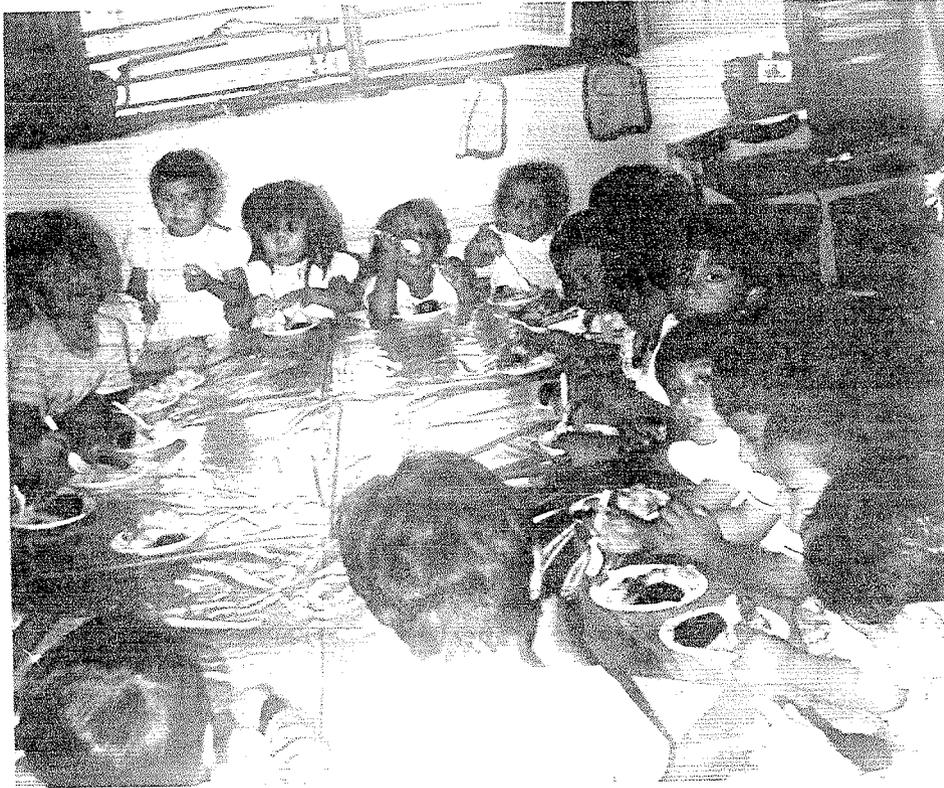
En la fotografía se observa que los niños están comiendo la ensalada de frutas que se preparó juntamente con los - padres de familia.

ANEXO H.



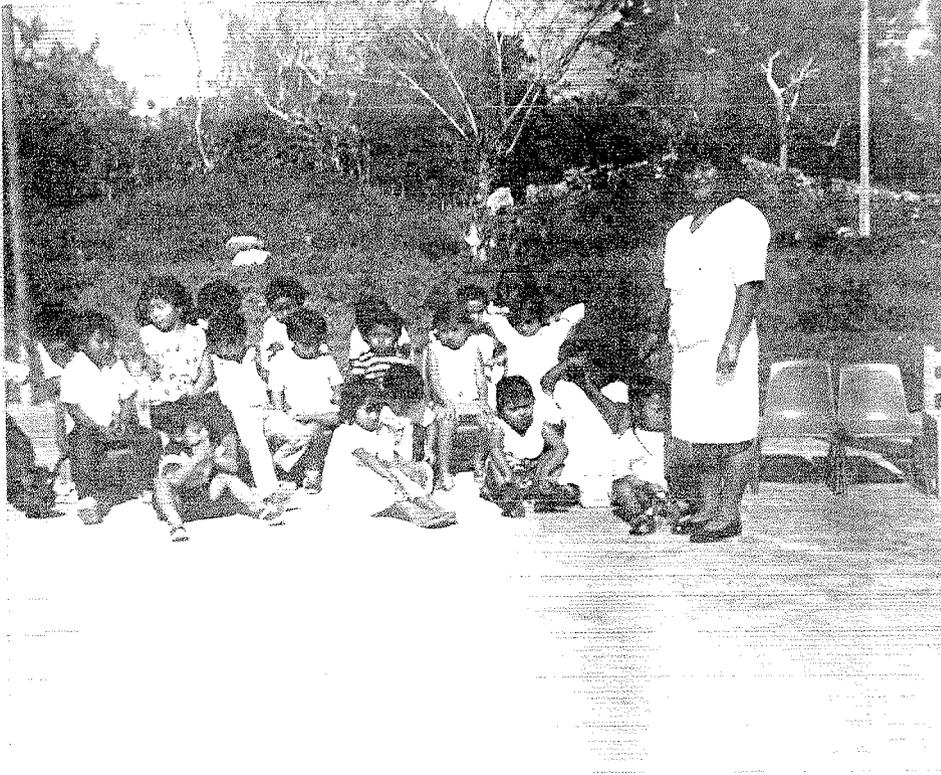
Los niños participaron activamente en la preparación de la ensalada, cuidando que tengan las manos y los utensilios limpios.

ANEXO H.



En la fotografía se observa que los niños están comiendo la ensalada de verduras que prepararon con la ayuda de la maestra.

ANEXO I.



Diálogo entre maestra y alumno, se narra un cuento relacionando con la alimentación.

ANEXO J.



En esta fotografía los niños están realizando ejercicios de calentamiento del cuerpo, de equilibrio, lateralidad ubicación temporal, indispensables para una salud física.