



SECRETARIA DE
EDUCACION PUBLICA

UNIVERSIDAD
PEDAGOGICA
NACIONAL



UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL

UNIDAD UPN 16 - B

LA HIGIENE PERSONAL EN EL CUARTO GRADO DE PRIMARIA

J. SANTOS DÍAZ RAMOS

PROPUESTA PEDAGÓGICA PARA OBTENER EL TITULO DE LICENCIADO EN
EDUCACIÓN PRIMARIA

UNIDAD U. P. N. 162

TEL. 2-63-96

ZAMORA, MICH.

SECCION: ADMVA.

MESA: DIRECCION

OFICIO: D/814-95

ASUNTO: DICTAMEN DE TRABAJO DE TITULA-
CIÓN.

ZAMORA, MICH., 5 DE SEPTIEMBRE DE 1995.

PROFR. J. SANTOS DIAZ RAMOS
P R E S E N T E .

EN MI CALIDAD DE PRESIDENTE DE LA COMISIÓN DE EXÁMENES PROFESIONALES Y DESPUÉS DE HABER ANALIZADO EL TRABAJO DE TITULACIÓN ALTERNATIVA PROPUESTA PEDAGÓGICA, TITULADO "LA HIGIENE PERSONAL EN EL CUARTO GRADO DE PRIMARIA", A PROPUESTA DEL ASESOR PEDAGÓGICO PROFR. JOSÉ LUIS MATA DOMÍNGUEZ, LE MANIFIESTO QUE REÚNE LOS REQUISITOS A QUE OBLIGAN LOS REGLAMENTOS EN VIGOR PARA SER PRESENTADO ANTE EL H. JURADO DEL EXAMEN PROFESIONAL, POR LO QUE DEBERÁ ENTREGAR DIEZ EJEMPLARES COMO PARTE DE SU EXPEDIENTE AL SOLICITAR EL EXAMEN.

A T E N T A M E N T E
EL PRESIDENTE DE LA COMISIÓN



S. E. P.
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD UPN-162
ZAMORA

PROFR. EDUARDO ROSALES VAZQUEZ

9601 91
9601 91
9601 91

¡AGRADECIMIENTOS

Gracias a un altísimo todopoderoso, que en los momentos mas cruciales de mi carrera, me iluminó y me dió fuerzas para culminar mis estudios.

A mis padres que me dieron la vida; por brindarme su apoyo tan sincero, su dichosa bendición desde arriba, y su amor, ofrecido con esmero.

A mi esposa por comprender y ayudarme en las horas de inmenso trabajo. A mis hijos por regalarme sus caricias y dulces sonrisas.

INDICE

CAPITULO I	INTRODUCCION	Pag.
Definición del objeto de estudio	-----	2
Delimitación	-----	5
Justificación	-----	5
Objetivos	-----	7

CAPITULO II	REFERENCIAS TEORICAS	
Conceptualización de higiene	-----	8
Antecedentes de la higiene	-----	8
Divisiones de la higiene	-----	11
Hábitos de la higiene personal	-----	13
Higiene de la alimentación	-----	18
Papel que desempeña la higiene en el individuo	-----	21
Área: Cognoscitiva Afectiva Psicomotriz	-----	24

CAPITULO III	MARCO CONTEXTUAL	
Contexto curricular en el aula	-----	28
Características de la institución	-----	30
La comunidad y su ubicación geográfica	-----	32

CAPITULO IV	ESTRATEGIA DIDÁCTICA	
Plan de clases	-----	41
Ejemplo - clase	-----	46
Actividades didácticas	-----	53
Evaluación	-----	62
Conclusiones y sugerencias	-----	64
Bibliografía	-----	68

CAPITULO I

INTRODUCCION

La investigación realizada tiene como meta principal dar un eslabón para mejorar la práctica docente que los profesores realizamos cotidianamente, buscando la manera de conducirlos por la senda luminosa del saber, para obtener frutos de mejor calidad dentro del proceso enseñanza-aprendizaje.

En cualquier hogar, empresa, institución, fábrica, industria que se realice una actividad, existen problemas con diferentes grados de dificultad, por ende es necesario realizar un análisis de la problemática que aqueja como un azote de látigo a las escuelas y principalmente a los alumnos que son nuestro material de trabajo día a día, y buscar estrategias que ayuden a la resolución de dichos problemas.

En una institución es de suma importancia que los niños estén disciplinados, respeten a todas las personas y sobre todo por un bien de su propio organismo y una buena presentación personal es necesario que los muchachos asistan aseados a clases para que, dentro del aula impere el compañerismo en; la organización para el trabajo, el juego, las convivencias, etc., por tanto se buscará la forma de como utilizar estrategias para que, estos pequeños estudiantes comprendan lo importante que es la salud mediante la formación de hábitos higiénicos personales y la ayuda mutua dentro de la sociedad en la cual se haya inmerso.

En el primer capítulo se muestra en sí un panorama que nos inclinó a la búsqueda de la solución a este problema, se explican los recursos de investigación documental con que se cuenta para el desarrollo del trabajo.

En el segundo capítulo se dan a conocer las metas que se persiguen con la investigación de la teoría psicopedagógica que permita fundamentar la estrategia didáctica para mejorar la higiene personal en el cuarto grado de primaria, una vez que se hayan logrado los objetivos propuestos.

En el capítulo tercero se dan a conocer las características del grupo, donde reside el problema, el lugar de ubicación, una breve reseña histórica de la comunidad así como su situación social y económica.

El capítulo cuarto presenta las actividades respectivas que se emplean en la estrategia didáctica para ayudar a mejorar el problema de higiene personal en cuarto grado de primaria.

Definición del objeto de estudio

Los docentes, somos clasificados como personas idóneas que actualmente conocemos los problemas por los cuales el niño atraviesa, y que son las causas principales del atraso escolar.

En el cuarto grado que cuenta con un total de 30 alumnos; 15 hombres y 15 mujeres, oscilan entre los 8-12 años de edad aproximadamente. la mayoría de ellos por no decir todos; provienen de un tipo de familias de bajos recursos económicos, los trabajos de sus padres varían; jornaleros, albañiles, obreros, campesinos, etc., y únicamente por temporadas, con unos salarios muy raquíticos, lo cual comprueba las miserias en las que estas familias están viviendo.

Además sus casas constituyen parte de una colonia que apenas está en proceso de formación, unas personas tienen drenaje, otras no lo tienen, hay infinidad de lotes que están contruidos a medias bardas únicamente y sirven de manera muy especial para que ciertas personas aprovechen y los conviertan en auténticos basureros los cuales perjudican la salud de la población principalmente a los niños.

Entre estos pequeños de cuarto grado se ha observado que regularmente asisten a clases de una manera poco presentable o no muy deseable; los dientes con residuos de comida y amarillentos, manos sucias, uñas largas, en la cara y cuello se refleja ese tinte donde se nota que han pasado ya varios días en los que no ha escurrido el agua por sus escuálidas figuras, lo mismo se nota en los pies de aquellos niños que portan huaraches. En lo que respecta a la cabeza; despiden un mal olor, y algunos poseen animales (piojos).

Mediante estas observaciones que he detectado en mi grupo, me doy cuenta que atraviesan por un problema que afecta a los niños; en su socialización, en el proceso enseñanza-aprendizaje, y presentación personal, por tanto trataré de emplear estrategias adecuadas que permitan al alumno crear buenos hábitos de higiene personal y que cambien los alimentos chatarra por aquellos que contienen mas nutrientes.

El organismo humano requiere de muchas atenciones y cuidados constantemente, para que pueda conservarse en las mejores condiciones de salud y poseer un aspecto agradable, por tal motivo la higiene es nuestro problema principal.

Las ciencias naturales en primaria pretenden la formación de una actitud científica que le permita al niño entender la ciencia como proceso de constante evolución. Asimismo mediante procedimientos de investigación le permita la adquisición de nuevos conocimientos y explicaciones acerca de los fenómenos naturales que le sirvan de base para ampliar la visión del mundo que le rodea.

Se le mencionará lo importante que es para nuestro cuerpo la salud, ya que nos permite cumplir satisfactoriamente con las diversas actividades que realizamos a diario, además prohíbe la entrada a diversos tipos de microorganismos: bacterias, virus, hongos, parásitos, que invaden nuestro organismo y se desarrollan un sin fin

de enfermedades que en algunos casos los síntomas pueden ser aparatosos por no asearnos debidamente.

Delimitación

Dicha propuesta pedagógica se llevará a cabo durante el período escolar 1994 - 1995 de enero a junio respectivamente en la escuela primaria urbana federal "Benito Juárez" TV. ubicada en calzada de la paz # 1 Barrio del Panteón de Degollado, Jalisco; con el cuarto grado grupo "A" que cuenta con un total de 30 alumnos; 15 hombres y 15 mujeres oscilan entre los 8 - 12 años de edad aproximadamente. Según los estudios de Piaget se encuentran en el período o estadio de las operaciones concretas; aparece la lógica, los sentimientos morales y sociales de cooperación, así como el pensamiento operatorio concreto.

Por tal motivo se tratará de buscar las mejores alternativas de trabajo para lograr que los alumnos mejoren su apariencia personal y eviten enfermedades de las mas comunes mediante una buena higiene.

Justificación

Actualmente en nuestro país es muy común ver como en las grandes ciudades se forman aglomeraciones de personas que llegan de distintos lugares en busca de mejores oportunidades de trabajo para una vida mejor, tal es el caso de la mayoría de los familiares de estos pequeños, donde podemos afirmar que solo unos

cuantos niños viven en el pueblo, (8) de ellos se puede decir mas o menos en unas condiciones favorables; pero la mayoría (22) alumnos provienen de una colonia alledaña que apenas está en proceso de formación, cuyas familias que la integran son de distintos lugares de la entidad, o se puede decir del país. Y es precisamente en los pequeños donde se refleja la manera de vivir de estas personas; los chicos en (días domingo y días de fiesta) lucen mas o menos presentables, y el resto de los días tanto en la calle como en la escuela andan mas sucios del cuerpo y de su ropa, de éstos unos cuantos poseen animales en la cabeza (piojos) que son considerados como parte de la fauna nociva, especie portadora de gérmenes y bacterias que producen graves enfermedades.

Piojos: las hembras viven aproximadamente un mes y depositan hasta 300 huevos que se pegan a las raíces de los pelos y se conocen como (liendres) la transmisión de una persona a otra es muy común y cuando esto sucede sus familiares, compañeros de trabajo, o de la escuela posiblemente los tendrán, éstos transmiten los rickettsiáceas; familia de microorganismos que provocan la tífus. (1)

Ante esta situación se pretende buscar algunas estrategias que ayuden a dar solución al problema por el cual atraviesan estos niños, ya que de lo contrario se intensificará como reguero de pólvora ante ellos, y sus compañeros, dando como resultado imposibilitar en gran parte el proceso enseñanza-aprendizaje.

(1) SEP. Introducción a la salud: educación ambiental y salud ambiental, México, SEP, 1987. p. 134.

Objetivo

Elaborar un documento en donde se sugieran estrategias didácticas a través de las cuales los alumnos adquieran la conciencia de la importancia de la higiene y la salud.

- *.- Se pretende que los alumnos tomen conciencia de lo importante que es para ellos una buena higiene.
- *.- Que comprendan lo importante que es la relación salud-higiene.
- *.- Que lleven a la práctica lo aprendido en clase, dentro y fuera de la escuela.

CAPITULO II

REFERENCIAS TEORICAS

Antecedentes de la higiene, hablar de higiene personal es referirse a toda clase de cuidados y atenciones, que el hombre debe tener para el buen cuidado de su propio organismo ya que mediante ello logra un aspecto agradable y evita un sin fin de enfermedades.

es muy común observar en la calle, en la plaza, en el parque u otros lugares públicos a diversos tipos de personas entre ellos niños y adultos que visten en las condiciones mas deplorables y lucen de un aspecto físico nada deseable para la sociedad, pidiendo tan solo unos pesos para comer, ya que tienen varias horas o días de no haberlo hecho afirman, en cambio hay otros que visten bien, aseados y de regular salud, que como vemos todos es algo a lo cual las personas tenemos derecho con tan solo una buena higiene.

Higiene: rama de la medicina que se propone defender y conservar la salud del individuo en su integridad física, psíquica y moral y que tiende a promover el normal desarrollo del organismo y a prolongar la vida. Actualmente tiene un campo extenso y complejo; pone en práctica todas las medidas que deben preservar la salud individual, a mejorar el estado de salud y prolongar la vida del hombre en las mejores condiciones posibles.(2)

(2) LOCK, Stephen. Diccionario Médico Familiar, México, Ed. Reader's Digest. 1982. p 394.

Aunque las personas mayores saben que, mediante una buena higiene el organismo desempeña una mejor función y se evitan muchas enfermedades, no siempre es así con los niños pequeños, porque muchas veces ignoran las grandes consecuencias que trae como consigo el no andar aseados y lógicamente es por falta de conocimiento al respecto, pero es ahí precisamente donde todos los individuos que nos encontramos inmersos prestando un servicio en una comunidad debemos de contribuir de la mejor manera posible en contrarrestar y atender a esos infantes que así lo requieren.

Desde la antigüedad el hombre ha buscado una y mil formas de alargar su existencia, en algunas ocasiones luchando contra la propia naturaleza (animales salvajes, epidemias, tempestades, etc.) contra el propio hombre y consigo mismo, para poder encontrar todo aquello que le sea útil en la prevención de enfermedades y una vez que las ha adquirido ¿como contrarrestarias?, aunque claro ha sido a través del tiempo que se han descubierto vacunas y medicamentos contra tan terribles males, otros han caído en sus garras y les ha ocasionado la muerte.

veamos algunos ejemplos como estaba caracterizada la higiene en épocas anteriores.

Los primitivos mexicanos veneraban a Tocihatl o Tocio; divinidad de la medicina llamada teteuvinnon y Tlalli. su significado ha evolucionado;

su acepción primitiva (estudio de la conservación de la salud y la vida). (3)

Posteriormente nuestros descendientes mexicanos la caracterizaron de diferentes maneras según la época y los problemas con los que contaban para darle mayor o menor importancia.

En el código mendocino había reglas para la alimentación, vestimenta, lavado de boca, manos, limpieza de los baños y los cuartos de los aztecas. En la época virreinal e independiente las condiciones empeoraron, surgen epidemias, la fiebre amarilla y la tifo. Fray Toribio afirma que: la higiene en Tenochtitlan estaba tan bien organizada que jamás se ha registrado otra igual en la historia de esta ciudad. (4)

Como se puede apreciar en el código mendocino la higiene primeramente estaba organizada bajo ciertas reglas, posteriormente empieza a decaer, cuando surgen los descontentos por la lucha en el poder, se descuida tanto que, inmediatamente aparecen algunas epidemias y enfermedades infecciosas cobrando centenares de vidas.

Dichos autores nos señalan la manera como se encontraba la salud de las personas en diferentes épocas y como es de verse el ser humano mediante su

(3) BATALLA, Agustina, MÉNDEZ, Humberto. Higiene Escolar. Octava Edición, México, Ed Oasis, 1982. p 9.

(4) ALVAREZ, Rogelio. Et. Al. Enciclopedia de México Tomo VI. Segunda Edición, México, Ed Mexicana. 1977. pp 520 - 522.

ingenio y capacidad intelectual ha sido capaz de hacer grandes descubrimientos para ir contrarrestando algunas enfermedades a la par que se van utilizando métodos eficaces para conservar la salud.

Compete a las autoridades de salud pública mediante sus diversas dependencias (S.S.A. I.M.S.S. I.S.S.S.T.E.) así como a las escuelas públicas, privadas y particulares difundir que se preserve y se promueva la salud, coordinándose mutuamente y llevando a cabo diversas actividades donde se involucre la participación de la comunidad directamente hacia los niños y viceversa de los alumnos en edad escolar, y por supuesto refiriéndome especialmente a los que durante el presente ciclo escolar 1994 - 1995 cursan el cuarto grado de educación primaria, en la escuela "Benito Juárez" T/V. de Degollado, Jalisco.

Para que una persona tenga buena salud es imprescindible que exista limpieza en su persona y el medio donde él habita o se desenvuelve, es así como: **la higiene ha sido dividida**, en estos dos apartados.

Higiene personal: considerada también como higiene del cuerpo; (cabeza, oídos, ojos, bucal, manos, uñas, garganta, ingles, pies) del vestido de la alimentación, de la actividad físico-mental.

Higiene del medio: comprende los diversos lugares en los que el individuo permanece; el hogar, la escuela, el trabajo, y otros lugares. (5)

(5) BATALLA, Agustina, MÉNDEZ, Humberto. Ob. cit. p 11.

En este caso nos limitaremos a hablar un poco, única y exclusivamente de la higiene personal en el individuo, la manera como deben propiciarse algunas de las actividades donde se promueva el aprendizaje de prácticas y hábitos de mejoramiento y preservación de la salud. Aquí cabe mencionar que el niño deberá de conocer de manera elemental como funciona su cuerpo y los peligros a los que está expuesto si no realiza algunas prácticas cotidianas de limpieza.

Por lo que el maestro debe enfatizar, cuales son las funciones de algunas de las partes del cuerpo y el cuidado que requieren para su buen funcionamiento.

Valdría la pena empezar con el baño o **aseo del cuerpo**, que vendría siendo un medio de conservar limpia la piel, ya que proporciona sensación de bienestar y confianza en sí mismo; para tratar de lograr resultados benéficos es necesario que el docente tenga una serie de pláticas anticipadamente con sus alumnos, con los padres de familia y concientizarlos qué tan importante es para ellos una buena higiene, e inmediatamente empezar a realizar una serie de prácticas de aseo que se le conviertan en hábitos, ya que esto inicia en el hogar, y la escuela es la encargada de reforzar. La piel pues elimina sudor a través de los poros y dicha función contribuye a que el organismo se libere de sustancias perjudiciales que al ponerse en contacto con el polvo obstruyen los poros y evitan el buen desempeño, por lo que es indispensable mantener la piel limpia.

A continuación presentamos algunos tipos de baño:

Regadera de agua fría: temperatura menos de 25 grados C, contraindicado para personas que padecen trastornos renales o del aparato cardiovascular y para los ancianos.

Regadera de agua caliente: mayor de 33 grados C, si son prolongados originan que el organismo al sudar pierda agua y produce debilidad, no es aconsejable.

Alberca o mar: Permiten la práctica del deporte, aunque es insalubre, puede perjudicar la piel, use gotas.

El mas recomendable es el de regadera con agua tibia: por sus condiciones higiénicas de 25 grados C - 30 grados C. (6)

Como ya dijimos para que nuestro organismo funcione bien es necesario crearle hábitos de limpieza en las diferentes partes que lo integran.

El órgano del oído permite reconocer los sonidos, y se encuentra situado a los lados de la cabeza, lo que los resguarda son los vellos y el cerumen (cerilla) que lo protegen del polvo, sin embargo puede sufrir algunas infecciones ya sea por limpiarlos con objetos puntiagudos o introducir objetos extraños como palitos, piedritas, botones, etc., con el fin de jugar o simplemente hacer chistes, cuando esto suceda será necesario acudir a personas que tengan experiencia al respecto. Los cuidados podrían consistir en evitar sonidos fuertes, no introducir objetos en los oídos, limpiarlos con cuidado, etc., entre las enfermedades mas frecuentes son:

(6) BATALLA, Agustina, MÉNDEZ, Humberto. Ob. cit. pp 97 - 98.

“sordera cerumen impactado, otitis externa, otitis media aguda, otitis media crónica, otitis media serosa”. (7)

Los ojos son dos órganos redondos denominados globos oculares por medio de los cuales el ser humano es capaz de ver, “para que funcionen bien es necesario el suministro de vitamina (A), que lo contienen frutas y verduras amarillas como la zanahoria” (8); los cuidados básicos podrían ser tales como éstos:

- *.- No frotarlos con las manos sucias, ya que podrían quedar microbios y producir algún tipo de infección.
- *.- Evitar golpes y heridas, no mojarlos.
- *.- Evitar salir al aire cuando estén calientes.
- *.- Leer a una distancia de 30 cm., en un lugar ventilado.
- *.- No fijar la mirada donde hay mucha luz.

(7) KRUPP, Marcus. “Oídos, Nariz y Garganta”, Diagnóstico Clínico y Tratamiento 16a. Edición. México, Ed. El manual moderno. S. A. 1981. pp 110 - 117.

(8) SEP, . Libro para el alumno Ciencias Naturales tercer grado. México, SEP. 1993. p 97.

*.- Que no falten frutas y verduras en la alimentación cotidiana.

Manifestaciones de enfermedades oculares: enrojecimiento, dolor, visión borrosa, secreción conjuntival, fatiga ocular, fotofobia, manchas frente a los ojos (miiodesopsia), cefalea, diplopía. Enfermedades oculares mas frecuentes: conjuntivitis, conjuntivitis bacteriana, conjuntivitis por virus, queratoconjuntivitis por chlamydia alérgica del recién nacido. (9)

El aseo de la boca: es sumamente importante para evitar el mal aliento, enfermedades de las encías y algunos otros padecimientos que puede sufrir el cuerpo debido al paso de microbios.

La limpieza de los dientes ayuda a evitar el deterioro de las piezas porque remueve los residuos que se quedan en ellas, para el lavado se recomienda cepillar la dentadura superior (de arriba hacia abajo) y la dentadura inferior (de abajo hacia arriba) o sea de las encías hacia afuera, tres veces al día después de cada comida. Se recomienda visitar al dentista cuando menos una vez al año, evitar hasta donde sea posible el consumo de golosinas, dulces, refrescos ya que facilitan la producción de caries dental que, "a la larga hacen que se pierdan las piezas dentarias afectadas, lo cual justifica la necesidad del aseo de los dientes después de tomar los alimentos". (10)

(9) KRUPP, Marcus. Ob. cit. p 100.

(10) BATALLA, Agustina, MÉNDEZ, Humberto. Ob. cit. p 99.

Aseo de las manos: aparte de que se ven bonitas, es un factor importante para evitar enfermedades ya que es una parte del cuerpo que está en contacto con microbios que dañan la salud.

Una buena medida de higiene es lavarlas al chorro de agua, antes de preparar los alimentos, antes de comer y sobre todo después de ir al baño, ya que con frecuencia las manos sucias llevan los microbios a la boca que causan grandes enfermedades.

El buen **cuidado de las uñas:** deberán recortarse regularmente es decir; cuando se vea que ya pueden acumular tierra o excremento porque aparte de esto entorpecen los dedos al trabajar, en cuanto a los padrastrós (pedacitos de pellejo que se levantan junto a las uñas) deberían de cortarse cuidadosamente y jamás arrancarlos, porque puede sobrevenir alguna infección o lesionar los tejidos de los dedos, no deben de morderse ya que dan muy mal aspecto y el morderlos se pone en peligro la salud porque se introducen bacterias a la boca.

La ingle es la parte que se encuentra en la raíz del muslo y la parte inferior del abdomen, debe de permanecer limpia todo el tiempo ya que de no ser así afecta al organismo principalmente al aparato reproductor ya sea masculino o femenino, puede producir hongos y ocasiona un olor insoportable.

“Los dolores inguinales son causados por distensión muscular o ligamentosa. Si el dolor va acompañado por hinchazón, puede ser síntoma de hernia inguinal o inflamación de los ganglios linfáticos de la ingle. (11)

Los pies componen una parte de las extremidades inferiores, siendo capaces de sostener a todo el cuerpo y se usan para caminar o correr, por lo que es de vital importancia mantenerlos bien aseados; cambiar de calcetines, buena ventilación, cortar las uñas, cuando se tome el baño secar cuidadosamente los dedos, de no tener los cuidados respectivos pueden surgir ciertas infecciones tales como:

Tiña plantar considerada como dermatosis aguda o crónica cuando es muy frecuente. La mayoría de las infecciones son causadas por especies de Trichophyton y Epidermophyton, los síntomas son: ardor, aguijonamiento o dolor, presenta también fisuras de los pliegues interdigitales intertrigo llamado también “pie de atleta” causado por contacto de calzado, polvos y barniz de uñas. (12)

Aseo de la ropa: ésta deberá mantenerse limpia, aunque esté un poco acabada, cambiarse con frecuencia para evitar que se alojen piojos, pulgas, chinches, etc., que son transmisores de enfermedades. La ropa deberá usarse de acuerdo al clima ya que su función es proteger al cuerpo de algo que pueda afectar

(11) LOCK, Stephen. Ob. cit. p 437.

(12) KRUPP, Marcus. Ob. cit. pp 75 - 76

su salud, cambios de temperatura, climas extremos y polvos. En cuanto a la ropa interior como está en contacto directo con la piel debe permanecer limpia ya que debido al sudor e impurezas contamina la piel.

Actividad físico - mental: los trabajos que cada persona realice por lo regular deberá ser de acuerdo a las energías o kilocalorías que elimine, para que ese individuo tenga un cuerpo saludable ya que si come poco y trabaja mas de lo debido, todo el tiempo mostrará cansancio y debilidad, de igual manera, después de que se tiene mucho tiempo trabajando el cuerpo está tenso y es necesario de un reposo o vacaciones para recuperar las energías gastadas. También es necesario que un organismo duerma tranquilamente de (6 - 8) horas diarias.

Higiene de la Alimentación: Ya se ha manejado con anterioridad que, higiene es una serie de disposiciones que se toman para conservar limpio el organismo, o en su caso alimentos, siempre y cuando a diario se tomen las medidas pertinentes que puedan convertirse en hábitos, por ejemplo: higiene personal; los utensilios que se utilizan para hacer y guardar comida, los lugares de trabajo y descanso, y los propios alimentos.

Tomando en cuenta que un mal manejo de alimentos hacen que se echen a perder, y ocasionaría pérdidas económicas y con las devaluaciones del peso que actualmente se tienen, sería fatal para la familia aumentando así mas la deficiente

alimentación, comida chatarra se consume mas, y el riesgo de enfermedades por infecciones intestinales, o parasitosis.

Podrá decirse que la contaminación de alimentos empieza desde su producción; ya sea regando con aguas negras, echando insecticidas, herbicidas, etc., el transporte; si éste no está bien aseado o frecuente lugares donde pueda haber mucha contaminación, la preparación; la persona deberá estar aseada cambiarse de ropa, recogerse el cabello, y sobre todo preparar y hervir los alimentos, lavar las frutas y las verduras con bastante agua, el consumo; las personas cuando menos deberán lavarse las manos antes de ingerirlos.

Los alimentos constituyen los materiales que el organismo aprovecha para la obtención de la energía y desempeño de sus actividades por lo que deben de reunir ciertas condiciones higiénicas para satisfacer las necesidades del organismo. (13)

Los alimentos que se preparen en la cocina de preferencia deben de comerse calentitos y del día, de no ser así se someterán a diversos procedimientos para conservarlos en buen estado entre otros se recomiendan los siguientes:

Salado o conservas: permiten la deshidratación. Enchilado o escabechado: salsa de vinagre. Refrigeración: conserva las propiedades nutritivas de los alimentos. Desecación: permite conservarlo mucho tiempo. (14)

(13) BATALLA, Agustina y MÉNDEZ, Humberto. Ob. cit. p 132.

(14) *Ibidem*.

En cambio lo que concierne a frutas y verduras deberán estar condicionadas para comerse, es decir; maduras y en buen estado, porque si se encuentran verdes o descompuestas pueden perjudicar al organismo, además bien lavadas al chorro de agua para evitar el contacto con microbios.

No obstante se pretende que los niños conozcan en que consisten dichos procedimientos para que en sus hogares puedan practicar el que gusten o el que mas se ajuste a sus necesidades, de este modo se conservan mas sus alimentos, los disfrutan mejor y les evitan enfermedades gastrointestinales.

cuando la persona conoce la manera de como ingerir los alimentos es necesario que practique ciertos hábitos para lograr una buena digestión.

- Ingerir los alimentos necesarios, de lo contrario produce trastornos digestivos.
- Tomar los alimentos a la misma hora.
- Efectuar una correcta masticación e insalivación.
- No realizar esfuerzos físicos ni mentales después de no haber ingerido alimentos, cuando menos media hora.
- Procurar defecar a la misma hora, de no ser así puede sufrir de dolor de cabeza y malestar local. (15)

Además es conveniente que las paredes, mesas, pisos en sí lo del trabajo permanezca limpio en cualquier momento, que los depósitos de basura si se

(15) Ibid. p 105.

encuentran dentro de la casa estén tapados, y que todos los días se saque la basura para evitar que se acerquen cucarachas, mosquitos, u otros animales perjudiciales para la salud.

El ser humano que logre lo anterior a través de la práctica de hábitos podemos decir que tiene muy pocas posibilidades de enfermarse, se considera un organismo sano, y es lo que se pretende con los niños de la investigación.

Mencionaremos del papel que desempeña la higiene en el individuo, un buen aseo personal permite despedir un olor agradable y coadyuva a una mejor socialización entre compañeros, ya que, ellos en todo momento desean interrelacionarse con niños y niñas bien aseadas.

Una alimentación adecuada en el niño de edad escolar y adultos podría considerarse como: aquella que le permita recuperar las energías gastadas en actividades realizadas durante el día y que a la vez los diferentes órganos del cuerpo desempeñen un buen funcionamiento, para lo cual deberá de comer vitaminas, proteínas, minerales, grasas, proporcionadamente.

De manera tal que el aseo, la alimentación, el trabajo, el descanso y la recreación proporcionan una garantía en la conservación de la salud.

En cuanto a la niñez se refiere, si no se toman en cuenta estos aspectos traerá como consecuencia pérdida de tiempo, bajo rendimiento escolar, desarrollo de gérmenes patógenos transmisores de una gran variedad de enfermedades y el alumno puede ser presa de alguno de ellos.

Otro aspecto importante es la higiene escolar, o sea el medio donde el niño permanece gran parte de su tiempo, aprendiendo las lecciones que le serán útiles en su vida cotidiana y en el futuro.

Estas son algunas recomendaciones para el aula:

- 1.- Es importante que dentro del aula permanezca una buena temperatura para que los niños no tengan la posibilidad de sufrir enfermedades de las vías respiratorias (tos, gripa, etc.).
- 2.- Que la temperatura no sea demasiado alta, ni demasiado baja ya que molestaría y dificultaría el mantenimiento de la atención.
- 3.- El mobiliario deberá ser adecuado, que no le produzca deformaciones en el esqueleto (columna vertebral), obligándolo a trabajar en condiciones incorrectas e indeseables.

De esta manera se les inducirá a practicar hábitos higiénicos ya que constituye una ayuda eficaz para la educación de los niños.

En lo que concierne a las teorías del desarrollo infantil precisan algunas características del niño que ayudan al maestro a utilizar medidas pedagógicas apropiadas a situaciones que se le van presentando en su quehacer cotidiano.

Los alumnos del caso a estudiar pertenecen al cuarto grado de primaria y están comprendidos entre los (8 - 12) años de edad aproximadamente. Piaget Jean en sus investigaciones realizadas sobre el desarrollo mental del niño encontró ciertos patrones de conducta que a una determinada edad actuaban de diferente manera y los clasificó en períodos o estadios.

- Sensorio-Motriz: 0 - 2 años; guiado a través de actividades.
- Preoperatorio: 2 - 7 años; aparece el lenguaje y las imágenes mentales, acciones imaginadas.
- Operatorio-Concreto: 7 - 12 años; introduce contenidos.
- Operatorio formal: 12 - 15 años; carácter hipotético deductivo. (16)

dichos alumnos según los estadios de Piaget se encuentran clasificados dentro del período de las operaciones concretas donde aparece la lógica, los sentimientos morales y sociales de cooperación.

(16) DEP, Ciencias de la Naturaleza. "Piaget y el curriculum de ciencias", en UPN Antología. Una propuesta pedagógica para la enseñanza de las ciencias naturales. México. SEP / UPN, 1993. pp 111 - 133.

A esta edad los niños desean tener un maestro que cuente con una gran iniciativa para que les brinde confianza y los oriente de la mejor manera hacia el trabajo mutuo, de cooperación, así como el juego en convivencias, etc., ya que se les presenta todo un mundo lleno de oportunidades, los cuales deberán de adquirir de una u otra forma para que a través de sus experiencias directas vayan logrando un desarrollo integral. Además presenta ciertas características mediante determinados aspectos que van interrelacionados con el fin de facilitar su organización.

-Aspecto cognoscitivo: está relacionado con la evolución del razonamiento y del lenguaje. El niño se interesa por el origen o causa de los hechos. da soluciones a un mismo problema, su pensamiento es mas lógico.

-Aspecto socioafectivo: tiene un gran interés y capacidad por relacionarse con los demás. Se inician sus propios valores.

-Aspecto psicomotriz: se refiere a los avances en el dominio de movimientos corporales. Desarrolla sus capacidades motrices y artísticas; teatro, juegos. (17)

Las características citadas anteriormente son algunas de las mas viables que pueden presentar los alumnos de cuarto grado de primaria en general. Pero claro no todos los grupos son homogéneos es decir; no presentan las mismas características y puede ser debido a ciertos patrones como: herencia, desarrollo mental, medio ambiente, la familia, la escuela, la salud, la alimentación, etc., de manera tal que, si el niño se ve afectado por alguno de éstos, lógico es pensar que ciertas habilidades nos las desarrollará plenamente.

(17) SEP. Libro para el maestro cuarto grado. México, SEP, 1983, pp 12-15.

Estas son algunas de las características que a lo largo del ciclo escolar 94/95 se han observado en los alumnos de cuarto grado de dicha institución.

- Poseen un lenguaje inculto con gran repertorio de palabras obscenas y ridículas.
- Desean hacer sus trabajos juntos pero no logran integrarse debido a la apatía que predomina entre ellos.
- Quieren establecer sus propias normas tanto para el trabajo como para el juego a base de enojos e imposiciones.

Estos niños en su mayoría son afectados por; limpieza, alimentación problemas familiares, dando como consecuencia un rendimiento escolar medio - bajo, y algunas inasistencias ya que afirman: "no vine ayer a clases porque mi papá tomó licor y no llegó a la casa", "no vine porque no comí y no teníamos que comer", "falté porque estaba enfermo", "fui a trabajar con mi papá y llegamos tarde", ante tales afirmaciones de niños, se habla con ellos al respecto y se les invita a que ayuden de una u otra manera a sus familias, pero también asistan regularmente a clases y cuidar todo el tiempo su higiene para evitar enfermedades y mejorar su apariencia personal.

CAPITULO III

MARCO CONTEXTUAL

En el grupo de cuarto grado de la escuela primaria urbana federal " Benito Juárez " T/V. clave: 14DPR2043L, ubicada en Calzada de la Paz # (1) de la localidad de Degollado, Jalisco, está integrado por 30 alumnos de los cuales 15 son hombres, y 15 son mujeres, por su edad cronológica oscilan entre los (8 - 12) años de edad respectivamente.

Dentro de la sociedad las personas buscamos mejores condiciones de trabajo para tener un nivel de vida mas digno y decoroso con nuestras familias, y es precisamente en los pequeños donde se refleja la forma de vida de un hogar y mas aún si éstos ya asisten a la escuela, el maestro mediante la observación directa y entrevistas con sus alumnos y padres de familia se da cuenta de su manera de vivir desde: alimentación, vestido, salud, nivel cultural, etc.

Se ha observado que en este grupo la mayoría de los niños asisten a clases de una manera indeseable como por ejemplo: con sus ropas viejas y sucias, los que usan zapatos despiden un olor desagradable porque traen los calcetines sucios si es que son hombres, y si son mujeres traen las tobilleras sucias, otros porque solo usan zapatos o tenis sin calcetines y el pie huele mal y los que se ponen huaraches ya

sea de piel, lona o hule claramente se nota que tienen días de no asearlos y con sus uñas largas, en lo que respecta a la cabeza, y los que se peinan; pocos traen el pelo limpio, a otros se les nota el pelo sucio algunos mas que no se peinan, y 5 niños que son portadores de piojos los cuales representan el 16.66% del total de alumnos siendo un porcentaje considerable y de suma importancia por resolver, ya que de no ser así afectaría al resto del grupo.

La higiene bucal está en pésimas condiciones, ya que 22 de los 30 alumnos tienen dos o tres piezas picadas, algunos dientes con sarro y los demás amarillentos; las manos sucias y las uñas grandes y negras como la noche por la mugre que traen, albergando una gran cantidad de microbios causantes de enfermedades.

Por lo que se buscará el empleo de estrategias didácticas adecuadas y la concientización de padres e hijos para lograr hábitos de higiene personal, de igual manera hablarles sobre la importancia que tiene el asistir a un centro de salud para que les sean revisados sus dientes y aminore el problema bucal.

Por ende compete a la escuela primaria lograr una formación de hábitos de higiene personal en el niño para que le permita realizarse satisfactoriamente en el mundo de hoy y del mañana, ya que día tras día las personas se están enfrentando a diversos problemas y fenómenos que ocurren a su alrededor, de modo que para

resolverlos y explicarlos se emplean aquellos conocimientos que se han elaborado de la experiencia cotidiana y los adquiridos en la escuela.

Durante varios años se han utilizado los mismos programas donde los maestros son expositores y los alumnos receptores quienes deberán acatar todas las disposiciones, aprender memorísticamente un gran número de nombres y fechas al pie de la letra para que sean buenos estudiantes.

A partir de 1993 la S. E. P. (Secretaría de Educación Pública) elaboró un plan y programas de estudio para mejorar la calidad de la educación y así atender las necesidades básicas de aprendizaje de los niños mexicanos, con ciertos contenidos que los alumnos deberán asimilar.

- Adquieran habilidades en lectura y escritura y la aplicación de las matemáticas a la realidad.
- Adquieran los conocimientos para comprender los fenómenos naturales, como la preservación de la salud y su medio ambiente.
- Conozcan sus derechos y deberes y la práctica de valores en su vida personal y relaciones con los demás.
- Desarrollen aptitudes para el ejercicio físico y deportivo. (18)

Para el logro de dichos contenidos básicos se realizó un calendario anual de 200 días laborales conservando la jornada de 4 horas de clase al día. Un tiempo de trabajo escolar de (800) horas anuales.

(18) SEP. Plan y Programas de Estudio, Educación Básica Primaria. México, SEP, 1993. p 13.

A continuación aparece un diagrama donde se presenta la organización de las asignaturas y la distribución del tiempo de trabajo en el cuarto grado.

Educación primaria / plan 1993

Distribución del tiempo de trabajo (3ro, 4to, 5to, 6to.)

ASIGNATURA	HORAS ANUALES	HORAS SEMANALES
ESPAÑOL	240	6
MATEMÁTICAS	200	5
C. NATURALES	120	3
HISTORIA	60	1.5
GEOGRAFÍA	60	1.5
EDUC. CÍVICA	40	1
EDUC. ARTÍSTICA	40	1
EDUC. FÍSICA	40	1
TOTAL	800	20

(19)

Dentro del aula, para abordar los contenidos y lograr los objetivos propuestos; es necesario organizar el trabajo integrando equipos para el juego, el aseo, cuidado de anexos, y en sí toda actividad que se realice en el aula y fuera de ella, los equipos se irán rotando para que tengan la oportunidad de conocerse y la forma como trabajan.

Es necesario recomendar a los niños la revisión del aseo, el cuidado y la limpieza de los útiles escolares, pues es indispensable que toda persona practique el aseo donde vive y donde trabaja y la escuela debe exigirlo todos los días, pues no debe trabajarse en aulas sucias, los mesabancos o las butacas no deben de estar rayadas ni manchadas, sino en condiciones aceptables, pues el aseo en la escuela es una enseñanza, una práctica y una necesidad.

La escuela donde se realiza dicha investigación se encuentra establecida en la parte oriente de la población, fue construida en un terreno de forma rectangular con estas medidas (65 x 103 mts.) que donó el comité de Moradores de dicho poblado el 21 de abril de 1978.

El C.A.P.F.C.E. construyó cuatro (4) aulas y una dirección de: tabique, lámina de fierro, con su respectivo hormigón, cada una consta de (6 x 8 mts.) 22 ventanas de 1.5 mts. de largo por 0.60 mts. de ancho, 12 ventanas por la parte norte y 10 ventanas por la parte sur, las cuales permiten una buena ventilación para los

alumnos, la Dirección es de (4 x 8) mts., ocho (8) ventanas, cuatro (4) por la parte norte y cuatro (4) por la parte sur de las mismas medidas que tienen las aulas.

Posteriormente el H. Ayuntamiento de Degollado contribuyó para la realización de cuatro (4) aulas mas y dos baños uno para niños y otro para niñas de tabique y bovedilla siendo sus medidas las siguientes: (2) aulas de (9 x 5 mts.) con dos ventanas al norte y dos ventanas al sur cada aula, las otras dos aulas restantes de (6 x 5 mts.) con dos ventanas al norte y dos ventanas al sur respectivamente, los baños tienen unas medidas de cuatro de ancho por cinco de largo.

En 1994 la escuela entra al programa de "solidaridad" y se arregla el patio cívico que funciona también como canchas de voleibol y básquetbol.

Para que una maquinaria funcione perfectamente necesita estar en buenas condiciones, de igual manera para que una escuela cumpla con la ardua tarea educativa se necesita de la función esencial de un Director para que coordine los trabajos a realizar por los maestros.

El plantel educativo es un escuela de organización completa que consta de siete (7) maestros frente al grupo y un Director que es el encargado de velar por los intereses de la institución, al inicio del año escolar en previa reunión se reparten los grupos, así como las distintas comisiones de las cuales cada maestro estará al

frente tales como: higiene, puntualidad, disciplina, deportes, técnico pedagógico, periódico mural, secretario, tesorero; encargado de la cooperativa, etc., los docentes en coordinación con el Director citan a los padres de familia para tratar los asuntos relacionados con sus hijos, de la escuela y firmar las boletas de calificaciones, se hacen reuniones de consejo técnico con el fin de resolver los problemas que se van presentando; cuando hay cursos de capacitación para el magisterio, concursos de conocimiento, deporte o culturales por parte de los niños, aunque cabe destacar que para la realización de tales eventos se pide la colaboración de la Asociación de Padres de Familia mismos que ayudan con gran entusiasmo al ver que son sus propios hijos los que participan, de esta manera los padres son involucrados en la educación pues, "en el hogar y la comunidad la educación es espontánea, en la escuela es sistemática". (20)

Primeramente iniciaremos por dar un esbozo general de lo que es una comunidad y los componentes que la integran.

Comunidad: unidad social con ciertas características especiales que le dan una organización en una área delimitada, con ciertos habitantes y una mutua comprensión.

Componentes: 1.- Grupo con una serie de relaciones internas. 2.- Territorio que ocupan los miembros de la comunidad. 3.- Recursos técnicos: conocimientos, experiencias, herramientas. 4.- Estructuras organizadas para satisfacer las necesidades. 5.- estratificación social con intereses comunes u opuestos. (21)

(20) VARIOS. "La organización en la escuela primaria", en Gran Enciclopedia Temática de la educación. Vol. I, México, Ed. Ediciones técnicas educacionales 1979. p 53.

(21) POZAS, A. Ricardo. "El concepto de la comunidad" en UPN Antología Escuela y Comunidad, México, SEP/UPN, 1987. pp 119-121.

Degollado es el municipio número 33 del estado de Jalisco, se encuentra **ubicado** al oriente de la entidad a una altura de 1705 metros sobre el nivel del mar su cabecera municipal se encuentra al centro del municipio con una extensión de 310 Km². Limita al norte con el municipio de Jesús María, al sur con el estado de Michoacán, al oriente con el estado de Guanajuato, y al poniente con el municipio de Ayotlán perteneciente al estado de Jalisco, cuenta con dos presas: la Pólvora y los arrayanes y cuatro nacimientos de agua. Enseguida la historia del pueblo.

Reseña de Degollado, existió un rancho llamado los Encinos, compuesto por (8) familias que vivían en jacales de zacate, un hombre llamado Ignacio Peña era el dueño del terreno, ofreció venderlo para la fundación de un pueblo de ahí que se solicitaron moradores de todas partes, y al término de (2) años había varias familias de los Altos por tal motivo se optó porque el rancho se le llamara en orden eclesiástico San Ignacio de los Encinos y en orden civil se le llamó San Ignacio de Morelos. Luego Ignacio Peña, Severiano Macías, Irineo Hernández se presentaron ante el coronel Ángel S. Bravo para que fuera intermediario ante el Gobernador Ignacio L. Vallarta para que se hiciera Cabecera Municipal, quien a su vez aceptó pero con la condición de que le cambiaría de nombre, por el del incansable y valiente general Santos Degollado, quien dejó a la Patria un timbre de gloria por sus hechos de armas, conduciendo al partido liberal a la victoria, por tal motivo a este lugar se le dio dicho nombre. (22)

La sociedad está formada por clase baja (obreros, campesinos, pequeños comerciantes), clase media y una minoría clase alta, en su gran mayoría son católicos, e ideas políticas democráticas.

(22) QUEZADA, Margarito, Breve Historia del Pueblo de Degollado, Jalisco., mecanuscrito, s/f. pp 9.

Celebran las fiestas patronales del 1ro. al 12 de diciembre en honor a la patrona la Virgen de Guadalupe, y el 29 de septiembre día de San Miguel Arcángel con música y juegos pirotécnicos, además de las fiestas patrias y las tradicionales, la semana mayor con viacrucis viviente y los altares del viernes de Dolores, la conmemoración de los fieles difuntos, la fiesta de Santa Cecilia (patrona de los músicos) el día 22 de noviembre, serenata los domingos con la banda del pueblo.

Cuenta con un alumbrado público, rastro municipal, cementerio, seguridad pública y seguridad vial, oficinas de correo y telégrafo , caseta telefónica con servicio de larga distancia, mercado.

El material con que están construídas las viviendas son de materiales diversos: tabique, block, adobe, madera, láminas de cartón, lámina de asbesto, metálica, etc., en cuanto al tipo de pisos hay: mosaico, intercerámica, cemento o firme, tierra. Excretas en las viviendas; drenajes, letrina, al aire libre.

Infraestructura Escolar

TIPO	PREESCOLAR	PRIMARIA	SECUNDARIA	PREPARATORIA
ESTATAL	1	4	1	DEPENDIENTE DE LA U DE G (1)
FEDERAL	2	4	0	
PARTICULAR	1	1	1	
INEA	0	1	1	
TOTAL	4	10	3	1

La porcicultura, una de las principales fuentes de ingresos económicos, se practica por la mayor parte de la población económicamente productiva. Se estima un total de (173) productores a gran escala, de los cuales se obtienen un número aproximado de (18000) cerdos por mes, en su mayoría para exportación a México, Guadalajara y Michoacán.

Respecto a artesanías se trabaja principalmente la cantera la cual tiene una gran demanda a nivel internacional debido a su calidad.

La ganadería y la agricultura no es muy abundante, se produce principalmente maíz, sorgo, trigo y garbanzo, enfocados para la alimentación de la ganadería en su mayoría.

La fauna nociva es muy variada, pero se puede hablar principalmente de la mosca, los roedores y mosquitos, debido a la porcicultura dentro y fuera de la población.

Para la disposición de la basura se cuenta con 2 camiones recolectores que trabajan diariamente, los cuales depositan la basura en el basurero municipal que se acaba de instalar en el año pasado (1994) a 5 km. de la cabecera municipal.

Problemas de salud: el fecalismo al aire libre, ya que en las colonias Solidaridad ubicada al oriente y San José Buenagua ubicada al norte de la población aún no se ha instalado el drenaje y las personas tienen gran apatía por llevar a cabo las medidas higiénicas, lo cual aumenta el número de casos de parasitosis y de diarrea.

Recursos humanos para la salud

ORG.	MÉDICOS	ENFERMERAS	PARAMÉDICOS	AUX. SALUD	ADMÓN.
SSA	4	4	1	8	0
IMSS	1	1	0	0	1
DIF	1	0	0	0	0
OTROS	16	0	0	0	0
TOTAL	22	5	1	8	1

NOTA: no se cuenta con ISSSTE.

Se ha mencionado la falta de drenaje en las colonias (San José Buenagua y Solidaridad) donde la mayoría de las personas defecan al aire libre, los lotes que aún no terminan de edificarse están convertidos en auténticos basureros, la actividad predominante que es la porcicultura permite que se desarrolle gran parte de la fauna nociva; ratas, moscas, mosquitos, zancudos, cucarachas, etc., todo esto representa un grave peligro para las personas que allí habitan y la escuela poco puede hacer al respecto, en el caso de la basura, organizar campañas de aseo con los alumnos.

Además existen otros agentes que son causantes de que no se disfrute de buena salud como por ejemplo:

- 1.- Desconocimiento de los padres para practicar una buena alimentación, y facilitar que consuman alimentos chatarra.
- 2.- Falta de aseo en los alimentos que consumen.
- 3.- No hervir el agua que se va a tomar.
- 4.- No practicar los principales hábitos de higiene personal.

De tal modo que se buscarán estrategias didácticas para practicarse con los niños y mejorar su higiene y dieta alimenticia.

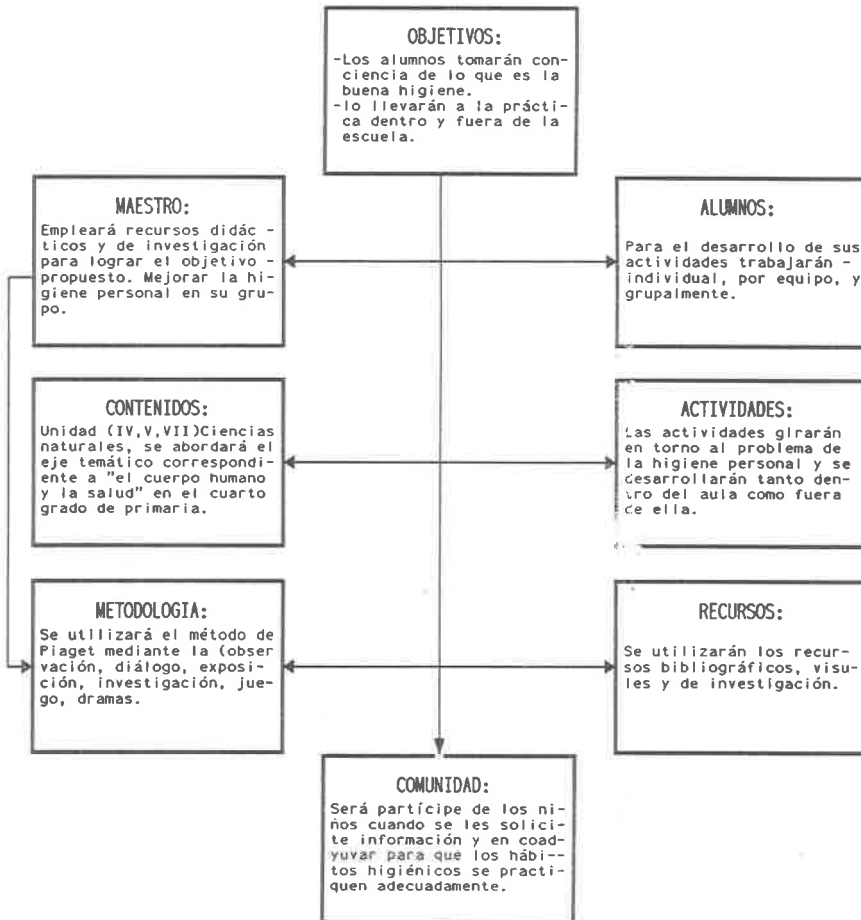
CAPITULO IV

ESTRATEGIA DIDÁCTICA

ESTRUCTURA DE LA PROPUESTA: La higiene personal en el cuarto grado de educación primaria.

OBJETIVO GENERAL: Que los alumnos comprendan las causas y consecuencias de la higiene dentro del proceso salud-enfermedad y adquieran conocimientos teóricos y prácticos que les permitan practicarlos.

FLUJOGRAMA



En el presente trabajo se ha insistido en, la importancia que tiene la salud para el ser humano mediante una buena higiene de: nuestro cuerpo, los alimentos que consumimos, así como en los lugares en los que pasamos la mayor parte del tiempo como es; la casa, la escuela, los lugares de diversión, y la calle, ya que es la base fundamental para que al niño le funcione bien su organismo y tenga deseos de asistir a la escuela para realizar sus trabajos satisfactoriamente, al mismo tiempo le permite tener una visión más amplia de algunos problemas de salud dentro de su contexto social y coadyuvar hasta donde sus posibilidades lo permitan.

Si se quiere que el niño goce de buena salud y al mismo tiempo pueda contribuir con su medio que le rodea es necesario inducirlo a que practique cotidianamente los hábitos de higiene mas indispensables que el organismo necesita para su buen funcionamiento. Aquí el maestro enseñará paso a paso los hábitos más recomendables que deberán de seguirse para preservar la higiene tanto personal como familiar.

El maestro debe tener buena presentación ante su grupo para que los alumnos mediante el ejemplo y motivados por una serie de actividades tengan el deseo, o les surja la necesidad de practicar ciertos hábitos higiénicos, ya que para lograr esto es a base de prácticas y que los niños vayan creando conciencia que es necesario hacerlo día tras día .

Objetivos

Puesto que se ha observado a los alumnos del cuarto grado de la escuela primaria "Benito Juárez" T/V. la manera de como asistir a clases; siendo la de poco aseo personal, se pretende alcanzar el siguiente objetivo general.

- Que los alumnos comprendan las causas y consecuencias de la higiene dentro del proceso salud-enfermedad y adquieran conocimientos teóricos y prácticos que les permitan actuar en diferentes situaciones.

Para lograr lo anterior se deberá:

- Dar una explicación detallada de los prejuicios que puede ocasionar una mala higiene personal, en el hogar y en la escuela.
- Crear hábitos satisfactorios de higiene personal cotidianamente.
- Orientar adecuadamente a los alumnos para desarrollar hábitos de higiene de los alimentos y conductas que favorezcan mejor su aprovechamiento.
- Desarrollar el hábito de acudir al centro de salud para recibir las vacunas, o para que puedan detectarles alguna enfermedad.

- Fomentar en el niño la costumbre de beber agua hervida y limpia.

Las actividades didácticas que se sugieren se implementarán en un lapso de (4) semanas consecutivas para comprobar la funcionalidad de las estrategias utilizadas que coadyuvan al mejoramiento de la salud del individuo. Siendo este el propósito de la asignatura de ciencias naturales, la cual ha sido organizada en cinco ejes temáticos que se desarrollan a lo largo de los seis grados de educación primaria, siendo los siguientes: "Los seres vivos. El cuerpo humano y la salud. El ambiente y su protección. Materia, energía y cambio. Ciencia, tecnología y sociedad". (23)

Por lo que respecta al problema de la higiene tocaremos el eje temático de "El cuerpo humano y la salud" el cual está formado de la siguiente manera:

En dicho eje se organiza el conocimiento de las características anatómicas y fisiológicas del organismo humano relacionándolo con la idea de que de su adecuado funcionamiento depende preservar la salud. Pretende que los niños se convenzan de que las enfermedades mas comunes pueden ser prevenidas, ya que cuando el cuerpo está saludable se ha puesto en practica los hábitos adecuados de alimentación e higiene (24).

Las actividades que se proponen para el logro de dicho objetivo son las que a continuación se mencionan:

(23) SEP. Plan y Programas Educación Básica Primaria...p 75.

(24) Ibid. p 76.

- *.- Registrar los alimentos que consumen las familias de los niños durante una semana.
- *.- Consultar cuales son los componentes básicos de los alimentos y ver si están en su dieta o no.
- *.- Realizar carteles con ilustraciones con algunas combinaciones de alimentos nutritivos .
- *.- Hacer carteles de alimentos "chatarra" y los prejuicios que ocasionan.
- *.- Hacer una lista de las enfermedades más comunes que han padecido los niños del grupo.
- *.- Realizarán entrevistas con padres de familia para preguntar, ¿qué enfermedades han padecido? ¿qué se siente? ¿cómo las han contrarrestado?.
- *.- Se organizará a los niños por equipos para que ellos mismos revisen su aseo personal.

Lunes equipo (1) "Las Cruces", que asistan limpios (presentación personal).

Martes equipo (2) "Los Pumas", aseo de cabeza y oídos.

Miércoles equipo (3) "Las Mariposas", aseo de la ropa.

Jueves equipo (4) "Toros", aseo de las manos, y cuidar que traigan las uñas recortadas.

Viernes equipo (5) "Estrellas", higiene bucal.

- *.- Practicar el juego de serpientes y escaleras mediante dibujos relacionados con la higiene.
- *.- Hacer que los niños lleven pasta y cepillo dental para indicarles la forma correcta del cepillado de los dientes.
- *.- Se presentará la obra titulada "Las Moscas somos libres".
- *.- Se les recalcará que asistan periódicamente al centro de salud a recibir sus respectivas vacunas para evitar enfermedades contagiosas.
- *.- Practicar la importante función que tiene la vista mediante la realización de trabajos con los ojos vendados.

*.- Elaborar dibujos sobre las distintas formas de purificar el agua para beber.

Recursos didácticos y de observación de los cuales nos valdremos para el desarrollo de dichas actividades.

- Conocimientos, hábitos de higiene y de alimentación que poseen los alumnos para preservar la salud.
- Cartulinas, papel, colores, lápiz, marcadores, pizarrón, gises de colores, etc.
- Periódico mural; revistas y folletos de higiene que proporciona la SSA.
- Rotafolios, entrevistas, registros anecdóticos, etc.

Algunas explicaciones sobre la manera de como usar los recursos didácticos en la aplicación de las actividades de aprendizaje que se proponen.

Como muestrario de hábitos higiénicos y demás, que los alumnos no deben olvidar es necesario utilizar, "El periódico mural: es un medio de comunicación visual formado por ilustraciones por una serie de noticias, informaciones, dibujos,

fotografías, avisos, que se presentan sobre un tablero colocado en un espacio libre de acceso al público". (25)

Para el juego de serpientes y escaleras se requiere de una cartulina la cual se divide en (40) cuadros iguales y se les escribe un número correspondiente, en un cuadro se hace un dibujo que represente un buen hábito y de ahí inicia una escalera la cual va a terminar en un cuadro mas arriba donde está otro dibujo que es la consecuencia del buen hábito, en otro cuadro se encuentra un dibujo de un mal hábito e inicia una serpiente la cual baja hasta donde se encuentra la consecuencia del mal hábito.

Los alumnos integrados por equipo revisarán el aseo a sus propios compañeros personalmente, dependiendo del día y lo que les corresponda.

El grupo en general es partícipe de la obra de teatro, unos niños se visten de moscas, mientras otros permanecen en sus lugares con una comida determinada y el niño que no cuida su alimento las moscas disfrutan de un buen banquete.

A continuación presentamos un ejemplo-clase, en un día de completa tranquilidad como cualquier otro, se trabaja con la materia de ciencias naturales con

(25) ILSE, "Como planear apoyos didácticos con medios de comunicación a bajo costo", en UPN Antología, Medios para la Enseñanza. México, SEP/UPN, 1988. pp 295-315.

el tema de "la higiene personal", cuando de pronto un niño hace la siguiente pregunta ¿porqué nos enfermamos? todos en general se interesan y se escuchan varios comentarios.

¿Porqué nos enfermamos?

(8) de mayo

Laura.- Las enfermedades siempre nos llegan a todos.

Juan.- Pues claro porque somos personas.

Alejandro.- No nada más las personas nos enfermamos.

Efrain.- Por supuesto que no, mi mamá tiene un puerquito que está engordando, y el otro día se enfermó.

Laura.- También los gatos y los perros se enferman.

Profesor.- Muy bien ¿creen ustedes que solo las personas y los animales se enferman?

Claudia.- Yo creo que sí, porque tienen vida.

Alejandro.- También las plantas tienen vida y se mueven.

Erika.- Las plantas no se mueven.

Enrique.- Sí, el viento las hace que se muevan.

Erika.- Ah! eso sí. Pero las plantas solas no se mueven ¿verdad?

Marisol.- Eso sí que no.

Profesor.- Ahora que saben que las personas, los animales y las plantas tienen vida, investiguemos si también las plantas pueden enfermar.

(9) de mayo

Laura.- Yo investigué que si las plantas tienen vida también se enferman.

Luis.- Las plantas se pueden enfermar o caerles plagas.

Miguel.- Se enferman y se ponen marchitas.

Profesor.- Efectivamente, es como cuando nosotros los humanos nos enfermamos,

sentimos dolor, nos ponemos tristes, nos salen granos, cualquier otro tipo de síntoma dependiendo de la enfermedad que nos haya atacado. De igual manera enferman las plantas.

Efrain.- Entonces las plantas, los animales y los humanos enferman.

Yesenia.- Si, todo lo que tiene vida se enferma.

Profesor.- Así es, todo ser viviente a lo largo de su vida pasa por ciertas etapas y en alguna(s) de ella(s) puede sufrir anomalías debido a causas de origen natural como: epidemias, accidentes, etc., o también puede ser provocadas por no atenderse bien. Veamos lo que beneficia a nuestro organismo.

(11) de mayo

Claudia.- Comer frutas y verduras que no estén verdes ni echadas a perder.

Alejandro.- Jugar fútbol todos los días para hacer ejercicio y que el cuerpo esté sano.

Laura.- Comer leche, carne, huevos y pescado.

Yesenia.- Tomar agua hervida.

Profesor.- Creen que es saludable comer mucho para que nuestro organismo esté en buenas condiciones.

Enrique.- Yo pienso que no, porque luego uno se pone panzón.

Francisco.- Mi hermano Gustavo está bien gordo porque es muy comelón, pero es flojísimo nunca hace nada y cada rato dice que se siente ahogar, yo creo que estar gordo es malo ¿no maestro?

Miguel.- Es mejor estar flaco, así uno puede jugar, correr, y hacer todo lo que uno quiera.

Profesor.- Muy bien, algo más que podamos agregar para el cuidado del cuerpo.

Guadalupe.- Ir al centro de salud para que nos pongan las vacunas.

Efraín.- Bañarnos para estar limpios.

Norma.- Lavarnos la boca después de comer para que no huela feo, porque después nadie se nos quiere arrimar para platicar.

Erika.- Que nos quiten los piojos porque se ven muy feos y nos están chupando la sangre de la cabeza y después no aprendemos.

Juan.- Cortarnos las uñas y traer las manos limpias.

Concepción.- Lavarnos las manos antes de comer y después de ir al baño.

Profesor.- Exacto, han mencionado algunas cosas que son importantísimas para el buen cuidado del organismo. Ahora hagan las siguientes cuestiones con sus familiares y vecinos. ¿qué enfermedades han padecido? ¿cómo se dio cuenta? ¿cómo se alivió? ¿cómo se evitan enfermedades?

(12) de mayo

Miguel.- En mi casa se han enfermado de gripa, tos, anginas, se dieron cuenta porque les empezó a salir muchos mocos y dolor en la garganta, se aliviaron tomando jarabe, pastillas, con inyecciones y cuidándose de no mojarse.

Norma.- Mis hermanos y yo hemos tenido fiebre, diarrea, vómito, y se siente uno bien débil porque no queda nada en el estómago, bien caliente, y que todo le dá vueltas, nos hemos aliviado tomando líquidos, suero y pastillas para el dolor de cabeza.

Profesor.- De que manera podemos evitar este tipo de enfermedades.

Laura.- No acercarnos a las personas que tienen gripa porque se nos pega.

Enrique.- No comer en el mismo plato que comen los enfermos.

Manuel.- Caminar con zapatos, porque si caminamos descalzos nos pegan anginas.

Francisco.- Si comemos cosas echadas a perder, frías o sucias, nos enfermamos del estómago y nos pega chorrillo.

Erika.- Maestro, a mi mamá le pegó la viruela y el sarampión, que se puede hacer para evitar esas enfermedades.

Profesor.- Pues bien, existen ciertas enfermedades que son contagiosas, se transmiten por medio de unos animalitos chiquitos llamados "virus" que al entrar a un organismo débil o sin defensas produce la enfermedad, y para evitar esto es necesario recibir todas las vacunas.

Guadalupe.- Entonces es necesario preguntarles a nuestras mamás si ya tenemos todas las vacunas para no enfermarnos.

Todos.- Si, claro que sí.

Profesor.- Muchachos después de lo investigado y las actividades realizadas podrían escribir ¿porqué nos enfermamos?.

“Las enfermedades provienen principalmente por la falta de alimentos nutritivos, no lavar todos los alimentos que consumimos, falta de aseo personal, cuando las personas no fueron vacunadas antes de que les pegara alguna enfermedad, y por acercarse a las personas que tienen enfermedades contagiosas”.

(26)

Actividad número (1) “vale más tarde que nunca”

Objetivo:

Que los alumnos conozcan cuales son los hábitos higiénicos personales más importantes y la forma de prevenir algunas enfermedades de las más comunes.

La actividad inicia haciendo una comparación entre dos personas; un hombre de la calle con un aspecto desagradable, y un hombre totalmente diferente, es decir; todo lo contrario, con una buena presentación ante la sociedad, se

(26) Trabajo escrito por el equipo número (5) denominado “Las Estrellas”.

acomoda a los niños con todo y butaca de manera tal que se forme un círculo para emplear la técnica denominada mesa redonda, donde el maestro expondrá cuales son los hábitos básicos de higiene personal, entre ellos.

Primer día

- Bañarse de acuerdo a como sus posibilidades lo permitan pero siempre y cuando permanezcan aseados.
- Lavarse las manos antes de comer y después de ir al baño.
- Lavarse los dientes después de cada comida o cuando menos una vez al día y visitar al dentista 1 ó 2 veces al año.
- Comer alimentos que les nutran y evitar los alimentos chatarra.
- Tomar agua hervida o purificada.
- Que les sean puestas todas las vacunas.

Una vez que el docente haya dado a conocer lo anteriormente expuesto se procederá a formar equipos de 4 - 6 niños según sea el alumnado, para que en

cartulinas dibujen o peguen ilustraciones de hábitos de higiene que se colocarán a la entrada del salón para que permanezcan a la vista de todos.

Segundo día

- Se revisa el aseo personal (debe aclararse que la revisión se realizará todos los días con el fin de crear hábitos).

- Por equipos se hace un listado de los alimentos que consumen las familias durante una semana.

- Se separan los alimentos nutritivos de los chatarra.

- En cartulinas se escriben los nombres y se ilustran con dibujos.

- Se utiliza la entrevista para realizar la siguiente investigación.

Tercer día

- 1.- Enfermedades causadas por microbios.

- 2.- Enfermedades padecidas por la comunidad.

134324

3.-¿Cómo se dio cuenta?.

4.- ¿Cómo se alivió?.

5.- ¿Cómo se evitan enfermedades?.

Los trabajos realizados se ponen en un lugar visible, éste tendrá la función de periódico mural estable, porque permanecerá todo el tiempo en el mismo lugar para que los niños lo estén observando y puedan llevarlo a la práctica. Para la evaluación se toma en cuenta la participación individual, por equipo y grupal, en la elaboración de trabajos; investigación, limpieza y participación, los hábitos de higiene son revisados por los equipos.

Actividad número (2) "Revisando a mis compañeros".

Objetivo

Se pretende que los alumnos revisen el aseo personal a sus propios compañeros para que éstos al ver la revisión continuamente empiecen a crear conciencia y practicar buenos hábitos de aseo.

- Se les comenta a los equipos, que realizarán continuamente la revisión del aseo

personal a cada uno de sus compañeros.

- Las partes a revisar son: cabeza, oídos, limpieza de la ropa, manos, uñas, higiene bucal y presentación personal.

- Equipo (1) "Las Cruces", el día lunes revisan presentación personal.

- Equipo (2) "Pumas", los martes revisan aseo de cabeza y oídos.

- Equipo (3) "Mariposas", los miércoles revisan aseo de la ropa.

- Equipo (4) "Toros", jueves revisan; manos limpias y uñas largas.

-Equipo (5) "Estrellas", el viernes revisan la higiene bucal.

- La revisión será continua durante (4) semanas para observar los adelantos en tal aspecto.

Se toma en cuenta la forma como cada equipo realiza su revisión, y como asistieron a clases en aseo personal general.

Actividad número (3) "Las moscas somos libres".

Objetivo

Que los alumnos imiten lo que hacen las moscas y los lugares que frecuentan para que posteriormente lleguen a posarse a la casa, en los utensilios que sirven para guardar la comida, y de esta manera darse cuenta lo importante que es taparla.

Con previa anticipación se prepara a los niños que van a fungir como moscas, con vestuario y su papel a desempeñar, donde se les dirá que visiten los lugares más sucios que puede haber a su alrededor.

Dentro del aula permanece el resto del grupo, cada uno con un plato el cual contiene un pedazo de pastel, al mismo tiempo que comen se les narra un cuento. Los niños vestidos de moscas entran al salón sin avisar y pueden visitar cualquier compañero a que le invite de su platillo, o en un dado caso robarle pastel.

posteriormente los niños ya en la evaluación tienen la experiencia directa de que las moscas son animales bastante asquerosos y que se encuentran por doquier; basureros, animales muertos, en la calle, etc., y llegan con gran facilidad a pararse en nuestros alimentos para depositar así los microbios.

Una vez presentada la obra se les pide a los alumnos que elaboren un escrito donde den su opinión sobre la importancia que tiene un hogar, para que esté bien aseado y sobre todo tapar la comida.

Actividad número (4) "Serpientes y Escaleras".

Objetivo:

Una vez que los niños han practicado los buenos hábitos higiénicos saben cuales son sus resultados; de igual manera el no practicar hábitos higiénicos y sus consecuencias, a este juego se pretende que los alumnos repasen lo practicado de lo que han aprendido.

- Se forman equipos de 3 - 6 alumnos para que en una cartulina formen su juego.
- El juego consta de (40) números, en algunos hay buenos hábitos y al caer allí se subirá por una escalera hasta llegar a su consecuencia de dicho hábito. Pero en caso contrario si se llega a la cola de una serpiente, quiere decir que hay un hábito inadecuado y tendrá que bajar hasta donde llegue la cabeza de la serpiente, allí habrá un dibujo donde represente la consecuencia del hábito realizado.
- El niño que llegue al número (40) habrá ganado el juego.

- Se repite tantas veces como los niños quieran, sin exceder demasiado tiempo.

Aquí por ser un juego emocionó tanto a los niños que a la hora del receso y en días consecutivos lo siguieron practicando, lo cual ayudó bastante para que aprendieran buenos hábitos y al mismo tiempo evitar los inadecuados porque saben de antemano cuales son sus consecuencias.

NOTA: En cada equipo debe de haber un moderador quien anota los juegos ganados por cada uno de sus compañeros.

Aquí debe aclararse que el moderador tiene una doble función cuando un jugador llega a una escalera, el moderador deberá de tapar inmediatamente el dibujo a donde llegue la escalera; ya que donde empieza está un buen hábito y donde llega el resultado de éste.

Si el jugador no sabe el resultado del buen hábito se queda en el mismo lugar (no subirá).

En caso contrario a la escalera, si el jugador cae a la cola de una serpiente tendrá que bajar, porque allí se encuentra un mal hábito y además porque las serpientes son para bajar y si allí el jugador no recuerda la consecuencia del mal hábito tendrá que iniciar el juego.

El jugador que mas juegos haya ganado será el campeón, motivados así para que aprendieran hábitos higiénicos y resultar los ganadores.

La relación con otras asignaturas de éste trabajo realizado referido al tema de “El cuerpo humano y la salud”, perteneciente al área de ciencias naturales, siendo un problema que atañe a la mayor parte del grupo se optó por darle solución, o cuando menos disminuirlo hasta donde las posibilidades lo permitan, echando mano de distintas herramientas que están íntimamente relacionadas con otras materias.

Iniciaremos con español puesto que es la materia mas fundamental, ya que en todo momento la estamos utilizando veamos algunos casos donde recurrimos a ella. En buscar la manera de que el trabajo quedara redactado lo mejor posible, al estarlo leyendo y escribiendo cuidando de sus reglas ortográficas, en la redacción que hacen los niños en algunos de sus trabajos presentados en los anexos, así como en la manera de utilizar los verbos.

La ciencias sociales son utilizadas en el marco teórico y contextual, en los antecedentes de la higiene, como mejorarla, concepto de comunidad, y la reseña histórica de Degollado, la socialización cuando realizan sus actividades.

Las matemáticas fueron manejadas al mencionar la fecha de la investigación, cuando se hicieron las actividades, los niños que hay, los del

problema, los logros obtenidos. La interrelación de diversas áreas entre sí, es de vital importancia ya que permiten la relación y la coherencia en el trabajo.

Evaluación

La evaluación llevada a cabo fue continua, a través de registros, donde se iba tomando en cuenta la mejoría de cada uno de los alumnos en cuanto a hábitos de higiene se refiere, además su participación individual, por equipo y grupal en la elaboración de sus trabajos de investigación. A continuación se muestran los resultados obtenidos durante el presente trabajo.

- Alumnos no muy aseados de la cabeza; de 12 se redujo a 2, es decir del (40% al 6.66%), disminuyó un 33.34%.

- Niños con piojos; de 5 se redujo a 2, es decir del (16.66% al 6.66%) disminuyendo un 10%.

- Alumnos con cerilla en los oídos; de 16 se redujo a 4, es decir del (53.33% al 13.33%) disminuyó un 40%.

- Niños con costras de mugre en el cuello; de 8 se redujo a 3, es decir del (26.66% al 10%) disminuyendo un 16.66%.

- Mal aliento de la boca; de 20 se redujo a 8, es decir del (66.66% al 26.66%) disminuyó un 40%.

- Niños con manos sucias y uñas largas; de 13 se redujo a 5, es decir del (43.33% al 16.66%) disminuyendo un 26.67%.

- Niños con ropa sucia; de 7 se redujo a 2, es decir del (23.33% al 6.66%) disminuyó un 16.67%.(27)

(27) Ver gráficas y listas en el anexo.

Conclusiones y sugerencias

Para determinar el tipo de condiciones higiénicas en las que se encontraban los alumnos, fue necesario revisarlos de uno por uno en las partes más visibles de su cuerpo: cabeza, oídos, boca, cuello, manos, uñas, pies y aseo de la ropa de lo cual obtuvieron los siguientes resultados: de (30) alumnos que integran el grupo se presentaron ciertas características higiénicas desfavorables en tan solo (22) niños.

- 12 alumnos no muy aseados de la cabeza el 40%, 5 de ellos con animales (piojos) el 16%.
- 16 alumnos con cerumen (cerilla) en los oídos el 53%.
- 8 niños con pequeñas costras de mugre en el cuello el 26%.
- 20 niños con mal aliento de la boca ya que en su interior se mostraron algunas piezas picadas, residuos de comida, y dientes amarillentos 66%.
- 13 alumnos traían manos sucias y uñas largas 43%
- 7 niños con la ropa sucia el 23%.

En la actividad de trabajo No. (1) "Más vale tarde que nunca" se les dan a conocer los hábitos de higiene mas básicos para preservar la salud y evitar las enfermedades mas comunes, los alumnos se reúnen por equipos, y en cartulinas escriben dichos hábitos a la vez que los ilustran con sus respectivos dibujos, fueron colocados a la entrada del aula, donde los niños todos los días los estuvieron observando y consecutivamente se preguntaban cuales habían realizado y cuales no.

En la elaboración de la lista de alimentos que consumen sus familias durante una semana, hubo mucha participación porque todos querían dar a conocer las comidas que consumían en sus hogares, una vez terminado separaron los alimentos nutritivos y los alimentos chatarra, a partir de ahí comprenden cuales alimentos les nutren y cuales son perjudiciales para su salud.

Cuando ya conocen los hábitos de higiene y los alimentos mas nutritivos realizan una entrevista con las personas de la comunidad sobre el tipo de enfermedades mas padecidas, ya dentro del aula se llega a la conclusión de que la mayoría de las enfermedades son causadas por ingerir alimentos en mal estado y por no practicar hábitos higiénicos. (VER ANEXO 1).

En la actividad de trabajo No. (2) "Revisando a mis compañeros", el aseo personal es revisado cotidianamente por equipos, el equipo No. (2) "Pumas" los

martes revisa el aseo de la cabeza y los oídos a cada uno de sus compañeros, y así sucesivamente los demás equipos revisan cada una de las diferentes partes del cuerpo según les corresponda. Esta actividad dio magníficos resultados ya que, el que unos a otros estuvieran revisando su limpieza les sirvió de motivación para que practicasen los hábitos de higiene personal, siendo el objetivo principal, mejorar la salud y su apariencia personal.

La actividad No. (3) "Las moscas somos libres" es presentada mediante una obra teatral donde (10) alumnos fungen como moscas y el resto del grupo como lo que son (personas), los niños se encuentran comiendo un pastel mientras el maestro les relata un cuento, los chicos tranquilamente escuchan el relato en tanto que las moscas humanas llegan, y ansiosas hurgan con su pico el contenido del plato dejando en él la marca de la suciedad. A los niños moscas se les hizo un pico y con anticipación se les dijo que visitarían los lugares más insalubres de los alrededores trayendo los picos sucios. El resto del grupo al recordar los lugares que habían visitado las moscas y observar sus platos decidieron no comer más, y cuidar las comidas ante las moscas en sus hogares. (VER ANEXOS).

La actividad No. (4) "Serpientes y escaleras" es realizada mediante un juego, consta de (40) cuadros, tiene hábitos buenos; si se cae en ellos es para seguir adelante, tiene hábitos malos; si se cae en ellos es para retroceder. Por el simple hecho de ser un juego conmovió bastante a todos los participantes, que a la hora del

receso y en días consecutivos continuaron con el juego, aprendiendo con gran rapidez los hábitos malos y sus consecuencias, los hábitos buenos y sus resultados, como el juego fue realizado por equipos mostraron un gran interés ya que todos querían ser el campeón. Y para lograrlo basta con aprender perfectamente buenos y malos hábitos higiénicos y sus consecuencias, posteriormente un breve comentario de sus logros obtenidos. (VER ANEXOS).

Por ende se sugiere que, antes de poner en práctica las actividades didácticas que se diseñan para la propuesta es de suma importancia establecer parámetros que permitan definir cual es la situación real del grupo en relación al problema, para que, a partir de ahí se puedan especificar los logros obtenidos al término de las actividades.

Analizando dichas actividades didácticas sugeridas, que aquí se presentan pueden ser enriquecidas con la creatividad propia de cada maestro que a lo largo de su práctica docente se vaya enfrentando con este problema y que quiera coadyuvar el mejoramiento de la salud de sus alumnos, que los haga tomar conciencia de lo importante que es tener un organismo sano, induciéndolos a que realicen actividades prácticas mediante el empleo de hábitos de higiene.

BIBLIOGRAFIA

ALVAREZ, Rogelio. Enciclopedia de México Tomo VI, segunda edición, México, Ed. mexicana, 1977.

BATALLA, Agustina y MÉNDEZ, Humberto, Higiene Escolar, octava edición, México, Ed. Oasis, 1982.

DEP. CIENCIAS DE LA NATURALEZA, "Piaget y el curriculum de ciencias", en UPN Antología, una Propuesta Pedagógica para la Enseñanza de las Ciencias Naturales, México, SEP/UPN, 1993.

ILSE, " Como Planear apoyos didácticos con medios de comunicación a bajo costo", en UPN Antología, Medios para la Enseñanza. México, SEP/UPN, 1988.

KRUPP, Marcus. "Oídos, Nariz y Garganta", Diagnóstico Clínico y Tratamiento, 16a. edición. México, Ed. el manual moderno S. A. 1981.

LOCK, Stephen. Diccionario Médico Familiar. México, Ed. Reader's Digest, 1982.

POZAS, A. Ricardo. "El Concepto de la Comunidad" en UPN Antología, Escuela y Comunidad. México, SEP/UPN. 1987.

QUEZADA, Margarito. Breve Historia del Pueblo de Degollado, Jalisco.
Mecanuscrito, s/f.

SEP. "El niño de Cuarto Grado", Libro para el Maestro. México, SEP, 1983

SEP. Introducción a la Educación Ambiental y Salud Ambiental. México, SEP, 1987.

SEP. Libro para el Alumno Ciencias Naturales Tercer Grado. México, SEP. 1993.

SEP. Plan y Programas de estudio, Educación Básica Primaria. México, SEP. 1993.

UPN. Antología Ciencias Naturales, Evolución y Enseñanza, México, SEP/UPN,
1993.

UPN. Antología el Método Experimental en la Enseñanza de las Ciencias Naturales.
México, SEP/UPN. 1994.

UPN. Antología Planificación de las Actividades Docentes. México, SEP/UPN, 1989.

UPN. Antología Técnicas y Recursos de Investigación III, México, SEP/UPN, 1989.

VARIOS. "La Organización en la Escuela primaria", Gran Enciclopedia Temática de la Educación Vol. I. México, Ed. ediciones técnicas educacionales, 1981.

A N E X O S

A C T I V I D A D

(1)

**“ MAS VALE TARDE QUE
NUNCA”**

Comidas que consumieron en una semana.

TIPO 2 LOS PUMAS

PA, bistec, caldo de rez, caldo de picado, mepudo,
ticho, pollo ralizado, Huevo, Hot dog, tacas de bistec,
tuc, mole, carnitas, Frijoles de la Holla, pasole,
joles frites, papas, pambinco, tripa, salchichas, con
vo, sigarras 69L, sigarras del plavo, churrutas,
deralas, birria, churrinax, rancheritos, chicles,
e, limas, dukas, paletas, charamu, gulpas,
naraps,

LAS CRUCES

Comidas que consumieron en una semana.

EQUIPO 1

Cocido, huevo, brjdes, bistec, pollo, sopa, Kelites, chonso, pobo ralizado,
pais, chile con huevo, quesadillas, chiles rellenos, mole, chilaquile, enchiladas,
pa estrellita, leche, agua, refresco, agua fresco, tortas, tostadas, nopales, jamon con huevo,
salada, birria, carnitas, sandwich, Hot dog, huevos cocidos, Costilla, tipo, buche, tortas de
naran, albondigas, pino de pino, abas, menuda mallaresa, salchicha, abas, capirozado, chife
calate, arros, abenay, monterodito a las juanitas.

Comidas que Consumimos en una Semana

BistecK con chile, filete, mole con sopa de aros, aburgesa, frijoles, con chile, atole con birrote, pollo costisados, elotes, tacos, tamales, y chiles rellenos, papas, caldo de pollo, caldo de res, caldo de pescado, tripa con chile, tostadas de cenic he, nopales con camaró, chicharones, quesadillas, caca cola, pan, y elos paleta chicles, sopas, kelites, choriso, niño en vuelto.

Comidas que Consumimos en una Semana.

EQUIPO 3

LAS MARIPOSAS

POLLO, bistecK, Hot dog, frijoles, choriso, Amburgesa, menuda, nopales, tortas de camarón, caldo de camarón, Carnitas, Sopa, Sanguis, tortas, queso, mole, posole, pizza, quesadilla, churitos, agua de naranj, tamales, sopas, tostadas, ensaladas, sandia, piña, mango, tamarindo, agua fresca, bananas, jicama, chocamil, papin, licuado de sanaria, chocolate, cafe, jugo de naranja, papas, quesitos, berdalagas, chicharones, leche fresca, canela, te de limon, abena, te de manzanilla.

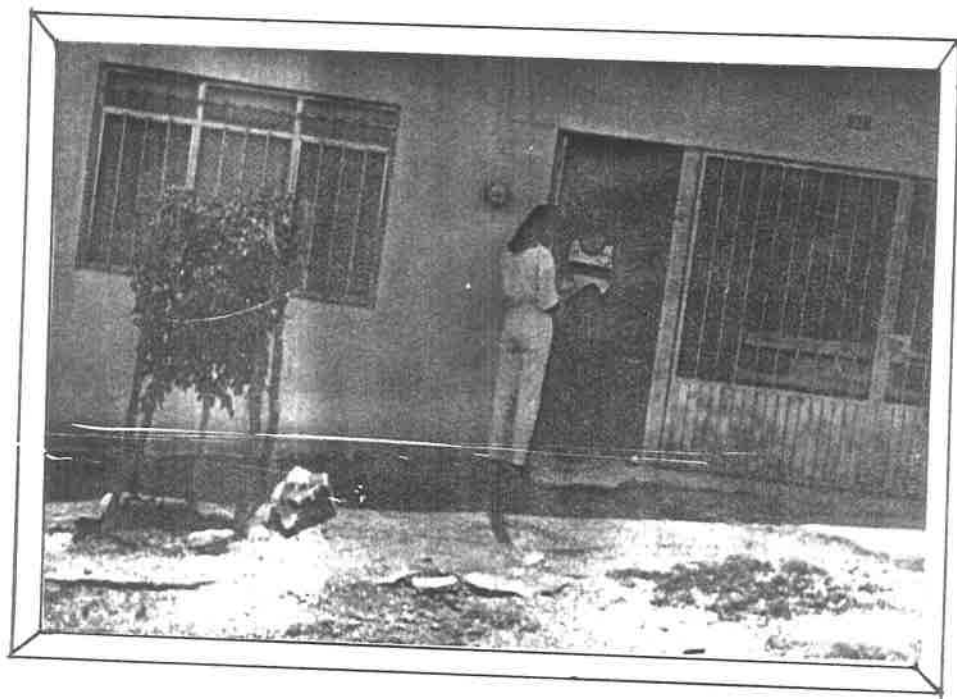
comidas que consumimos en una semana.

EQUIPO

5 Las estrella

tostadas	agua natural
pan	agua de mango
frijoles	agua de tamarindo
amburguesa	servesa Sol
tortas	fresqui von
tacos	refresco
pizza	vino
niño envuelto	tequila
choriso	chivas rigal
huevo	rompope
vistec	paletas
pollo	leche
pollo empanizado	chocolate
Hot dog	licuado
enchiladas	nieve
quesadillas	jugo de piña
papas	agua de naranja
trompas	chicles
pescado	chocolate
Camaron	churitos
aguacate	paletas
caldo de res	chiclosos
sandwich	papitas
sopa	

ENTREVISTANDO A PADRES DE FAMILIA



ENTREVISTA A PADRES DE FAMILIA "PUMAS"

ENFERMEDADES PARECIDAS	COMO SE DIO CUENTA	COMO SE ALIVIO	COMO SE EVITAN ENFERMEDADES
<p>dolores en algunos partes en la cabeza en los riñones en el estómago en los codos, charro, vómito jaqueca, gripa, tos, anginas una bola en el estómago granos enterrados fiebre visuela la cachetada, riñones, pie de atleta granos en la boca</p>	<p>Cuando pegon dolores se siente muy feo que casi se vuelve uno loco, cuando pegon vómitos se siente como si quemara una asta las tripas, cuando salía con los granos sentía como si estuviera saliendo por dentro y le decían que la estaban picando por ese sintió mucho miedo, el pie de atleta se le quitó con limpieza y pomadas, sentía mucho ardor y comese.</p>	<p>con muchas infecciones, pomadas, tecitales de cola de caballo y tomar de mucho agua der esto en comas bien duras para los riñones, cuando se iba a curar para los granos le dieron medicina y luego fue con curanderos para lo apretoso de los pies le dieron unas pomadas y con mucha limpieza y cambiando pieza se diario de colectines.</p>	<p>no comiendo comidas exóticas e comidas a pedos, bebiendo cada tercer día para que el cuerpo este sano y no se arrimen a curaditos trayendo la ropa limpia, lavarse los dientes para que los muelas no se piquen comer frutas y verduras muchas proteínas vitamínicas para así nunca enfermarnos y estar todo el tiempo sanos y que nos pongan todas las vacunas.</p>

"HABRIDOSAS"

ENTREVISTA A PADRES DE FAMILIA

<p>ENFERMEDADES PADECIDAS Diarrea, Vomito, Cales, Tuso, Tos, gripo, anginas, infección en la garganta Sarpullido y Sararapion</p>	<p>COMO SE DA CUENTA Se sentio muy deca- trado con mucho vomido y calentura y mucha dolencia de garganta y mucho dolor de nariz y le daba mucha ca- mison por todas partes del cuerpo y no podia comer y se sentio muy mal.</p>	<p>COMO SE ANIVIO Me dieron comendo que alla sacaba de casa formado y le mandato al doctor diendole medicina y liandolo con una curanderos y liandole ovinentos como verduros y liandole los folio- y verduros que comi liandando mucho y tomando se no medicina como le abidich- el doctor y las curanderos.</p>	<p>COMO SE EVITAN ENFERMEDADES Comiendo muchas flotas y verduros que estan limpios y cuidandose de andar bien tirados limpios de la Calera y del Cuera y no andar sucio lavarse las manos antes de comer tomarse la medicina como es no andar Cochinos sin peina ni comer cosas sucias que tenga infeccion ni medea mas vencidos ni cosas echadas a perder que todo este limpio y asi nunca nos enfermamos de nada.</p>
--	--	---	---

ENTREVISTA A PADRES DE FAMILIA

"ESTRELLAS"

ENFERMEDADES FRECUENTES	COMO SE DA CUENTA	COMO SE ALIVIA	COMO SE EVITAN ENFERMEDADES
<p>Cólera, fiebre, tosferina, sancha, dolores de cabeza, de garganta y de oídos, y con mucha calentura.</p>	<p>estaba comiendo comida de la calle y como estaban mal y suvid espeso con dolores de cuerpo y con mucha dolor y con mucha calentura y con mucha dolores y con mucha fiebre y no guard comen nada se sentid muy mal y muy debie.</p>	<p>lo llabaron el curate de Benguero y curas y lo curó un doctor y lo alio mucha medicina y curó como yo curó, curó y que todos los alimentos estén limpios y que se tomen las medicinas y que los le lavar, unas medicinas y que alio y cuidándose muy bien y dumentando bien.</p>	<p>Cuidándose mucho y comiendo las medicinas a sus horas lavando el cuerpo limpio y las manos limpias la boca y los dientes bien limpios y no comer cosas de la calle y andar bien arregados para evitar enfermedades y estar siempre sanos y saludables.</p>

A C T I V I D A D

(2)

**“ REVISANDO A MIS
COMPAÑEROS”**

CUADRO COMPARATIVO DE LA HIGIENE PERSONAL DE LOS ALUMNOS DE CUARTO GRADO DE LA ESCUELA "BENITO JUAREZ" T/V. DE DEGOLLADO, JALISCO - SEMANAS DEL 10. AL 26 DE MAYO DE 1995.

Revisa el equipo de las Semanas <u>equipo</u>	1a. Semana	2a. Semana	3a. Semana	4a. Semana
Semanas	3 con animales 2 con animales 4 con Serillo 1 con mugre 5 con mal aliento	2 con animales 2 con animales 3 con Serillo 1 con mugre 4 con mal aliento	1 con animalito 3 con Serillo 1 con mugre 2 con mal aliento	2 con animalito 1 con animalito 3 con Serillo 1 con mugre 1 con mal aliento
Faltas	2 con pajar sucio 1 piojento 5 sucias 3 mugrosos 6 Apestosos	1 con pajar sucio 1 piojento 4 sucias 2 mugrosos 5 Apestosos	2 piojento 2 sucias 1 mugrosos 11 con mal aliento	2 con piojento 2 sucias 2 desordenados 11 con mal aliento 1 mal aliento
Masas	5 mal oreados 1 con animalito 3 con Serillo 2 con costura 4 sucios	5 mal oreados 2 con Serillo 1 con costura 4 sucios	2 mal oreados 1 con Serillo 1 con costura 3 sucias	1 mal oreado 1 con Serillo 1 con costura 1 sucio
Tareas	2 sucios 1 con piojos 4 sucias 2 con mugre 5 con mal aliento	1 sucio 1 con piojos 3 sucias 1 con mugre 4 con mal aliento	1 con piojos 2 sucias 1 con mugre 3 con mal aliento	1 sucio 1 con mugre 2 con mal aliento
Cruces				

REVISTA EL EQUIPO DE LAS MARIPOSAS

SEMANA EQUIPO	1a semana	2da semana	3da semana	4da semana
PUMAS	manos: 4 con dientes susios cabeza: 4 pajaritos ROPA: 5 susios BOCA: 1 con dientes susios manos: 5 manos susias cabeza: 4 con piosos ROPA: 5 susios BOCA: 3 con dientes susios manos: 1 susias cabeza: 1 con pajaritos ROPA: 2 susias BOCA: 2 con dientes susios manos: 1 susias cabeza: 2 con pajaritos ROPA: 1 con pajaritos BOCA: 1 con dientes susios	manos: 2 con manos susias cabeza: 2 con pajaritos ROPA: 3 con ropa susia BOCA: 1 con dientes susios manos: 2 con manos susias cabeza: 2 con pajaritos ROPA: 4 con ropa susia BOCA: 2 con dientes susios manos: 1 susias cabeza: 1 con pajaritos ROPA: 1 con pajaritos BOCA: 1 con dientes susios	manos: 1 con manos susias cabeza: 2 pajaritos ROPA: 1 con ropa susia BOCA: 2 con dientes susios manos: 2 con manos susias cabeza: 2 pajaritos ROPA: 1 con ropa susia BOCA: 1 con dientes susios	manos: 1 con manos susias cabeza: 2 pajaritos ROPA: 1 susio BOCA: 1 susio
TOROS				
ESTRELLAS				
CRUCES				

Equipo	1ra. semana	2da. semana	3ra. semana	4ta. semana
PUMAS	1 con uñas largas 1 con piojos 2 de las manos sucias 1 con ropa sucia 1 con maquillaje	2 con uñas sucias 3 con uñas largas 1 con dientes sucios 1 con piojos 3 con ropa sucia	2 con manos sucias 1 con uñas largas 1 con dientes sucios 1 con piojos 1 con ropa sucia	1 con uñas 1 con uñas 1 con dientes sucios 1 con piojos
MARIPOSAS	2 sucios de las manos 1 con piojos 1 con maquillaje 1 con uñas 1 con dientes sucios 1 con ropa sucia	3 con uñas sucias 2 con uñas largas 3 con piojos 1 con dientes sucios 1 con ropa sucia	1 con manos sucias 1 con uñas largas 1 con piojos 1 con ropa sucia 1 con dientes sucios	1 con uñas 1 con uñas largas 1 con dientes sucios 1 con piojos 1 con ropa sucia
ESTRELLAS	1 con maquillaje 3 con dientes sucios 2 de las manos largas 1 de la ropa sucia 2 con piojos	2 con uñas sucias 1 con uñas largas 1 con piojos 1 con dientes sucios 1 con ropa sucia	2 con manos sucias 1 con uñas largas 1 con piojos 1 con dientes sucios 1 con ropa sucia	1 con uñas 1 con uñas largas 1 con dientes sucios 1 con piojos
CRUCES	1 con piojos 1 con maquillaje 3 con dientes sucios 2 de la ropa sucia 1 con las uñas largas	1 con manos sucias 1 con uñas largas 1 con piojos 1 con dientes sucios 1 con ropa sucia	1 con manos sucias 1 con uñas largas 1 con piojos 1 con dientes sucios 1 con ropa sucia	1 con uñas 1 con uñas largas 1 con dientes sucios 1 con piojos

Revisa el equipo de las estrellas	1a. Semana	2a. Semana	3a. Semana	4a. Semana
<p>Manos</p> <p>equipos</p>	<p>3 con jabón</p> <p>1 con jabón</p> <p>2 con jabón</p> <p>1 con jabón</p> <p>1 con jabón</p>	<p>3 con jabón</p> <p>1 con jabón</p> <p>2 con jabón</p> <p>1 con jabón</p> <p>1 con jabón</p>	<p>3 con jabón</p> <p>1 con jabón</p> <p>2 con jabón</p> <p>1 con jabón</p> <p>1 con jabón</p>	<p>3 con jabón</p> <p>1 con jabón</p> <p>2 con jabón</p> <p>1 con jabón</p> <p>1 con jabón</p>
<p>Pies</p>	<p>1 con jabón</p> <p>2 con jabón</p> <p>1 con jabón</p> <p>1 con jabón</p>	<p>1 con jabón</p> <p>2 con jabón</p> <p>1 con jabón</p> <p>1 con jabón</p>	<p>1 con jabón</p> <p>2 con jabón</p> <p>1 con jabón</p> <p>1 con jabón</p>	<p>1 con jabón</p> <p>2 con jabón</p> <p>1 con jabón</p> <p>1 con jabón</p>
<p>Manchas</p>	<p>1 con jabón</p> <p>2 con jabón</p> <p>1 con jabón</p> <p>1 con jabón</p>	<p>1 con jabón</p> <p>2 con jabón</p> <p>1 con jabón</p> <p>1 con jabón</p>	<p>1 con jabón</p> <p>2 con jabón</p> <p>1 con jabón</p> <p>1 con jabón</p>	<p>1 con jabón</p> <p>2 con jabón</p> <p>1 con jabón</p> <p>1 con jabón</p>
<p>Tarros</p> <p>CRUCES</p>	<p>1 con jabón</p> <p>2 con jabón</p> <p>1 con jabón</p> <p>1 con jabón</p>	<p>1 con jabón</p> <p>2 con jabón</p> <p>1 con jabón</p> <p>1 con jabón</p>	<p>1 con jabón</p> <p>2 con jabón</p> <p>1 con jabón</p> <p>1 con jabón</p>	<p>1 con jabón</p> <p>2 con jabón</p> <p>1 con jabón</p> <p>1 con jabón</p>

A C T I V I D A D

(3)

**“LAS MOSCAS SOMOS
LIBRES”**

24-DE-MAYO-1995

QUE HARIA CON LAS MOSCAS QUE LLEGARAN A MI CASA?

espantarlas, tapar la comida, no tirar comida ni dulces, no dejar que caigan en la comida, como si ay fiesta y si hay pastel taparlo y tambien si ay comida taparlo y la agua o los refrescos, y no dejar que se nos paren en la boca y echar veneno, o explorar la casa, porque traen muchas enfermedades.

Claudia Rizo Martinez.

21-DE-MAYO-1995

QUE HARIA CON LAS MOSCAS QUE LLEGARAN A MI CASA?

Echaria yair para las moscas y tapaba la ollas de comida y si...deje via olla destapada y le collo yair la lero a la basura sacar las moscas con un trapa tirar la basura en su lugar cerrar la puertas y las ventanas no comprar dulces por que se pasan las moscas, bayer por que sino bayer dulce pegado en el suelo y juntar la basura en su lugar y lo que pase la basura y sacare la cucarachas.

Carlos Martinez Ayala

24 de Mayo 1945

QUE HARIA CON LAS MASCAS QUE LLEGARAN
A LA CASA? yo tendria que tapar la comida y limpiar
la mesa la estufa y tener las ventanitas de la puerta
bien cerradas y no tener los trastes sucios
ni andar mugrosos y no tener el piso
harrido ni la cocina y no tener animales
dentro del jardin porque buole bien poco
y cuidar el plato donde estan comiendo
y tapar la azucar.

MARIA CONCEPCION DE LA PAZ CRUZ

24 de Mayo - 1945

QUE HARIA CON LAS MASCAS QUE LLEGARAN A MI CASA?
Yo taparia la comida sucia e incluso echale vinagre
o alcohol encima e impuesta para quemar por evitarle la salud
y dejar caer las mareas en el plato y la cacha en el plato
para persuadir bien de ustado cuando le quieran comer cosa tan
que que no se les caiga en el plato porque vienen del pantan
y sino del trabajo como en el agua case fija uno y les
asi este sobramen saben que cuidaran por su salud.

ENRIQUE ALONSO GONZALEZ

24-de-mayo-95

¿QUÉ HARÍA CON LAS MOSCAS QUE
LLEGARAN A MI CASA? 24-de-mayo-1995
echarles benehe. Kaito. materias españolas
de la casa, Sacarlas con una ropa que no se
paren en la comida, que no los paren en. Formas de
des, intoxicaciones, Sarampión, Viruela, Vari-
Sela, tos, catarro, Juan Carlos Montes Alvarado

24-Mayo-95

¿QUE HARIAS CON LAS MOSCAS QUE LLEGARAN
A TU CASA?

Buena yo pienso que si dejamos meter las
moscas a cualquier parte de la casa o de
otros lugares necesitamos tener mucho cuidado
de que no se paren las moscas en lugares
que pueden dejar infección como en los
alimentos y donde comemos como en las
ollas que cocinamos las verduras y tambien te-
nemos que lavar las frutas verduras que comemos
para no enfermarnos y dejar siempre los lugares
limpios para que asi no haya mosca y
evitaremos las enfermedades.

GUADALUPE COVARRUBIAS

24 de Mayo de 1995

que haria con las moscas que llegaran a mi casa?
Tapar los alimentos y espantarlas moscas.
Limpiar la mesa, barrer, echar la basura
en el sulugar y lavar los trastes,
tapar la azucar para que no se
vengan las moscas.

Laura Romero Estrada.

24 DE MAYO DE

¿QUE HARIA CON LAS MOSCAS QUE LLEGAN
A MI CASA?

yo no dejaba que se me fuera a mi casa
y si eso sucedia tapaba los alimentos
y lavaba con jabon las frutas y verduras
tener los escusados limpios y la basura
en bolsas y tapada, andar bien
asiado y lavarse las manos antes
de comer y despues de ir al baño
asi prevenimos muchas enfermedades.

Norma Elena Sánchez Martínez

Scuba

-de Mayo - 1995

¿QUE HARIA CON LAS MOSCAS QUE

LLEGARAN A MI CASA? no las dejaba

arimar a la comida porque tienen asfesion

por eso no ay que dejarlas que se arimen

a la comida porque sino se puede enfermar

sino la yeba a curar sino se puede morir.

VICTOR RAMOS GONZALEZ

24 de Mayo - 1995

¿QUE HARIA CON LAS MOSCAS que LLEGARAN A MI CASA?
Las sacaria de mi casa con un trupa o sino echandoles
beneno para que se ahoguen o lo se pueden
morir o sino pudiera tepar todos los alimentos
que tengo en toda la casa y si habia basura en
la casa cuando pasara la basura la tiraria
foda queno que dara niuna basurita para que
se fueran todas las moscas.

Alejandro Mendoza Rodriguez

22- de MAYO 1995

QUE HARIA CON LAS MOSCAS QUE LLEGARAN A MI CASA?
Las moscas llegan a mi casa les pongo veneno y traigo
al menos viveros a cada patio y nos comemos las
las cachinas y lavamos las frutas y verduras y echo
café para que se muera y nosotros agarramos una
ta y no la comemos cachinas y nos hace daño para
estomago porque las moscas van y separan en el
naso en el patio en el basurero y nos hace daño
Y ES EN LA TORRES RICO

NOVIEMBRE 4 de Mayo 1995

que haria con las moscas que
llegaran a mi casa? Respondo las
matarlas y no dejar que se metan a platos
tambien no dejar que se metan a la casa
y no sejan que no dejar que se metan a la casa
porque traen contaminación y que no se le
daren.

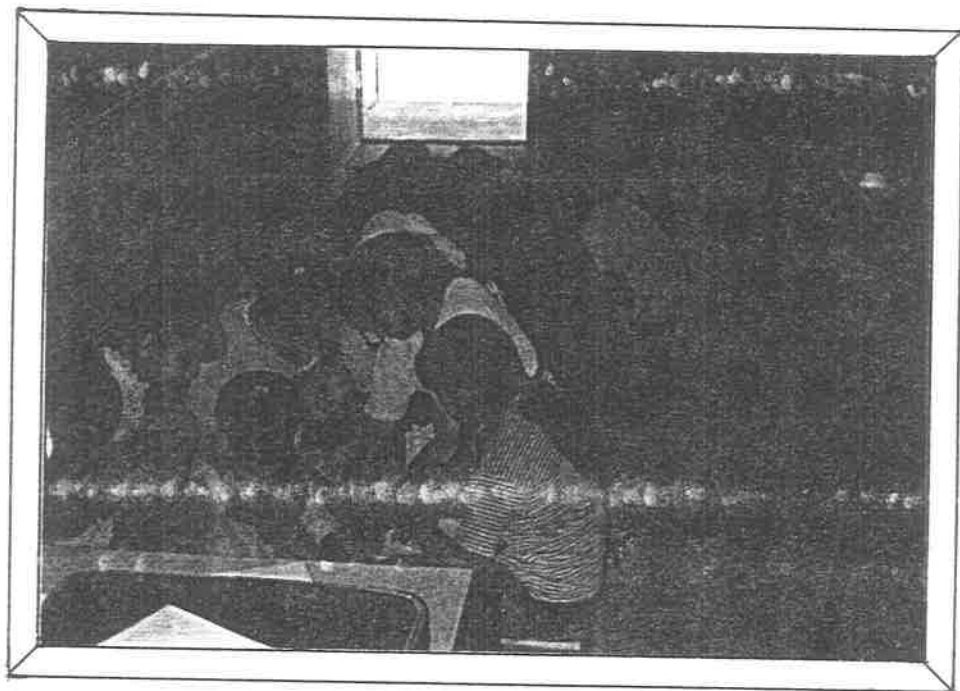
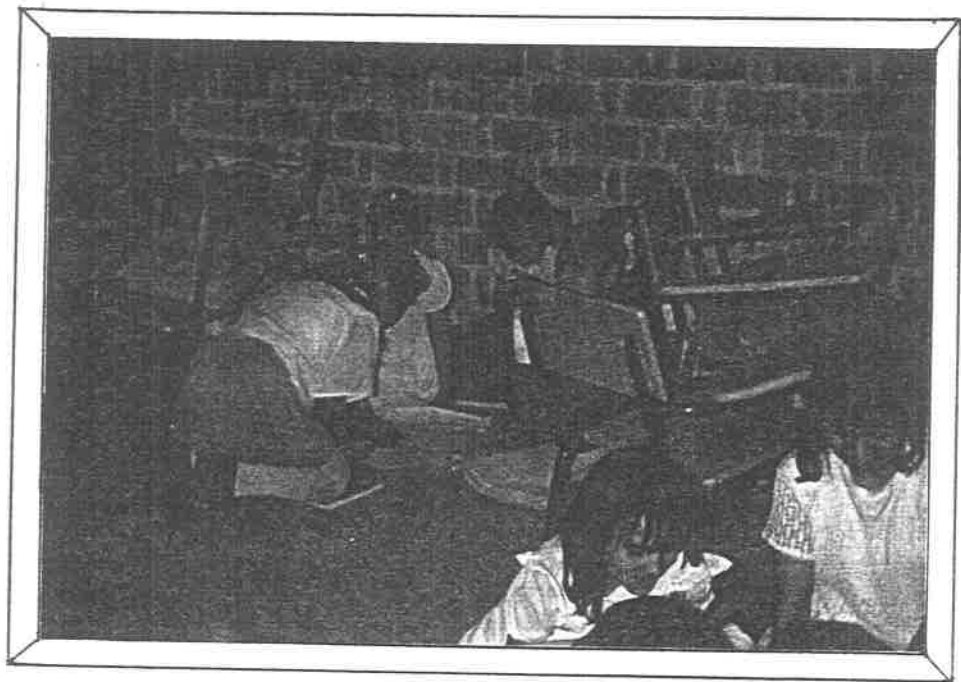
Norma Dolores Ayala Murillo

A C T I V I D A D

(4)

**“SERPIENTES Y
ESCALERAS”**

JUGANDO A "SERPIENTES Y ESCALERAS"



40

39

38

37 todo para mi
la joya, la vida

36 que vomito
a lo ma

34 hola
mor

33

25

26

27

28

29

30

31

23

22

21

20

19

18

17

10

11

12

13

14

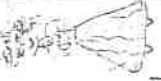
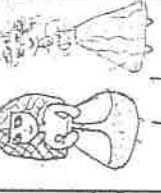
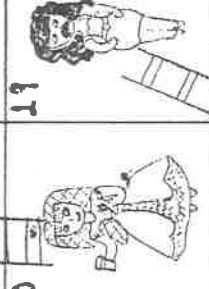
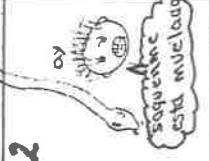
15

me lo dejaron
a mi

24



vinos a
por parte



8

7

5

4

3

2

1



para ver sabido



DEGOLLADO, JALISCO.

17 DE MAYO DE 1995

" SERPIENTES Y ESCALERAS "

EQUIPO (1) " LAS CRUCES "

I N T E G R A N T E S	JUEGOS JUGADOS	JUEGOS GANADOS
1.- ALONZO GONZALEZ ENRIQUE	10	1
2.- ALVAREZ CASTILLO BERENICE	10	2
3.- AYALA MATA MONICA	10	1
4.- AYALA MURILLO NORMA D.	10	2
5.- BARAJAS HERNANDEZ M. SUSANA	10	4
6.- BARBA BERMUDEZ ALMA E.	10	0

CAMPEON: BARAJAS HERNANDEZ MARISOL SUSANA

DEGOLLADO, JALISCO.

17 DE MAYO DE 1995

" SERPIENTES Y ESCALERAS "

EQUIPO (2) " PUMAS "

I N T E G R A N T E S	JUEGOS JUGADOS	JUEGOS GANADOS
1.- CAZARES JAIME LUIS A.	10	2
2.- COVARRUBIAS LOPEZ MARIA G.	10	2
3.- DE LA PAZ CRUZ MARIA.C.	10	0
4.- FONSECA HERNANDEZ EFRAIN	10	3
5.- HERNANDEZ FLORES LUIS	10	2
6.- HERNANDEZ GARCIA F.JAVIER	10	1

CAMPEON: FONSECA HERNANDEZ EFRAIN

DEGOLLADO, JALISCO.

17 DE MAYO DE 1995

" SERPIENTES Y ESCALERAS "

EQUIPO (3) " MARIPOSAS "

I N T E G R A N T E S	JUEGOS JUGADOS	JUEGOS GANADOS
1.- MARTINEZ AYALA CARLOS	10	1
2.- MEDINA FUENTES MIGUEL	10	2
3.- MENDOZA GARCIA MARISOL	10	1
4.- MENDOZA RODRIGUEZ ALEJANDRO	10	1
5.- MONTES ALVARADO JUAN C.	10	2
6.- MUÑOZ GARCIA ALEJANDRO	10	3

CAMPEON: MUÑOZ GARCIA ALEJANDRO

DEGOLLADO, JALISCO.

17 DE MAYO DE 1995

" SERPIENTES Y ESCALERAS "

EQUIPO (4) " LOS TOROS "

I N T E G R A N T E S	JUEGOS JUGADOS	JUEGOS GANADOS
1.- RAMOS GONZALEZ VICTOR M.	10	3
2.- RIZO LEON JOSE MANUEL	10	1
3.- RIZO MARTINEZ CLAUDIA	10	1
4.- RODRIGUEZ NAVARRO ROBERTO	10	0
5.- ROMERO ESTRADA LAURA E.	10	5
6.- SANCHEZ MARTINEZ NORMA E.	10	0

CAMPEON: ROMERO ESTRADA LAURA ELENA

DEGOLLADO, JALISCO

17 DE MAYO DE 1995

" serpientes y escaleras "

EQUIPO (5) " LAS ESTRELLAS "

I N T E G R A N T E S	JUEGOS JUGADOS	JUEGOS GANADOS
1.- SANTACRUZ CASTRO ERIKA	10	4
2.- TORRES ALVAREZ EFRAIN	10	0
3.- TORRES RIZO YESENIA	10	1
4.- TOVAR GOMEZ MARIBEL	10	2
5.- VALADEZ MUÑOZ J.JESUS	10	2
6.- ZARAGOZA RODRIGUEZ MARG.	10	1

CAMPEON: SANTACRUZ CASTRO ERIKA MAGDALENA

A C T I V I D A D

(5)

CONCLUSIONES

OBTENIDAS POR LOS

ALUMNOS

Escrito
por

19- DE MAYO- DE- 1995

1. COMO VENIA DE ACEADO A LA ESCUELA
venia limpio de la ropa peinada pero se me
olvidaba cepillarme los dientes y quit
arme la cerilla, y venia con tobilleras limpi
as y sin piojos y me veñaba 2 días
ala semana y con las uñas largas y
con mugre y las manos sucias.

2. COMO VENGO DE ASEADO AORA?
y ahora que le ago casa al maest
vengo limpio y con las manos lavadas
con las uñas cortadas sin mugre?
sin cerilla en los oídos ahora me ve
o 4 días ala semana y me lavo los d
ntes en la mañana en la tarde y en
noche y con tobilleras limpias.

CLAUDIA RIZO MARTINEZ

COMO VENIA DE ASEADO A LA ESCUELA
Después de mayo
no me quitaba la cerilla en veces venia sucio
en veces no me peina y ni me lavaba los dientes
en veces no me lavaba el cuello
no me cortaba las uñas

COMO VENGO DE ASEADO AHORA?

mas peinado y mas limpio
se limpia el cuello
vengo peinado y me limpio las uñas
me saca la cerilla

Rose Manuel Piza León

Degollados Jal.

29 DE MAYO DE 1995

1. ¿Cómo VENIA De ASEADO A LA ESCUELA?

Venia mugroso de los dientes, de la boca, de la ropa, de las manos, de la cabeza, tenía mugre en el cuello, de las uñas, los zapatos los traía mugrosos, no me peinaba, calcetines, no me bañaba.

2. ¿Cómo VENGO DE ASEADO AHORA?

me cepillo los dientes, vengo limpio de la ropa, de las manos, de los zapatos vengo limpio de la cabeza, vengo peinado y vengo limpio de las uñas.

VICTOR RAMOS GONZÁLEZ

29-de Mayo- de- 1995

COMO VENIA DE ASEADO A LA ESCUELA

no me peinaba, no me limpiaba la cara,
no me lavaba las manos
no me limpiaba los oidos no me bañaba
no me limpiaba los pies no me lavaba los-
dientes no me cortaba las uñas

COMO VENGO DE ASEADO AHORA?

vengo peinado vengo me limpio la cara
vengo limpio de la ropa me lavo las manos
me limpio los oidos me baño me limpio los-
dientes me corto las uñas.

Alejandro Muñoz

Dejollado jal

29 - de - Mayo - de 1995

1. ¿CÓMO VENIA DE ASEADO A LA ESCUELA?

venia sin de verme en veses venia regular de la ropa me quitaba la serilla no traia pajas ni liendres se me olvidaba cortarme las uñas traia limpias las manos los calos venia bañado me bañaba cada tercer dia a veces se me olvidava lavar los dientes.

2. ¿CÓMO VENGO DE ASEADO AHORA?

vengo limpio no traigo cerilla en los oidos ni mugre en los lados de las orejas no traigo mugre en el cuello ni las uñas largas ni can mugre vengo cambiado limpio no huelo mal no traigo mugre en las rodillas vengo bañado no traigo cochino la ropa ni la cara ni traigo mugre en las uñas.

Erwin Fonseca Hernandez.

GRAFICAS

Relación de alumnos que presentaron aspectos higiénicos desfavorables al inicio de la investigación en el cuarto grado de la escuela primaria "Benito Juárez" TV. Degollado, Jal. 1994 - 1995.

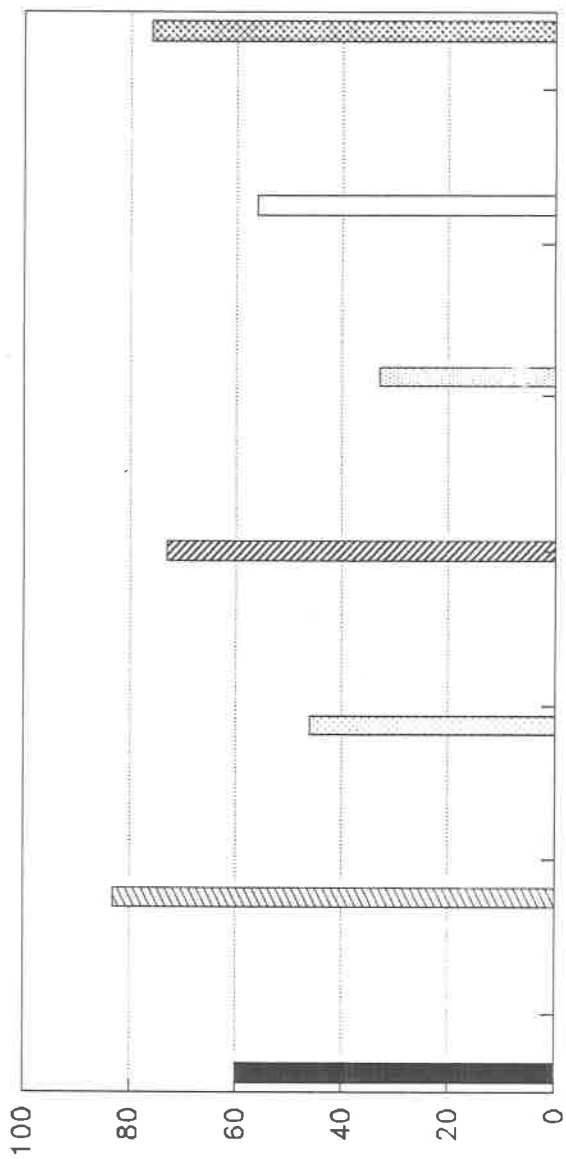
N. P.	NOMBRES	ASPECTOS						
		1	2	3	4	5	6	7
01.-	Alonzo González Enrique	si	si		si	si		si
02.-	Alvarez Castillo Berenice							
03.-	Ayala Mata Mónica			si		si	si	
04.-	Ayala Murillo Norma	si	si		si	si		
05.-	Barajas Hernández Susana	si	si	si	si			si
06.-	Barba Bermudez Alma E.							
07.-	Cazares Jaime Luis A.	si		si	si	si		
08.-	Cobarruvias López María G.		si			si	si	
09.-	De la Paz Cruz María C.				si	si		
10.-	Fonseca Hernández Efraín							
11.-	Hernández Flores Luis		si	si	si			
12.-	Hernández García Francisco	si			si	si	si	
13.-	Martínez Ayala Carlos	si	si		si			
14.-	Medina Fuentes Miguel		si		si	si		
15.-	Mendoza García Marisol	si	si		si			si
16.-	Mendoza Rodríguez Alejandro							
17.-	Montes Alvarado Juan C.		si	si	si		si	
18.-	Muñoz García Alejandro	si	si		si	si		si
19.-	Ramos González Víctor M.	si	si		si			
20.-	Rizo León José Manuel		si	si	si		si	
21.-	Rizo Martínez Claudia							
22.-	Rodríguez Navarroc Roberto				si	si		
23.-	Romero Estrada Laura E.							
24.-	Sánchez Martínez Norma E.				si	si	si	
25.-	Santacruz Castro Erika M.							
26.-	Torres Alvarez Efraín	si	si		si	si		
27.-	Torres Rizo Yesenia	si	si	si	si			si
28.-	Tovar Gómez Maribel							
29.-	Valadez Muñoz J. Jesús		si		si	si	si	
30.-	Zaragoza Rodríguez Margarita	si	si	si	si			

1.- Cabeza sucia
5.- Manos sucias

2.- Cerilla
6.-Ropa sucia

3.- Cuello mugroso
7.- Piojos

4.- Mal aliento



- ASEO LIMPIO
- BUEN ALIENTO
- SIN PIOJOS
- SIN CERILLA
- CUELLO LIMPIO
- SIN PAJAMAS
- MANOS LIMPIAS
- ROPA LIMPIA

Logros obtenidos en la aplicación de hábitos higiénicos por los alumnos del cuarto grado de la escuela primaria "Benito Juárez" TV. Degollado, Jalisco. 1994 - 1995.

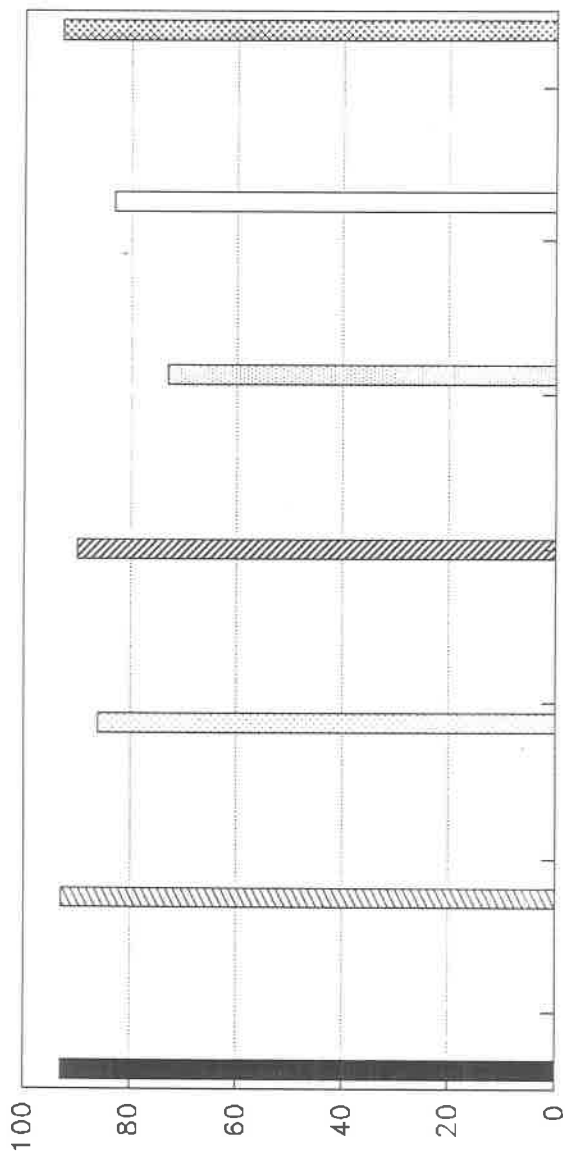
N. P.	NOMBRES	ASPECTOS						
		1	2	3	4	5	6	7
01.-	Alonzo González Enrique			si	si		si	
02.-	Alvarez Castillo Berenice							
03.-	Ayala Mata Mónica							
04.-	Ayala Murillo Norma							
05.-	Barajas Hernández Susana	si	si			si		
06.-	Barba Bermudez Alma E.							
07.-	Cazares Jaime Luis A.				si		si	
08.-	Cobarruvias López María G.							
09.-	De la Paz Cruz María C.					si		
10.-	Fonseca Hernández Efraín							
11.-	Hernández Flores Luis				si			
12.-	Hernández García Francisco							
13.-	Martínez Ayala Carlos							
14.-	Medina Fuentes Miguel			si				
15.-	Mendoza García Marisol	si	si			si		
16.-	Mendoza Rodríguez Alejandro							
17.-	Montes Alvarado Juan C.							si
18.-	Muñoz García Alejandro					si	si	
19.-	Ramos González Víctor M.							
20.-	Rizo León José Manuel							
21.-	Rizo Martínez Claudia							
22.-	Rodríguez Navarro Roberto					si		
23.-	Romero Estrada Laura E.							
24.-	Sánchez Martínez Norma E.					si	si	
25.-	Santacruz Castro Erika M.							
26.-	Torres Álvarez Efraín							
27.-	Torres Rizo Yesenia			si		si		
28.-	Tovar Gómez Maribel							
29.-	Valadez Muñoz J. Jesús						si	si
30.-	Zaragoza Rodríguez Margarita			si		si		

1.- Cabeza sucia
5.- Manos sucias

2.- Cerilla
6.- Ropa sucia

3.- Cuello mugroso
7.- Piojos

4.- Mal aliento



- ASEO LIMPIO
- ▨ SIN PIOJOS
- ▨ SIN CERILLA
- BUEN ALIENTO
- ▨ MANOS LIMPIAS
- ▨ CUELLO LIMPIO
- ▨ ROPA LIMPIA