



**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL**



UNIDAD 212 TEZIUTLÁN

En tiempos de Covid-19 mi alimentación desde una educación a distancia voy cuidando.

PROYECTO DE INTERVENCIÓN E INNOVACIÓN

Que para obtener el título de:

Licenciada en Intervención Educativa

Presenta:

María José Cervantes Argüelles

Teziutlán, Pue; junio de 2021.



**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL**



UNIDAD 212 TEZIUTLÁN

En tiempos de Covid-19 mi alimentación desde una educación a distancia voy cuidando.

PROYECTO DE INTERVENCIÓN E INNOVACIÓN

Que para obtener el título de:

Licenciado en Intervención Educativa

Presenta:

María José Cervantes Argüelles

Tutor:

Israel Aguilar Landero

Teziutlán, Pue; junio de 2021.

DICTAMEN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

U-UPN-212-2021.

Teziutlán, Pue., 15 de Junio de 2021.

C.
María José Cervantes Argüelles
Presente.

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Exámenes Profesionales y después de haber analizado el trabajo de titulación, alternativa:

Proyecto de Intervención e Innovación

Titulado:

"En tiempos de Covid-19 mi alimentación desde una Educación a Distancia voy cuidando"

Presentado por usted, le manifiesto que reúne los requisitos a que obligan los reglamentos en vigor para ser presentado ante el H. Jurado del Examen Profesional, por lo que deberá entregar un ejemplar y cinco cd's rotulado en formato PDF como parte de su expediente al solicitar el examen.



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD 212 TEZIUTLÁN

Atentamente
"Educar para Transformar"

Ernesto Constantino Marín Alarcón
Presidente de la Comisión

ECMA/sec*

DEDICATORIA

Este proyecto lo dedico con todo mi amor y cariño a mi familia maravillosa, que siempre me apoya y acompaña en cada paso que doy, gracias a mi esposo por permitirme el haber llegado hasta este momento tan importante de mi formación profesional, gracias Edgar Martínez, por ser el pilar más importante, por demostrarme siempre tu amor y apoyo incondicional sin importar los obstáculos y dificultades que se nos presenten, gracias por ser y estar en mi vida, gracias por siempre creer en lo que puedo llegar a ser y siempre estar a mi lado, por tu comprensión, paciencia, fortaleza y por nunca dejarme caer, gracias por el grandioso equipo que hemos formado.

Este logro se lo dedico con amor a mi hijo Julián Martínez por ser mi motor, mis ganas, mi fuerza, por ti y para ti siempre seré la mejor, porque tu presencia ha sido y será siempre el motivo más grande que me ha impulsado para lograr esta meta, y todas aquellas que me proponga, gracias por ser mi inspiración para convertirme en la mujer que hoy soy y en la que seré mañana.

A mi madre Laura por creer en mí, por motivarme y guiarme a ser la mujer que soy hoy, a mi suegra Alma gracias a su apoyo, a mis hermanas Laura y Paola por simplemente ser quienes son siempre a mi lado, a mi abuelo Lauro por siempre estar orgullosa de quien soy e impulsarme a lograr mis metas, a mis pequeños sobrinos Santiago, Diego e Isabella recuerden que así como yo hoy culmino, quiero que sigan este ejemplo de dedicación y entrega por un sueño, y a mis amigas que fueron una gran compañía, por esas palabras de aliento siempre que lo necesito sin ustedes a mi lado la universidad no hubiera sido la misma.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN

CAPÍTULO I

CONTEXTUALIZACIÓN DEL PROBLEMA

1.1 El diagnóstico, punto de partida en la intervención educativa	12
1.2 Contexto externo e interno	18
1.3 El problema derivado del diagnóstico y su ámbito de oportunidad	28

CAPÍTULO II

MARCO TEORICO

2.1 La educación inicial y preescolar	35
2.2 La intervención Educativa en preescolar	41
2.3 El problema como eje central de la intervención	46
2.4 Fundamento teórico de la estrategia de intervención	52
2.4.1 Teoría sociocultural del desarrollo cognitivo de Lev Vygotsky.....	52
2.4.2 Teoría cognición situada de Frida Díaz Barriga	55
2.4.3 El método por proyectos: Una estrategia para el desarrollo de competencias.....	59
2.5 La evaluación en el campo de la intervención	62

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1 Enfoque de la investigación	69
3.2 Diseño de la investigación	74
3.3 Recolección de datos	79

CAPÍTULO IV

PROYECTO DE INTERVENCIÓN

4.1 Fundamentación del proyecto de intervención	86
4.2 Comiendo en casa, en la vida aprendo de amores y sabores	90
4.3 Estrategia de evaluación	99

4.4 Balance General	102
4.5 Retos y Perspectivas.....	105

CONCLUSIONES

BIBLIOGRAFÍA

ANEXO

APÉNDICES

INTRODUCCIÓN

Durante mucho tiempo y gracias a diversos estudios que han ido demostrando la gran importancia que representa el tener una sana alimentación para tener una vida saludable; una buena alimentación contribuye a una mejor calidad de vida y sensación de bienestar en las personas, mismas que saben que un correcto consumo favorece el desarrollo de los infantes y que los hábitos sanos deben de inculcarse desde la primera infancia. Una buena y sana nutrición contribuye a mantener una buena salud, lo esencial para mantener una vida sana, es aprender a alimentarse y conocer la importancia de la cantidad, calidad y la armonía de los alimentos que componen nuestra dieta cotidiana, y para esto es necesario consumir una comida variada, y comer lo necesario para mantener nuestra salud lo más sano posible, ingerir la cantidad de agua adecuada y realizar actividad física.

El problema se detecta, gracias a la realidad que existe en el entorno educativo a estudiar, originario del diagnóstico socioeducativo, resulto ser un problema por la carencia de sanos hábitos alimenticios dentro del horario escolar en los niños del preescolar “Puebla”, teniendo un inadecuado desempeño en el aula, por falta de educación alimenticia no se le ha dado la importancia que requiere este problema en el ámbito educativo y social en los infantes.

Algunos de los conceptos que es indispensable poder tener en cuenta después de la correcta aplicación del diagnóstico para ello es necesario conocer ¿Qué instrumentos son los adecuados para poder obtener información del tema?, al tener en cuenta el concepto de que los hábitos alimenticios son un problema en la primera infancia y cuáles son las posibles causas de que se origine, para poder detectar el cómo puede llegar a afectar la incorrecta alimentación en el aprendizaje de los niños y las distintas enfermedades que puede ocasionar una alimentación inadecuada, y teniendo siempre en cuenta lo que se espera lograr en los niños y su familia a tener

una sana alimentación saludable, estos conceptos permitieron llegar a la pregunta guía a raíz del problema detectado.

Cuando ya se tuvo una idea más clara del panorama del problema fue necesario preguntarse y tener en cuenta ¿Qué tipos de actividades puedes favorecer que los niños aprendan una sana alimentación?, el cómo se podrá dar a conocer los sanos y correctos hábitos alimenticios en casa, es necesario que como interventor educativo se plantee que es lo que puede lograr y como se puede intervenir en el problema, que solución se puede proponer, con que técnicas e instrumentos ayudaran a corroborar el proceso, estos cuestionamientos fueron la guía para poder crear una propuesta de intervención oportuna.

Siendo en este proyecto el objetivo principal que es fomentar la sana alimentación en los niños y sus familias, pretendiendo sensibilizar a la población estudiada sobre los diversos problemas de salud, académicos, que pueden producirse por la inadecuada practica de sanos hábitos alimenticios, tratando de así involucrar a las familias en practicar y darle la importancia necesaria al tema, llevando a la práctica y conociendo que es la sana alimentación y como se puede implementar en casa.

La presente propuesta del proyecto de intervención educativa se titula, "Comiendo en casa, en la vida aprendo de amores y sabores", el objetivo general es crear un proyecto de intervención educativa para los alumnos de preescolar "Puebla", mediante el aprendizaje basado en proyectos (ABP) con la finalidad de crear situaciones didácticas que permitan fomentar la sana alimentación en los alumnos del 2° "A" en la educación a distancia, el cual por motivos de la actual contingencia no se podrá aplicar, pero su diseño fue creado de manera colaborativa con los padres, alumnos y la docente que ayudaron a la elaboración del diagnóstico inicial.

El fundamento teórico es muy importante en esta investigación, debido a que es la que sustenta los aportes hechos, para esto es indispensable mencionar los autores que contribuyen sobre conceptos, estrategias, elementos educativos para la mejora de los hábitos alimenticios en los pequeños. Así mismo para fundamentar las competencias de exploración y comprensión del mundo natural y social en el campo de la salud está basado en el plan de estudios 2017, el plan y programa para preescolar (PEP), acompañado de la Organización Mundial de la Salud (OMS), y la Nueva Escuela Mexicana y se complementa con autores como Astorga, Barriga, Bassedas, Egg, Frola, Piaget, Sampieri, Vygotsky.

La metodología en la que se centra el presente trabajo es con la naturaleza de la investigación, un enfoque cualitativo ya que se basa en una lógica y proceso inductivo, para captar la realidad social a través de la persona estudiada, de esta manera se puede ir de lo particular a lo general, con una inducción analítica y observación de la realidad, teniendo como base del diseño de la investigación en donde se propone un plan o estrategias para obtener la información deseada. Estableciendo lo que se debe hacer para alcanzar los objetivos deseados, se usan las fases del diagnóstico socioeducativo de Egg (2000), que son identificar el problema, elaborar el plan diagnóstico, recoger la información y socializar los resultados. Siendo un estudio de tipo transversal a corto plazo ya que se recolectan los datos en un solo y único momento, haciendo una investigación de campo, extrayendo los datos directamente de la realidad inmediata y a la vez documentar para poder validar la información presentada.

El presente trabajo está organizado en cuatro capítulos; en el primero se presenta la contextualización del ámbito de oportunidad, el diagnóstico a usar, sus fases, categorías de análisis, las técnicas de investigación, el contexto externo e interno y los distintos aspectos como lo social, económico, cultural, educativo y de salud, influyen de manera directa en el problema, acompañado

del problema detectado en el diagnóstico, los ámbitos de oportunidad, el propósito, objetivo de investigación, y la pregunta detonadora.

Posteriormente en el segundo capítulo se encuentra el marco teórico de la investigación el cual es la base del problema, en donde se sustentan las teorías que sustentan el problema como lo son el enfoque psicológico con la teoría socio cultural del desarrollo cognitivo de Lev Vygotsky (1978), en el enfoque pedagógico la teoría de la cognición situada de Díaz Barriga (2003) y en el enfoque didáctico la situación didáctica de Patricia Flora (2011), es importante mencionar que se contempla el enfoque de educación a distancia por Jordi Adell (2004).

Por su parte complementando con la descripción general en el tercer capítulo se encuentra el marco metodológico en donde se encamina al enfoque de la investigación, el diseño de la investigación, el tipo de estudio y la recolección de datos, en donde se especifican las categorías de análisis, las técnicas e instrumentos de recogida de información. Finalizando con el capítulo cuatro en donde se expone el proyecto de intervención, que es la propuesta de mejora para el problema, se da a conocer la fundamentación del mismo, el nombre, la estrategia a utilizar que es la situación didáctica, la estrategia de evaluación con las técnicas e instrumentos a usar, posterior se describe el balance general, los retos y perspectivas, finalizando con una conclusión, las referencias bibliográficas con las que se sustenta dicho trabajo, al final los apéndices y anexos.

Los alcances de la investigación fueron buenos pero limitados ya que no se pudo tener un seguimiento al cien con el problema, las limitaciones que se dieron fueron que con la actual contingencia por Covid-19, no permitió tener un cien por ciento en la práctica de la propuesta, ya que fue la principal limitante.

CAPÍTULO

I

CONTEXTUALIZACIÓN DEL PROBLEMA

La investigación en el campo de la educación le requiere al profesionalista de la intervención educativa conocer aspectos relevantes dentro del cual se ubican los sujetos receptores de la acción. La realidad debe ser atendida como el contexto en el que se vive, social, educativo, el cual tendrá cualidades como lugar, tiempo determinado. Por tal motivo, en el presente capítulo, la descripción que se hace del contexto externo e interno se da en el marco de un diagnóstico educativo pues se reconoce que, desde sus bondades, éste es el detonante de diseño de propuestas dirigidas a la atención de un ámbito de oportunidad para el Interventor o Interventora Educativa.

1. 1 El diagnostico, punto de partida en la intervención educativa

Cuando analizas y reflexionas el ámbito educativo surgen diferentes problemáticas y problemas en las cuales el o la investigadora jerarquiza según sea la importancia de atender, para esto es recomendable realizar un diagnóstico el cual ayuda a reconocer y comprender las características de un problema en específico con miras a solucionarlo, esto quiere decir que el diagnóstico no se hace solo para saber qué es lo que pasa, sino que se elabora con un objetivo general muy preciso y a través de distintas técnicas de recopilación de información cuya intención es la obtención de información que sirva para tomar decisiones y realizar acciones sustentadas en las teorías más convenientes en el marco de las estrategias pertinentes para actuar de la mejor manera en el problema.

Por tal motivo, el diagnóstico ayuda a tener una visión más clara de la problemática presentada, y es solo una fase del proceso de intervención que busca generar conocimiento de lo que pasa, para así determinar cuáles son los elementos que influyen de manera directa o indirecta en el problema. Ahora bien, es importante decir que el diagnóstico es considerado como el

procedimiento por el cual se establece la naturaleza y magnitud de las necesidades y problemas que afectan al aspecto, sector o situación de la realidad social que es motivo de estudio investigación en vista de la programación y realización de una acción (Freire, 1970).

En el diagnóstico se establece también la jerarquización de las necesidades y problemas en función de ciertos criterios políticos, ideológicos y técnicos. Comporta, asimismo, el conocimiento de las diferentes fuerzas en conflicto y de los factores que actúan de manera favorable, neutra o desfavorable, para alcanzar los objetivos o la finalidad propuesta. También incluye la determinación de los recursos disponibles. Tiene por finalidad servir de base para la realización de un proyecto o programa y para fundamentar las estrategias que se han de expresar en una práctica concreta, conforme a las necesidades y aspiraciones manifiestas por los mismos interesados de manera directa y a través de sus organizaciones o asociaciones.

Para Arteaga (1987) “El diagnóstico consiste en reconocer sobre el terreno, donde se pretende realizar la acción, los síntomas o signos reales y concretos de una situación problemática, lo que supone la elaboración de un inventario de necesidades y recursos” (p.34). El diagnóstico consiste en investigar los problemas que se tienen en la realidad que rodea, se elige una problemática, se recoge la información sobre él y se analiza a fondo sus causas y consecuencias, y la relación que tienen.

El objetivo de un diagnóstico educativo es conocer las características donde se desarrolla, los diferentes rasgos de su ambiente educativo, para así poder detectar las necesidades educativas en los niños, la maestra a lo largo de su experiencia laboral con los niños, debe de reconocer las distintas ideas, creencias, y maneras de vivir de cada uno de los pequeños individuos, ya que el diferente conocimiento de ellos, les podrá mostrar las diferentes maneras de vida que existen, las

maneras de pensar, y que no todas las realidades son iguales, de esta manera los pequeños podrán generar un aprendizaje nuevo y nutrido por los demás.

Por otra parte, planificar es un proceso que sirve para organizar determinadas ideas con el fin de resolver un conflicto determinado, es un plan que será llevado a la acción para así poder mejorar un cierto aspecto de la sociedad educativa, al elaborar el plan debe incluir las acciones a realizar, la forma en la que queremos. Existen distintos tipos de diagnóstico, para el autor Ander Egg et al (2000), es un instrumento empleado por las comunidades para la edificación en colectivo de un conocimiento sobre la realidad, en el que se reconocen los problemas que les afectan, los recursos con las que se cuenta y las potencialidades propias de la localidad que pueden ser aprovechadas en beneficio de toda la comunidad, y sirve también para que todos los miembros de la comunidad planifiquen colectivamente actividades que les permitan mejorar su situación inicial, este tipo de diagnóstico cuenta con cuatro fases que son identificar, precisar, estimar, y realizar.

Entre los distintos tipos de diagnóstico se puede encontrar el de animación sociocultural que es “El conjunto de prácticas sociales que tiene como finalidad estimular la iniciativa y participar en las comunidades en el proceso de su propio desarrollo”, de acuerdo al autor Egg et al (2000a). Primero se debe estudiar la situación de la realidad en la que se va a actuar, esto con el fin de diagnosticar necesidades y problemas, no se tiene que estudiar todas las cuestiones sociales que conciernen al problema, ni todos los aspectos de la cultura en su dimensión cultural, el diagnóstico mencionado cuenta con seis fases en las cuales primero se hace referencia a la situación global en que enmarcan las actividades socioculturales, la caracterización de la situación cultural, estudio de las necesidades culturales, estudio de la demanda cultural, jerarquización de necesidades y problemas, y para finalizar un inventario de los recursos disponibles.

Con relación a lo anterior otro tipo de diagnóstico es el de trabajo popular que proponen los autores (Astorga & Bijil, 1991), busca mejorar las condiciones de vida de sus miembros, resolver problemas teniendo como propósito una innovación y un cambio en la sociedad, y este comienza cuando dicha organización tiene problemas y se exige una transformación con acciones más prácticas, este está basado en comprender para resolver, y así encontrar una solución eficaz, y para esto se debe conocer el problema a fondo, este tipo de diagnóstico tiene seis fases que son: La referencia a la situación global en que enmarcan las actividades socioculturales, caracterización de la situación cultural, estudio de las necesidades culturales, estudio de la demanda cultural, jerarquización de necesidades y problemas, y para finalizar se hará el inventario de los recursos disponibles.

Del mismo modo se describe el diagnóstico es el psicopedagógico el cual la autora Eulalia Bassedas et al (1991) menciona que es un proceso en que se analizan la situación del alumno con dificultades en el marco del aula, para proporcionar a los maestros orientaciones e instrumentos que permitan modificar el conflicto. Es importante decir que este tipo de diagnóstico tiene sentido en la medida en que se aplica para conocer e identificar situaciones dentro del aula y que repercuten en los aprendizajes de los alumnos, este diagnóstico intenta ayudar no solo a el alumno sino también al docente y a la institución educativa, este diagnóstico consta de cuatro fases las cuales son la detección e identificación del problema, una evaluación formal, un plan de intervención y un seguimiento.

Entre los tipos de diagnóstico que existen en esta propuesta se trabajará con un diagnóstico socioeducativo, para esto es importante conocer que el diagnóstico social Egg et al (2000b), menciona que es un proceso de elaboración de información que implica conocer y comprender los problemas y necesidades dentro de un contexto determinado, y sus fases son la identificación de

necesidades y problemas , pronóstico de la situación, identificación de recursos y medios de acción, por último la determinación de prioridades. El diagnóstico socioeducativo desde la perspectiva del mismo autor, el cual considera que es un proceso mediante el cual se especifican características del contexto, las interacciones de los actores sociales y la existencia de problemas o situaciones en el aula que sean congruentes con las realidades en que se desenvuelven en nuestro grupo de trabajo.

Por su parte Astorga et al (1991), hace referencia al diagnóstico participativo, el cual menciona que es una oportunidad para el aprendizaje colectivo, en que los participantes investigan su propia realidad y analizan las causas de los problemas, este consta de cinco fases que son la identificación del problema, elaborar un plan diagnóstico, recoger la información, procesar la información, y socializar los resultados. Para el autor este tipo de diagnóstico permite conocer la situación actual de forma sistemática, al realizar un diagnóstico es importante partir de lo general a lo particular, de lo que se ve a simple vista hasta lo que detalladamente se comprende que es el problema.

En esta propuesta de intervención educativa se utilizará un diagnóstico socioeducativo, este tipo de diagnóstico en lo social se caracteriza por poseer cualidades como lugar y tiempo determinados, y busca generar un conocimiento que requiere conocer lo que pasa para determinar los elementos que influyen de manera directa o indirecta, de esta manera permite conocer la verdad de ese ámbito de la vida social, ya que es un aspecto de suma importancia no solo para la escuela si no para la vida futura de los pequeños.

Durante la propuesta de intervención el analizar la realidad, permitirá describir la situación, explicar por qué ocurre la situación conflictiva, implicar a los sujetos del sector social, y poder finalmente llevar a cabo la transformación y mejoramiento del entorno, el autor Ander Egg et al (1995), menciona que busca descubrir lo que no se conoce, es decir, se va a conocer porque tiene

lugar el problema o ámbito de oportunidad en un espacio y tiempo determinado, este conocimiento de la realidad nos dará la oportunidad y posibilitara conocer lo viejo, para construir una realidad nueva. El diagnóstico socioeducativo tiene como finalidad transformar a las personas que están siendo afectadas por una problemática y al mismo tiempo transformar el entorno social, es lo que se pretende con este diagnóstico, transformar el entorno educativo del preescolar “Puebla”, partiendo de la importancia que tiene una buena nutrición en los niños, para tener un buen desarrollo.

Esta propuesta se lleva a cabo mediante el diagnóstico y el reconocimiento del problema, el desarrollo del plan de acción para mejorar el ámbito de oportunidad que se está teniendo lugar en el contexto y finalmente la reflexión en torno a los efectos como base para una nueva planificación. Las características del diagnóstico socioeducativo se enfocan en comprobar el progreso del alumno hacia las metas establecidas, las posibilidades y limitaciones para el desarrollo, averiguar las causas que dificultan el desarrollo del alumno para poder modificarlas, y proponer pautas para la intervención de acuerdo con las necesidades detectada, las fases que se trabajaran son el diagnóstico en el cual se darán a conocer los problemas de la realidad, seguida de la planificación en donde se prepararan acciones para solucionar los problemas, la ejecución en donde se realizaran las acciones planificadas, para valorar las acciones que se realizaron se llevará a cabo la evaluación y por último en la sistematización se reconstruirán las experiencias de todo el proceso de trabajo.

El diagnóstico, es fundamental para conocer las ideas de los pequeños, al conocer un panorama más amplio se podrá planificar y ejecutar acciones adecuadas a nuestra problemáticas, necesitamos investigar lo que pasa en el contexto educativo en los pequeños, porque es imposible solo actuar en algo que se desconoce analizando la realidad para conocerla y estar en condiciones

de poder dominarla., las personas estamos en un continuo interrogante consciente o inconsciente sobre nuestra vida y sobre todo lo que nos rodea.

Empezar a analizar es pensar en lo que una persona es, en lo que tiene de semejante o diferente con el resto, en este caso sería conocer sobre la realidad del problema, esto permitirá proporcionar fundamentos para intervenir en el problema socioeducativo, se define intervención como la acción relacionada sobre un campo, problema o situación específica, para su transformación, la intervención en lo social es un proceso en el que se actúa sobre la realidad y su finalidad es transformar a las personas afectadas y a su entorno social en que se encuentran. En las siguientes líneas se hace una descripción del conexo externo e interno como parte del diagnóstico antes planteado.

1.2 Contexto externo e interno

Es importante analizar a grandes rasgos el contexto social donde tiene origen el ámbito de oportunidad detectado, ya que en cada lugar existen distintas características históricas, culturales, que son muy importantes, es fundamental abordar desde los diferentes aspectos como lo son social, cultural, económico, educativo, para conocer los aspectos que influyen en la detección de nuestro ámbito de oportunidad, se utilizó una guía de observación para conocer dichas características (Ver apéndice A), ya que dichos elementos a analizar son aspectos importantes que de una u otra manera influyen en el ámbito educativo de los niños del preescolar “Puebla” del municipio de Hueytamalco.

Un problema del contexto consiste en resolver una necesidad en un entorno con sentido para los estudiantes y debe ser potencialmente significativo acorde con el ciclo vital y entorno, se busca mejorar, superar, crear, innovar la situación presentada biología y cultura encuentran su

punto de unión en el proceso de socialización de la persona, especialmente, en las edades tempranas en que el ser biológico debe adquirir su condición de ser social dentro de un grupo humano concreto (Alonso et al, 1973).

La teoría Sociocultural de Lev Vygotsky et al (1978), se basa principalmente en el aprendizaje sociocultural de cada individuo y por lo tanto en el medio en el que se desarrolla, señala que “En el desarrollo psíquico del niño y la niña toda función aparece en primera instancia en el plano social y posteriormente en el psicológico”. Matos (2010) Es decir, se da al inicio a nivel intersíquico entre los demás y posteriormente al interior del niño y de la niña en un plano intersíquico, en esta transición de afuera hacia dentro se transforma el proceso mismo, cambia su estructura y sus funciones.

Entendiendo así los individuos actúan sobre lo aprendido en su entorno y la evolución que tienen influye en la sociedad que lo rodea, en esta descripción se mencionan los aspectos más relevantes para conocer los distintos recursos e instancias con las que podemos contar para poder mejorar nuestro ámbito de oportunidad. En relación a lo ya mencionado el lugar específico en el que hace hincapié esta investigación es el municipio de Hueytamalco, Puebla. Es uno de los 217 municipios que conforman el estado de Puebla, en él se habla el español y dos lenguas indígenas que son el Náhuatl y Totonaca, dicho municipio colinda al norte con el estado de Veracruz, al este con el municipio de San José Acateno y el estado de Veracruz, al sur con el municipio de Teziutlán, y al oeste con los municipios de Tenampulco y Ayotoxco de Guerrero. (Fuente INAFED).

Dentro del municipio se presenta la transición de los climas templados de la sierra norte, a los cálidos del declive del golfo, se identifican dos climas, clima semicálido subhúmedo con lluvia todo el año es el clima predominante se presenta en la zona sur del municipio y el clima cálido húmedo, con abundante lluvia en verano este se identifica en la zona norte del municipio.

El municipio cuenta con una belleza arquitectónica que es el templo Parroquial del Santo Patrón Santiago Apóstol, se localiza en la cabecera municipal, el municipio no cuenta con museos. En la investigación se contó con un dialogo con un cronista, persona distinguida del municipio (Ver anexo 1), que con el paso del tiempo adquirió experiencias y al vivir toda su vida en dicho municipio; por su trayectoria en educación inicial por las comunidades y su andar por medio de la política, pudo narrarnos las distintas necesidades y características más sobresalientes.

Se permite dar a conocer las formas sociales de convivencia que se promueven en el entorno en donde ha surgido la problemática detectada, por medio del diagnóstico inicial y la observación fue posible averiguar que dentro de las formas sociales de convivencia que se manifiestan en la cabecera municipal de Hueytamalco, lugar en el que se presenta la problemática, el núcleo familiar es un aspecto que llega a tener gran notabilidad ya que se considera que de él parten las primeras formas de vida social.

Debido a que ha sido posible descubrir que uno de los principales conflictos a los que se enfrentan las familias es que alguno o ambos padres se encuentran trabajando y se ausentan del hogar por varias horas al día y se quedan a cargo de ellos, los abuelos, señoras que contratan para ver a sus hijos, o con sus hermanos, y otros en el peor de los casos se ausentan por periodos largos de tiempo, en los que se van a otros países a trabajar para sacar adelante a su familia. El municipio brinda espacios eco turísticos para que las familias del municipio puedan convivir sanamente, entre estos están las grutas de Atepetaco, ubicadas en la comunidad de La Garita, Cascada de Plan de Guinea, Cascada el salto, Cascada el Goterón, Cascada de Xoyoquila. Dentro de Hueytamalco se pueden encontrar diversas vistas hermosas y lugares llenos de naturaleza, al igual en los municipios vecinos podemos encontrar diversos lugares para fomentar la convivencia familiar.

Entre las principales fiestas, danzas y tradiciones que se celebran en el municipio, se encuentra la fiesta patronal en honor a Santiago Apóstol el 25 de Julio. Esta feria patronal se celebra con misas, rezos, procesiones, juegos pirotécnicos y danzas como lo son los moros, cristianos y negritos, estas danzas se bailan acompañadas de música de banda de viento, se organizan jaripeos, hay comida típica como mole, cacalás de anís y una bebida llamada chole, que es una especie de atole hecha con cacao. Es tradición que el mayordomo y su comité den de comer a toda la gente que hace una procesión para acompañar al santo en su recorrido por todas las comunidades, son de las tradiciones en el municipio que tienen relación con la alimentación en niños y niñas.

Otras celebraciones que enmarcan a la familia como o son el 10 de mayo día de la madre, el 30 de abril el día del niño, y el día del padre, además del día de muertos, las fiestas decembrinas, día de reyes, por mencionar algunas. En el municipio de Hueytamalco la gente es participativa en los eventos que son organizados por la iglesia, ya que la gente aún es muy devota a la religión, desgraciadamente no se ve el mismo interés de los padres de familia en el preescolar, ya que muchas veces suelen decir que son una pérdida de tiempo y que por su trabajo no pueden asistir.

Los principales productos y servicios que brinda este municipio son la ganadería, la cosecha de café, los cítricos, la industria textil y pequeños comercios, no se cuenta con mercado, o tianguis algún día de la semana. Los principales transportes son taxis públicos y vías para trasladarse de Hueytamalco al municipio de Teziutlán, taxis y vías para trasladarse de Hueytamalco al municipio de Ayotoxco, combis y vías para trasladarse al municipio de San José Acateno, también se cuenta con combis y pasajeras para trasladarse dentro del municipio, de la cabecera a las distintas comunidades.

Es conocido popularmente como el tamal grande, o lugar de subidas y bajadas. Localizado en la parte noroeste del estado de Puebla, las familias del municipio se emplean principalmente en

la industria textil, es la manera de ingreso mayor en la cabecera de Hueytamalco, se emplean en la agricultura y ganadería, ya que muchos radican en el centro, pero trabajan en comunidades alrededor del municipio.

La mayoría de establecimientos se dedican a comercio minorista, se emplean en pequeños comercios propios, como lo son vendimia de diversos alimentos como lo son leche, queso, abarrotes, carnicerías, pollerías, frutas y verduras, por las noches se observan locales comerciales de venta de alimentos varios, como son taquerías, garnacherías, venta de pan, etc. Existen grupos musicales de las familias del centro, las cuales amenizan fiestas del municipio y los alrededores. La mayoría de las viviendas están edificadas de cemento, ladrillo, piedra, techo firme, y algunas de lámina y teja, la mayoría de las viviendas cuentan con los servicios básicos como lo son luz, agua, y drenaje público, en la cabecera se cuenta con televisión por cable, teléfono, internet, señal de telefonía celular, cabe mencionar que muchos de estos servicios no llegan a las comunidades, la mayoría de los habitantes que radican en la cabecera, son los que pueden disfrutar de ellos.

En la cabecera se pueden encontrar viviendas colectivas las que ofrecen servicios básicos en la renta del inmueble, el centro está conformado por una plaza cívica, en ella podremos encontrar el palacio municipal, la iglesia principal del municipio parroquia de Santiago Apóstol y diversidad de locales comerciales. En un aspecto social la cabecera municipal se destaca por la feria en honor a Santiago apóstol que se lleva a cabo el 25 de Julio en el recinto ferial “La Carambada” además en esta celebración se llevan a cabo diversos eventos como son las danzas autóctonas, grupos de música de viento, danzas folklóricas, exposición ganadera, exposición citrícola, exposición artesanal, variedad de venta de artículos varios, eventos familiares como las carreras de caballos, rodeos, y jaripeos.

Además, se pueden presenciar diversos eventos interculturales, con personas de otros países como lo son Colombia, Puerto Rico, Perú, Bolivia, Costa Rica, Rumania, y otros estados de nuestro país. Algo característico de este municipio es su Festival del Tamal Grande, el cual se lleva a cabo del 30 de Octubre al 3 de Noviembre, congrega a miles de personas, entre habitantes, visitantes a este lugar, quienes disfrutan del gran número de actividades que son planeadas, como son artísticas, turísticas, culturales, gastronómicas, deportivas, familiares, fiesta y tradición, mismas que se desarrollaran por cuatro días, contando con la participación de artistas, músicos, bailarines, artesanos, que vienen de otros estados y países, año con año se pretende rebasar las medidas del año anterior, es un evento que se lleva a cabo en la cabecera municipal y se destaca por la participación de las diversas familias de la colonia centro.

Las familias del centro brindan hospedaje a las personas que vienen a participar de otros países y estados, es un evento que ha caracterizado la participación de la comunidad, se basa en eventos principalmente culturales y de participación familiar, se intercambia cultura con municipios vecinos, se llevan a cabo distintas actividades para fomentar la convivencia y rescatar las tradiciones que nos caracterizan como mexicanos. En estas fechas se lleva a cabo entre las instituciones educativas el rescate de la tradición altar de muertos, se presenta un altar por institución en los bajos del palacio municipal y plaza principal, para mostrar a la población visitante las tradiciones, creatividad, y amor por los fieles difuntos, son fechas que al igual que el día de las madres, día del niño y el día del padre, se celebran en la colonia centro por parte del presidente municipal, y no se dejan pasar desapercibidas. En los diversos eventos sociales participan las familias del centro, se caracteriza por ser una comunidad de religión católica, y existen diversos templos como lo son testigos de Jehová y cristianos.

En la salud se cuenta con una clínica del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS Bienestar, que brinda atención médica, y una clínica de la Secretaría de Salubridad y Asistencia, así como la unidad básica de rehabilitación y consultorios de médicos particulares y dentistas, existen laboratorios clínicos que brindan atención tanto a los habitantes de Hueytamalco, como de los municipios vecinos. La demanda de servicios de la salud en el municipio es alta, ya que este municipio es grande en territorio y población, desgraciadamente este municipio no cuenta con un hospital para la atención de tanta población.

En la cabecera municipal del municipio de Hueytamalco, lugar que nos interesa ya que es donde se localiza el jardín de niños, existen planteles educativos como lo son preescolar público Jardín de niños Puebla, Centro de Asistencia Infantil Comunitario (CAIC Hueytamalco), Primaria México con turno matutino , Primaria 16 de septiembre con turno vespertino, Secundaría Lázaro Cárdenas del Rio , Telesecundaria Hermanos Serdán , Bachillerato Unión y Progreso, Bachillerato David Alfaro Siqueiros, Instituto Estatal de Educación Para Adultos (IEEA), y cuenta con estancia infantil Cri-Cri.

Por lo que respecta al conexo interno y para conocer la situación actual que se presenta la institución educativa con la que se trabaja, se dio a la tarea de analizar a detalle las condiciones de infraestructura, con la ayuda de unas guías de observación (Ver apéndice B y C) las cuales ayudan a detectar las debilidades y fortalezas del sitio investigado, ya que llegan a tener cierta influencia en el desarrollo educativo de los niños. El preescolar “Puebla” con clave 21DJN0014W se encuentra ubicado en José María Morelos #48, en el municipio de Hueytamalco Puebla, continuando es necesario saber que el aprendizaje no solo se tiene en el espacio educativo, siempre tendrá cierta influencia las distintas características que representen el lugar donde está situada la

institución en ese caso el preescolar con turno matutino (Ver Anexo 2), es donde se puede identificar el contexto interno a diagnosticar.

El personal docente que labora en la institución, está conformado por una directora, seis docentes frente a grupo, un maestro de música, un personal de apoyo de asistencia a la educación, una maestra del Programa Nacional de Inglés en Educación Básica (PENIEB). Todos con un perfil académico un técnico en música, cuatro con Licenciatura en Educación Preescolar, una con Licenciatura en Pedagogía, una con Licenciatura en Derecho, una con Licenciatura en lengua inglesa, una con Maestría en Ciencias de la Educación.

Se atiende una matrícula de 140 alumnos, seis grupos; dos primeros, dos segundos y dos terceros, una persona de limpieza, y una asociación de padres de familia. La relación que existe es mayormente laboral, cada uno de los docentes y trabajadores, mantienen una línea de respeto y trabajo en equipo. Se atiende a una población entre 3 y 5 años aproximadamente, el cual posee un nivel básico de lenguaje oral, escrito, pensamiento matemático, motricidad fina, y un nivel medio en desarrollo personal social, artes, conocimiento de su medio natural y social, cuidado del medio ambiente y convivencia sana y pacífica.

Las instalaciones de la escuela son bastante amplias, adecuadas y en general se encuentran en buenas condiciones, cuenta con seis salones de clase, dirección, área deportiva o recreativa, patio o plaza cívica, cuatro baños para los alumnos, un baño para los docentes. Los servicios con los que cuenta la escuela son energía eléctrica, servicio de agua potable, drenaje, servicio de internet, servicio de teléfono. En tanto a materiales con los que se cuentan en la escuela existe una buena organización con los padres de familia para suministrar de materiales necesarios en las aulas, para llevar adecuadamente las distintas actividades.

Sin embargo, faltan juegos recreativos para que los alumnos en sus descansos puedan entretenerse, la institución cuenta con bebederos para los alumnos, y están señaladas las salidas de emergencia, puntos de reunión, cuenta con extintor, y los docentes están preparados para cualquier situación de emergencia, los docentes están preparados con cursos de primeros auxilios y cuentan con botiquín en cada aula para atender las necesidades de los alumnos, si esto fuera necesario.

Se puede incluir que el aula del grupo de 1° “A” fue construida de tabicón y esta forrada de concreto, su techo es de loza y recientemente fue impermeabilizado, se encuentra además pintado en su exterior y en su interior ha sido decorado con ambientación de las distintas actividades que están planeadas por la docente y con dibujos de foammy agradables para los niños. Cuenta con una amplia iluminación gracias a dos ventanales que tiene en su parte frontal como en la trasera de una dimensión de 3m de ancho por 1.5 m en la parte superior de las paredes del aula, por donde penetran fácilmente los rayos del sol y por si estos fueran excesivos también se cuenta con cortinas que en su caso regulan la iluminación.

Por otra parte, también existe la instalación eléctrica, agua potable, un salón en el que está ubicado el grupo tiene las dimensiones apropiadas para la cantidad de alumnos, el mobiliario está en buenas condiciones, y se cuentan con todas las sillas y mesas necesarias para que los alumnos tengan su respectivo lugar y puedan trabajar cómodamente. En su interior, el aula contiene como mobiliario un pintarrón blanco, 10 mesas para trabajo para los niños, un escritorio para el docente, una silla grande, 20 sillas chicas.

Para las necesidades de los niños cuenta con un perchero para mochilas y batas de trabajo de los alumnos, un librero para la biblioteca de aula, dos estantes para material didáctico, un estante para los recipientes de desayuno de los niños, un reproductor de sonido, una computadora, un

cañón, una televisión para poder proyectar distintas actividades a los niños por último un pintarrón en buenas condiciones y altura para los pequeños.

Por parte de los padres de familia tienen poca participación, no existen problemáticas entre los padres, pero por falta de tiempo libre por las mañanas a causa de sus trabajos, les impide poder participar activamente en eventos cívicos, y festivos que se llevan a cabo en la institución, la mayoría de los alumnos se desenvuelven en condiciones similares que les afecta en su salud emocional, como lo es la desintegración familiar, la poca atención por parte de sus padres debido a sus situaciones laborales y el escaso establecimiento de normas de convivencia, relaciones interpersonales, el respeto de reglas, control de una buena alimentación y buenos hábitos alimenticios, en los que se pretende llegar a mejorar en los niños y niñas, esas son las pocas observaciones y comentarios que se han podido rescatar con el apoyo de la docente a cargo.

El entorno y el nivel socioeconómico son determinantes del comportamiento alimentario porque inciden en la disponibilidad, la accesibilidad y las preferencias alimentarias, ante la actual situación en las familias han surgido cambios en los hábitos alimentarios durante el periodo de confinamiento por la pandemia Covid-19, ante la pandemia es muy importante proteger a niñas, niños y a familia en general llevando una alimentación saludable en casa, manteniéndolos sanos y activos, y con un sistema inmunológico fuerte, ya que la actual crisis económica por la pérdida de empleo y reducción de ingresos, intensificarán aún más la vulnerabilidad de los hogares, especialmente de la población que ya vivía en situación de carencia alimentaria. La buena nutrición es una parte esencial de la defensa, pues las personas desnutridas tienen sistemas inmunes más débiles que aumentan su riesgo de enfermedad en general.

Entre los factores que afectan a la alimentación de la sociedad diagnosticada, se incluyen las repercusiones económicas de la pandemia de Covid-19 en el ingreso de los hogares, las

afectaciones en el acceso, disponibilidad y asequibilidad de los alimentos, el sobreconsumo de alimentos por la ansiedad, depresión o aburrimiento, el confinamiento en el hogar y medidas de distanciamiento social a su vez afectan la manera de comprar alimentos, así como el tiempo libre y el tiempo destinado al cuidado de los hijos y a la preparación de alimentos.

1.3 El Problema derivado del diagnóstico y su ámbito de oportunidad

En el Preescolar “Puebla”, se atiende a un alumnado entre 3 y 5 años aproximadamente, el cual posee un nivel básico de lenguaje oral, lenguaje escrito, pensamiento matemático, motricidad fina y un nivel medio en desarrollo personal y social, artes, conocimiento de su medio natural y social, cuidado del medio ambiente y convivencia sana y pacífica. Dentro de esta descripción es importante conocer la práctica educativa que desempeñan la docente, para el logro de las áreas de oportunidad en los niños de 1º “A”, dicho grupo cuenta con un total de 16 alumnos de los cuales 10 son niñas y 6 son niños, los cuales tienen un margen de edad de 3 años.

Durante las prácticas profesionales con la ayuda de un registro anecdótico (Ver Apéndice D) se observó que los alumnos requieren distintos apoyos educativos como lo son el lenguaje oral, pensamiento matemático, motricidad fina, relaciones interpersonales, respeto de reglas, ellos interactúan con sus compañeros, son sociables y respetan turnos de participación y muestran independencia para ir al baño, comer y recoger sus pertenencias personales. En este periodo de observación se detectó que los alumnos consumen distintos alimentos chatarra, los cuales, para su desarrollo y concentración dentro del aula, no son beneficiosos, ya que los alumnos al tener demasiada energía, quieren jugar y su concentración es deficiente.

Se logró observar que en el periodo de salida la mayoría de los niños consumen golosinas y alimentos chatarra, de esta manera los niños consumen productos no aptos para su nutrición y

correcto desarrollo, las dietas saludables contienen una diversidad de alimentos que en conjunto proporcionan calorías, nutrientes y otras sustancias útiles en cantidades que promueven la salud y el funcionamiento óptimo de las células. Es imprescindible que la alimentación sea variada para obtener todos los nutrientes necesarios, puesto que ningún alimento los contiene todos, hay numerosas combinaciones de alimentos que proporcionan una dieta saludable.

Se conoce que, durante la primera infancia, los niños y niñas pasan por un proceso de crecimiento y desarrollo muy intenso, por lo que una buena alimentación es fundamental, debido a la actividad vital del organismo, sin embargo, muchas veces la falta de tiempo, organización, o por solo desconocer, no brindamos completamente una alimentación correcta y sana a los niños y niñas. Con las habilidades físicas recién adquiridas de los niños en su infancia temprana, la exploración del entorno se acelera su nueva independencia se vuelve muy importante para ellos, durante esta etapa, el desarrollo social también implica la imitación de los demás, como los padres, cuidadores, hermanos y otros niños, aprenden las costumbres culturales de la familia, incluso las relacionadas con las comidas y la alimentación.

Se sabe que todo buen desarrollo comienza desde el vientre materno, donde ella debe cuidar una alimentación correcta, sana y equilibrada, pero conforme los niños crecen entran a una pequeña sociedad en donde influirán los distintos hábitos de sus semejantes, y para que el crecimiento de un niño se de de manera adecuada es necesario tener una dieta balanceada en cuanto a cantidad y calidad de alimentos, de no poder lograrlo puede producir desnutrición o en caso contrario obesidad. Brown et al (2014) menciona la necesidad de rituales alimenticios, una característica de esta etapa del desarrollo, se relaciona con la aparición del rechazo a ciertos alimentos, muchos niños en su infancia temprana demuestran fuertes preferencias y aversiones alimenticias, es posible que pasen por periodos prolongados de rechazo a un alimento en particular o a varios que antes

eran de su agrado, por eso es importante que los padres sean un buen ejemplo ya que los niños en su infancia temprana son estupendos imitadores, incluso de la conducta alimenticia.

Al conocer un poco de la importancia del problema, para poder obtener más información se solicitó el apoyo de la docente a cargo, y con la colaboración, conocimiento y autorización de los padres de familia, se realizó una encuesta (Ver Apéndice E), en la que con preguntas generales se detectó que es un ámbito de oportunidad para intervenir, ya que la alimentación y sus correctos hábitos, ayudarán al niño a tener un mejor desarrollo, y sus conocimientos serán mejor. Lo anterior hace referencia en como unos correctos hábitos en la alimentación influyen en el desarrollo del niño, se conoce que el crecimiento y desarrollo del niño se caracteriza por una secuencia ordenada de eventos cronológicos, de numerosos detalles en su expresión física y cognoscitiva, y por la gran variabilidad de resultados en cuanto a la capacidad física y funcional del individuo, el organismo convierte los alimentos que los niños ingieren en nutrientes necesarios para un adecuado crecimiento.

Es importante mencionar que la autora Brown et al (2014a) menciona que el consumo adecuado de energía y nutrientes es necesario para que los niños en su infancia temprana y preescolares alcancen el potencial completo de crecimiento y desarrollo. La desnutrición durante estos años altera tanto el desarrollo cognitivo como la capacidad para explorar el medio ambiente. Con nutrición adecuada y apoyo ambiental, es posible prevenir o reducir los efectos a largo plazo de la desnutrición, como el retraso en el crecimiento y la afección cognitiva.

Cuando se habla de nutrición desequilibrada, no se habla solamente a la desnutrición sino también a la sobrealimentación y a la alimentación inadecuada. La alimentación durante la primera infancia es fundamental para sentar las bases alimentarias del resto de la vida, así como también para proteger al niño de posibles enfermedades y estimular el correcto desarrollo, el organismo de

los niños está en pleno desarrollo, motivo por el cual es imprescindible que reciban una nutrición equilibrada y saludable desde la concepción.

La alimentación además de satisfacer las necesidades biológicas de crecimiento y desarrollo, permite la comunicación y relación entre el niño y sus semejantes, al mismo tiempo en su círculo familiar permite la relación entre el niño y los miembros de su familia, por esta razón es muy importante que principalmente los adultos sean conscientes de la correcta alimentación, y de los buenos hábitos, tras la situación actual de la pandemia se han tenido que cambiar las rutinas y adaptarse a una situación completamente desconocida para la mayoría de las personas, sin embargo desgraciadamente el cierre de los centros educativos, la sobre carga de trabajo, los horarios incompatibles y la escases de recursos de muchas de las familias que tristemente han perdido empleo, pone en riesgo el acceso a una nutrición adecuada, ante esta difícil situación muchos optan por las comidas precocinadas o productos ya procesados que están demasiado lejos de ofrecer una dieta sana y equilibrada.

Una buena alimentación para los niños y niñas es aquella que es variada, suficiente y equilibrada, y que su objetivo sea que el niño coma bien para que su crecimiento y desarrollo sean completos y adecuados. Se define que en “El desarrollo humano se produce una transición desde lo biológico o natural, a lo social o cultural”. Wallon (1987) En este planteamiento es muy importante tener en cuenta dos consideraciones: La primera es que tanto los factores sociales como los biológicos pueden ser considerados innatos o adquiridos, dado que unos se construyen gracias a la presencia de otros. La segunda afirma que las diferencias biológicas se pueden acabar convirtiéndose en sociales.

Durante la infancia temprana ocurren cambios en el crecimiento y desarrollo del niño, ya que en esta etapa es donde los niños logran su madurez inmunológica y adquieren habilidades,

destrezas en su desarrollo psicomotor que lo preparan para su desarrollo social, físico y mental, como sabemos un niño bien nutrido, será un adulto sano. En los pequeños de edad preescolar es importante prestar atención en su alimentación, ya que en esta edad adquieren vivencias que serán significativas para su crecimiento, ya que son seres más sociales, más activos y su desarrollo lo requiere, el propósito de mi propuesta de intervención es conocer cómo podemos ayudar a los niños a que tengan una correcta alimentación, aprender a amar su cuerpo, y el mundo que los rodea, y al mismo tiempo hacerlos ver la importancia de cuidar su medio ambiente, de esta manera se pretende evitar trastornos alimenticios y deficiencias en su desarrollo.

Según Piaget et al (1968) refiere a las cuatro etapas del desarrollo cognitivo, sensorio motor (Nacimiento-2 años), preoperacional (2-7 años), operaciones concretas (7 -11 años) y operaciones formales (Adolescencia-Adultez), en las cuales el niño se desarrolla desde su nacimiento hasta la adolescencia, en cada una de estas etapas son el resultado de la interacción o influencia de factores tanto hereditarios, ambientales, y sociales.

La mala alimentación en los niños tiene gran importancia en las destrezas motoras, manipulativas de su desarrollo, en la primera infancia se caracteriza también el periodo del juego en que los niños aprenden a través de las experiencias, como se mencionó el desarrollo es un proceso de cambios en el comportamiento, pensamiento, físicos, emocionales, cada cambio va relacionado con la edad, y tiene su propia evolución, con la evolución de la pandemia las sesiones presenciales se posponen y se trabaja a distancia, se pretende continuar, mejorando el aprendizaje y desarrollo de los pequeños.

Se sabe que la educación requiere del establecimiento de vínculos entre padres, maestros y niños, para lograr una mejor comunicación y aprendizajes, para esto es importante saber que la mala nutrición se puede deber a la falta de recursos económicos, pero es más frecuente que se

derive a los malos hábitos alimenticios, es por esto que los padres, maestros y la sociedad, juegan un papel fundamental en el desarrollo de los niños y niñas, y en la educación inicial es fundamental la correcta comunicación con sus familias.

Por lo regular es en la infancia donde se desarrollan los hábitos nutricionales, se conoce que en esta etapa el aprendizaje de los niños se da por la imitación de los adultos, es por lo que se centra esta propuesta en dar una mejora o alternativa para mejorar y estimular el correcto desarrollo de los niños, en esta contingencia promover la actividad física, acompañada de los buenos hábitos alimenticios se podrá mejorar el desarrollo del niño. Por eso es importante que los papás presten atención en sus propios hábitos ya que, influirá en el comportamiento del niño, el establecimiento del hábito del desayuno constituye una parte importante de las conductas alimenticias saludables, la hora de la comida de la familia proporciona una oportunidad a los padres y cuidadores para modelar las conductas alimenticias saludables del niño pequeño.

Con relación al Programa de Educación Preescolar (PEP) como ámbito se encaminara la propuesta a la atención al cuerpo y la salud, y la exploración y comprensión del mundo natural y social, en el cual a los niños se les reconoce, por naturaleza, su curiosidad y disposición a maravillarse a descubrir y aprender sobre el mundo que los rodea, de esa manera se pretende facilitar los procesos a involucrarse y a ayudar a los niños y niñas a satisfacer su curiosidad y estimularlos a hacer más descubrimientos, en los cuales implica el cuidado de su salud y alimentación, llevando a cabo las correctas prácticas de alimentación, y al conocerlos ponerlos en práctica, de esta manera se concluye a la pregunta detonante de la propuesta de intervención educativa a: ¿Cómo promover una sana alimentación en alumnos de 2º “A” del preescolar “Puebla”, para fortalecer su salud en tiempos de contingencia?

CAPÍTULO

II

MARCO TEÓRICO

En el capítulo anterior se ha hecho una descripción del diagnóstico que ha permitido el diseño de la propuesta que el presente documento académico contiene. Desde el diagnóstico se ha reconocido la necesidad de atender el problema relacionado con la mala nutrición reconociendo que este es determinante de los aprendizajes de los niños desde edades tempranas. Comenzando con los hallazgos se ha realizado el planteamiento de la pregunta detonadora que necesariamente refiere al vínculo del problema con una dimensión del desarrollo humano y al mismo tiempo con un ámbito de desarrollo en educación preescolar. En el presente capítulo se hace un acercamiento a la teoría, reconociendo que ésta es aquella que desde el enfoque adoptado por la investigadora-interventora permite hablar de los conceptos centrales del objeto de estudio y al mismo tiempo sustentar con la teoría psicológica, pedagógica y didáctica, la propuesta de intervención referida.

2.1 La Educación inicial y preescolar

Los niños son el futuro, y está realmente en manos de los padres, maestros, y de la sociedad en general, el comprometerse a brindar mejores herramientas para el desarrollo de los infantes. La infancia temprana constituye una etapa fundamental en su desarrollo, ya que en esta etapa es cuando el cerebro del pequeño está en pleno crecimiento y desarrollo, en esta etapa es importante estimular a los infantes en todos los aspectos, se sabe que cada persona tiene una particular manera de ser y estar en el mundo, de relacionarse con la realidad, con las otras personas, con el espacio, tiempo y los objetos. Se puede decir que el niño comienza a aprender desde el momento de su concepción, ya que aprende a escuchar sonidos, y diferentes aspectos del mundo exterior estando en el vientre materno.

Investigaciones han demostrado que el deseo interno de un niño por aprender y explorar su curiosidad, ya que es lo que lo motiva a buscar nuevas experiencias y soluciones, los primeros años de vida del niño, desde su nacimiento hasta los seis años de edad, ponen los cimientos para un crecimiento saludable y armonioso. Se trata de un periodo de crecimiento y cambios que se ven influidos por su entorno, estas influencias pueden ser positivas o negativas, y determinan en gran parte como será el futuro del niño, las futuras generaciones y la sociedad en sí, se debe tomar en cuenta las necesidades de nutrición, ya que los niños que no reciben una alimentación suficiente y apropiada se cansan con facilidad, se vuelven irritables, demuestran poco interés por el juego y las actividades que se realizan.

Con la reforma educativa de 2019, la educación inicial se integró a la educación básica y adquirió el carácter obligatorio. La educación inicial es el nivel educativo en el que se le brinda a las niñas y niños menores de 6 años atención profesional, fundamentada con la finalidad de impulsar la capacidad de aprendizaje de los niños, lograr la igualdad de oportunidades, la Secretaria de Educación Pública (SEP), menciona que la educación inicial es un derecho de todas las niñas y niños de México, y ayudara a potenciar su desarrollo integral y armónico en un ambiente rico de experiencias educativas y afectivas, lo que les permitirá adquirir habilidades, hábitos, valores , así como desarrollar su autonomía, creatividad y actitudes necesarias en su desempeño personal y social. La determinación del plan y programas de estudio de educación básica, corresponde a las Secretaria de Educación Pública (SEP), como lo marca la Ley General de Educación (LGE) en sus artículos 12 fracción I, y 48, su carácter es obligatorio y de aplicación Nacional.

Por todo esto la educación inicial es muy importante, pues apoya a los adultos para que puedan acompañar el proceso natural de desarrollo de las y los niños, de tal manera que se

contribuya a fortalecer sus capacidades físicas, cognitivas, afectivas y sociales. Brinda la oportunidad de detectar necesidades de los niños según su contexto familiar, cultural, social y económico para determinar si se puede ofrecer la atención adecuada en caso de que este lo requiera.

Actualmente, dada la contingencia de salud derivada del Covid-19, la modalidad de aprendizaje ha sido denominada: “Aprende en Casa”, y en ella, tanto educadores como padres de familia, alumnos y sociedad en general, juegan un papel fundamental en el aprendizaje y desarrollo de los niños y niñas. Bajo esta situación, en todos los niveles educativos se vuelve necesario la correcta comunicación con los agentes implicados. Al respecto, la educación inicial proporciona una valiosa experiencia y preparación para la transición al preescolar, se sabe que no hay segunda oportunidad para la niñez por lo tanto se tiene que hacer todo lo posible por el bien de cada niño y niña, en su salud, nutrición, su crecimiento, aprendizaje, desarrollo y sobre todo su bienestar y felicidad. Se debe destacar la necesidad de la Educación Inicial y su correcta estimulación, pues desde ella se podrá desarrollar habilidades indispensables para su etapa preescolar.

La Reforma Educativa (2016) tiene como fin mejorar la calidad y equidad de la educación para que todos los estudiantes se formen íntegramente y logren los aprendizajes que necesitan para desarrollar con éxito su proyecto de vida, conocemos ya que la infancia temprana se comprende que es del periodo de cero a tres años y periodo preescolar de cuatro a seis años, tomando en cuenta la reforma educativa que en julio de 2016, la Secretaría de Educación Pública (SEP) presento una actualización del Modelo Educativo, de la cual a partir de este mejoramiento de la educación , sigue siendo un desafío y para su solución se requiere de la participación de todos.

En la Reforma Educativa (2016), se estableció se tiene como principal objetivo que la educación sea laica, gratuita, de calidad, con equidad e incluyente, y garantiza el acceso, que los conocimientos y aprendizajes sean significativos, relevantes y útiles para su vida, muy

independientemente de su entorno socioeconómico, origen étnico o género. Partiendo de aquí es necesario reconocer que el papel en la educación de los niños y niñas de preescolar, siempre tendrán el papel fundamental sus padres y maestros para poder potenciar todas y cada una de las habilidades de los niños, es correcto que como interventores es necesario, poder detectar a tiempo, las distintas problemáticas que se pudieran presentar, para dar la mejor posible solución.

Dentro de las principales características del preescolar es que cada grado brindara las competencias que el niño o niña deberá adquirir a lo largo de su educación preescolar en los tres grados establecidos, la educación inicial actualmente es fundamental para poder ingresar al primer grado de preescolar, es esencial tener distintos conocimientos previos, habilidades y estimulaciones que le ayuden al niño a actuar y relacionarse con los demás. En la etapa preescolar se comienzan los aprendizajes en las distintas áreas o ámbitos, los cuales son lenguaje y comunicación, pensamiento matemático, exploración y comprensión del mundo natural y social, pensamiento crítico y solución de problemas, habilidades socioemocionales, colaboración y trabajo en equipo, convivencia y ciudadanía, apreciación y expresión artística, atención al cuerpo y la salud, cuidado del medio ambiente, y habilidades digitales.

Es importante mencionar que la atención del cuerpo y la salud, es un ámbito de suma importancia en estos tiempos, ya que el reconocer su cuerpo, y tomar decisiones que le favorezcan serán decisiones importantes para su correcto desarrollo, como resultado de unos malos hábitos, puede afectar a su funcionamiento cerebral, limitar el desempeño del niño. La mala nutrición puede limitar el crecimiento físico altura, de estar más propenso a las enfermedades de todo tipo, tienden a sentir, ser deprimidos e irritables, indiferentes y apáticos.

Si la mala nutrición se produce en los primeros años de vida del niño o niña afectara a su desarrollo de las células cerebrales y reducirá las capacidades intelectuales del niño, hoy el mundo

es realmente complejo y está en constante movimiento y desarrollo, es importante mencionar que para el correcto cuidado en cualquiera de las áreas es indispensable un buen clima escolar para poder lograr los objetivos esperados, y para esto se necesitara del apoyo de docentes, padres, madres, directivos, y alumnos, para lograr el bienestar educativo, por lo que respecta a la educación preescolar, esta es otra etapa fundamental para continuar con el óptimo y correcto desarrollo del niño y niña.

El objetivo principal de la educación en las escuelas debe ser la creación de hombres y mujeres capaces de hacer cosas nuevas, no simplemente repetir lo que otras generaciones han hecho, hombres y mujeres creativos, inventivos y descubridores, que pueden ser críticos y verificar y no aceptar todo lo que se ofrece. (Piaget, 1896, p. 17)

Las ideas pedagógicas de Piaget (1980) y Vygotsky (1978), ofrecen las bases para construir un proceso de enseñanza aprendizaje que resulte en una educación con significado y sentido, tanto para quienes educan y para quienes son educados, es aquí donde radicara la importancia de construir los pilares del desarrollo con muy buenos cimientos, para su correcta evolución por cada una de sus etapas educativas. Según Piaget et al (1971) nos menciona que los niños son como pequeños científicos, y por esta razón se deben brindar herramientas para que los niños le den sentido al mundo que los rodea.

Los niños y niñas irán experimentando distintos cambios a medida que van madurando y no solo serán cuantitativos, si no también tendrán que ver con la forma en cómo perciben el mundo que los rodea, en el preescolar es donde los niños y niñas, exploraran en más medida, tanto en lo social, emocional, y del mundo, por eso de acuerdo con la reforma educativa los niños aprenden mejor explorando y practicando. Por eso para poder obtener los aprendizajes esperados en las distintas situaciones didácticas se deberá tener una finalidad de aprendizaje, no solo realizar la

secuencia por realizar, los aprendizajes esperados en preescolar tienen como objetivo propiciar que los niños usen lo que ya saben para ampliar o construir nuevos conocimientos.

La función de la educación ya no es únicamente enseñar a los niñas y niños lo que no saben, sino que se debe de contribuir a desarrollar la capacidad de aprender a aprender, pensar, cuestionarse, sobre las causas y consecuencias, etc; los aprendizajes ocurren a cada momento de la vida, pero se requiere del compromiso de todos y cada uno de los agentes implicados en la educación para poder lograr los aprendizajes esperados y consolidar competencias en los alumnos que les permita hacer frente a los retos y problemas que la misma vida les presenta.

El aprendizaje a distancia es relativamente nuevo para el desarrollo profesional en el campo de la educación en la primera infancia, con la actual contingencia que se vive por el Covid-19 el aprendizaje a distancia requiere un mayor nivel de motivación interna que las clases tradicionales, se requiere de mayor compromiso por parte de los agentes educativos y de los aprendices, en este caso también de los padres de familia, la educación a distancia se ha planteado como un nuevo desafío. Se ha experimentado que el estar en cuarentena o adaptándose a una nueva rutina diaria puede generar ansiedad y cansancio tanto a los niños como a los adultos que los acompañan. Se entiende que es difícil llevar el preescolar a la casa por contexto, materiales, espacios, tiempo y roles. Sin embargo, es imprescindible que tanto niños como padres puedan sentirse acompañados y orientados en este proceso, y por sobre todo que los niños no pierdan la oportunidad de continuar aprendiendo, experimentando y jugando.

Es por lo anterior que es importante intervenir en un problema que se vive en la mayoría de los contextos y que el tener un desafío o problema, recae en aprovechar las oportunidades de la casa y los medios comunes para propiciar aprendizajes y entenderlas, proponerlas y enfrentarlas como oportunidades de apoyo y no como instrucciones rígidas que deben cumplirse, se reconoce

que tanto en la educación inicial como preescolar se vuelve necesario no solo la realización de diagnósticos para detectar problemas, sino también del diseño de propuesta que de forma específica contribuyan en la solución de ellos. En el siguiente apartado se aborda la importancia de la Intervención Educativa y sus ámbitos que, de forma específica, son una oportunidad en el nivel Preescolar.

2.2 La Intervención educativa en preescolar

La intervención educativa en preescolar debería ser fomentar y mantener en las niñas y los niños el deseo de conocer, así mismo el interés y motivación de aprender, el diccionario de uso del español nos dice que intervenir es “participar, tomar parte, actuar junto con otros en cierto asunto, acción o actividad” de acuerdo al diccionario Moliner (1994), por eso es sinónimo de mediación intercesión , de buenos oficios de ayuda, apoyo, cooperación, la intervención es una forma de presencia para asumir y tratar los procesos sociales buscando su evolución, una intervención debe tener un límite de tiempo, y este será cuando los procesos propuestos para el cambio o mejora de nuestro problema han sido mejorados.

La palabra intervención proviene del latín *interventio* que suele entenderse como “venir entre” y que alude a una forma de mediación, que ha adquirido muy distintas acepciones y connotaciones. Así, la noción de intervención es interpretada en un amplio rango de atribuciones que van desde la idea de ayuda, de cooperación, de apoyo, hasta aquellas que refieren a la intromisión, el control, la coerción, la intrusión, incluso, la obstaculización. (Moreno et al, 2007, p.150)

Así pues, la misma autora menciona que la intervención en el ámbito educativo, es un proceso intencionado, establecido por la institución educativa, orientada por un conjunto de

creencias derivadas de lo político y lo axiológico que se articulan con concepciones teóricas, formulaciones metodológicas y recomendaciones prácticas que generalmente toman forma en técnicas, estrategias y medios que se implementan en el aula.

En los niños y niñas el interés en lo desconocido surgirá de lo novedoso, lo que le llama la atención, lo que le sorprende, lo que no conoce, en la educación preescolar incorporar estos intereses de los niños al proceso educativo implica distintos desafíos que deben ser resueltos por medio de la intervención educativa. Para poder atender los desafíos que se presenten en el aula, se tiene que orientar, canalizar y negociar los distintos intereses, partir de lo general a lo particular, y ver lo que realmente es importante atacar o resolver.

En esta propuesta de intervención educativa en preescolar se realizaran actividades que despierten el interés de los niños y niñas, la curiosidad por aprender, la intervención docente inicia seleccionando una competencia, identificar los aprendizajes esperados a favorecer y enseguida diseñar la situación didáctica, pero ésta ha de responder a ciertas condiciones como “que la situación sea interesante para los niños y que comprendan de qué se trata; que las instrucciones o consignas sean claras para que actúen en consecuencia. Según la Secretaria de Educación Pública (SEP) menciona que la situación propicie el uso de los conocimientos que ya poseen, para ampliarlos o construir otros nuevos”.

Como se menciona anteriormente, existen diferentes ámbitos de oportunidad en la etapa preescolar uno de ellos muy importante es el campo formativo del desarrollo físico y salud, en el la intervención educativa debe ayudar a que los niños y niñas amplíen sus capacidades de control conciencia corporal, es decir la capacidad de identificar y utilizar distintas partes de su cuerpo y comprender sus funciones, así mismo el cómo cuidarlo, para ello se debe conocer que el régimen

de vida del niño es de gran importancia, ya que su sistema nervioso y su estado de salud, traerá consecuencias en su desarrollo.

Uno de los elementos que influye en la manera en que los participantes asumen e interpretan los nuevos conocimientos es la cultura, los proyectos de intervención educativa tienen como propósito en general un cambio en los grupos o personas con las que se trabaja, es por esto que el contexto cultural influye ya que habrá distintas maneras de entender y recibir el mundo, las cosas y los cambios, por ello en un grupo en preescolar habrá distintos niños y niñas pero con un mismo propósito que será el cursar un grado, aprender, socializar, etc.

En el preescolar se encuentran pequeños obstáculos, o limitantes en las cuales se necesitara intervenir, un interventor educativo tiene la capacidad de estar frente a grupo como docente, pero el interventor educativo cuenta con muchas herramientas para poder tratar las problemáticas que no solo están dentro del aula, como interventor educativo se tiene la capacidad para incidir en problemas más amplios que pueden abarcar los distintos entornos sociales de un municipio, o comunicad, el interventor tiene esta capacidad de detectar las diferentes problemáticas que puedan recaer en la educación y podrá dar soluciones concretas y específicas.

Un preescolar es de calidad cuando los docentes son competentes y proporcionan herramientas útiles de enseñanza en clase y correctos servicios de apoyo a los niños con necesidades especiales, se conoce que el campo del interventor en los centros educativos se refleja en los distintos programas, servicios, métodos y actividades que aportan técnicas de estudio, apoyo para la resolución de problemas de socialización, prevención de abusos de ciertas sustancias tóxicas, formación de habilidades sociales, solo por mencionar algunas.

El interventor educativo pone en práctica experiencias de aprendizaje organizadas, destinadas a determinar con claridad las distintas necesidades educativas de un niño o de un grupo de niños, y se produce a lo largo de un periodo de tiempo definido, generalmente a lo largo de una jornada o un curso escolar, lo lleva a la práctica por medio de un programa, servicio, método, o conjunto de actividades diseñadas para alcanzar los objetivos planteados, esperando poder reforzar el rendimiento en las distintas áreas como lo son la cognitiva, desarrollo afectivo, sus distintos logros académicos, la socialización, la forma física, y anteriormente se llevaba a la práctica o a la aplicación dentro de las aulas en donde se imparten las prácticas profesionales, hoy con la nueva normalidad, se quedara solo como una propuesta de intervención, en donde se expondrá todo lo esperado, y lo que se pretende lograr , como se mencionó anteriormente.

Rescatando la información anterior, cada ámbito de oportunidad es importante para su educación escolar, en el ámbito de desarrollo cognitivo va enfocado a pensar, razonar, la resolución de problemas y la toma de decisiones, cuando se habla del funcionamiento afectivo englobamos lo que es el autocontrol, el entusiasmo, el temperamento, la socialización abarca la amistad, la interacción con sus iguales, y con los distintos miembros de la sociedad, como son docentes, padres, etc. En los logros académicos se refiere a la lectura, lenguaje, matemáticas, ciencias sociales, ciencias de la naturaleza, que como se observó, va en los ámbitos de oportunidad en los planes y programas de educación preescolar, en la formación física engloba los aspectos motores gruesos y finos, como escribir, caminar, correr, la resistencia, coordinación y la nutrición que como se rescata es un ámbito de mucha importancia en el desarrollo de los niños.

Los diferentes campos de acción de un interventor educativo para que pueda desempeñar en los distintos ámbitos educativos, con proyectos alternativos que le permitan solucionar problemas socioeducativos y psicopedagógicos, es flexible, adaptable al enfoque de la educación

basada en competencias, como por ejemplo a la educación inicial para enseñarle a los padres a reforzar los estilos de crianza y como pueden mejorar el desarrollo en sus hijos y en su familia, al mismo tiempo enseñar, guiar, y apoyar a los docentes planteando otras estrategias para reforzar el proceso de enseñanza y aprendizaje, poniendo énfasis en los procesos dinámicos que intervienen en la construcción del conocimiento, ligado a las características de la realidad social y cultural que lo rodea, por ejemplo a la estimulación a madres embarazadas, a los niños en las etapas iniciales, en la salud, higiene y una mejor alimentación, trabajando de la mano con los municipios para reforzar la importancia de poder mejorar la calidad de vida de los habitantes, y esto solo por mencionar algunos aspectos de los más importantes.

El campo de acción en intervención educativa es muy amplio ya que el interventor, como se mencionó, atiende las necesidades educativas de los niños de 0 a 6 años, a los docentes que están a cargo de ellos, y a sus familias; es decir a todos los agentes importantes que repercutan en la educación de los niños, el interventor puede desempeñarse en instituciones, organismos y asociaciones públicas o privadas, gestionando servicios y recursos para la atención de la educación inicial, diseñando programas de educación inicial o estimulación temprana, concursar para ser docente de preescolar en instituciones públicas.

El interventor podrá dirigir, coordinar, asesorar los centros de desarrollo y estancias infantiles, guarderías, generar espacios dinámicos permanentes en los cuales se hable de la importancia de la práctica educativa en educación inicial, y se podrá innovar la práctica docente en base a las características socioculturales, las necesidades e interés de los niños, teniendo un amplio conocimiento de la cultura, los contextos en los que se desenvuelve y los distintos contenidos educativos, para mejorar la calidad de la práctica como docente, y manifestando siempre las

habilidades y actitudes que mejoren su desarrollo como profesional en constante actualización, además de los medios de comunicación y el desarrollo comunitario.

En la línea de la educación inicial el interventor podrá diseñar y aplicar estrategias de intervención que favorezcan el desarrollo del niño y niña, atendiendo así los factores individuales, familiares y sociales y las instancias que influyen en este proceso, como antes se mencionó, identificando estos factores como lo son las prácticas de crianza, las distintas técnicas de atención, con la finalidad del diseño de estrategias para brindarles esa atención oportuna, puede crear ambientes de aprendizaje formal y no formal a través del diagnóstico, planeación, desarrollo y evaluaciones, considerado todas las características de los niños en la etapa inicial, con el fin de potenciar al máximo su desarrollo.

Dado que es en la infancia donde se moldean las preferencias, costumbres y estilos personales de cada individuo, se ha postulado que cuanto más integrales y sostenidas sean las intervenciones educativas para promover el desarrollo de pautas de autocuidado y estilos de vida saludables desde la niñez, más positivos y duraderos serán sus efectos (OMS, 2004, p. 341).

La edad escolar es clave en la historia de niños y niñas, la escuela tiene un papel constitutivo en la elaboración de los saberes y habilidades que les permitan tomar decisiones saludables para cuidar de sí mismos y de los demás, es por ello que es un tema de sumo interés, no solo para los individuos estudiados, si no para la población en general, ya que el alimentarse sanamente, traerá beneficios para la vida y el futuro.

2.3 Los malos hábitos alimenticios en los niños, como eje central de la intervención

El crecimiento y desarrollo del niño se caracteriza por una secuencia ordenada de eventos cronológicos, de numerosos detalles en su expresión física y cognoscitiva, debemos conocer la

importancia que tiene la salud. Sabemos que nutrirse es básico e indispensable para nuestra vida, pero hacerlo bien es algo que muchas veces cuesta demasiado tener una correcta alimentación para tener una buena salud. Cuando se habla de correctas condiciones de vida, uno de los temas principales que se tienen que tener en cuenta son nutrición y la salud, porque las condiciones o calidad de vida no solo se refiere a tener un buen sustento económico, sino a una vida favorable y para tener vida se necesita una salud adecuada para disfrutar de todos los distintos placeres que podemos tener.

La salud es el equivalente a la calidad de vida y es un punto de referencia que cualquier persona en su vida lo visualizara la búsqueda de la felicidad, de una mejor economía, un mejor trabajo y generar diversas oportunidades para vivir mejor. La calidad de vida es un factor determinante para poder alcanzarlo, el autor menciona que la educación debe estar centrada en el alumno mismo que posee un deseo natural por aprender y que: “solo sirve aquello que deja huella en una persona y pasa a formar parte de su vida cognitiva, cultural, afectiva, espiritual y existencial”. Rogers (1995)

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS) una persona saludable es aquella que goza de pleno bienestar biológico, psicológico y social. La alimentación sin duda debe contribuir para lograr ese estado de salud, de acuerdo con este organismo debe cubrir tres funciones básicas: ser un satisfactor biológico, un satisfactor psicológico y un satisfactor social. Como satisfactor biológico la alimentación debe aportar todos los nutrientes que el cuerpo necesita en las cantidades y proporciones indicadas, como satisfactor psicológico la alimentación es un momento de placer que no debe perderse de vista por ningún motivo, ni siquiera cuando hay limitaciones físicas, sociales o económicas y como satisfactor social la comida y la hora de comer deben propiciar momentos que favorezcan la convivencia familiar y social.

Actualmente se vive una situación que ha afectado en todos los aspectos la calidad de vida, desde la llegada de la pandemia de Covid-19 a México en el año 2020, el impacto en la salud y en la educación, de este modo tomando de referencia mejorar la calidad de vida de los niños y niñas del preescolar “Puebla” se habla de la importancia de la salud en los niños y niñas, la salud no solo es la ausencia de enfermedades, es importante porque no solo es un factor fundamental de la buena calidad de vida del ser humano, el ser humano tiene un ciclo de vida nace, crece, se reproduce y muere, pero sin una adecuada salud infantil no existe una garantía para concluir este ciclo, la salud no lo es todo, pero sin ella todo lo demás es nada. No se puede olvidar las normas de higiene al preparar los alimentos como son lavarnos las manos, cocinar en espacios limpios, desinfectar las frutas y las verduras, lavar con mucho cuidado los vasos y platos que vamos a usar, estas simples reglas ayudarán a mantener libres de infecciones estomacales a los miembros de la familia.

El niño es un aprendiz ya que él es una hoja en blanco que comenzara a escribir su contenido, por eso es importante enseñarle a tener una correcta nutrición comer de todo variado y en porciones adecuadas, dependiendo su edad y tipo de actividad física, ya que cada niño tendrá distintas necesidades. Cuando los niños entran al preescolar los encargados de brindarles las herramientas de una correcta nutrición son los padres o sus cuidadores, ya que en la mayoría de los casos la figura materna es la encargada de preparar los alimentos para los niños de acuerdo a su disponibilidad de tiempo, sus gustos o preferencias por algún alimento, entre otros agentes que influyen en este proceso.

Una buena nutrición es esencial para mantenerse sano física y mentalmente, con frecuencia en la etapa preescolar los niños asisten a clases sin desayunar y esto se refleja en las dificultades que muestran para concentrarse, mantener la atención y esto les provocara un mal desempeño

escolar, es por esto que es importante rescatar la importancia de la alimentación en los niños, ya que están en pleno desarrollo y crecimiento.

Diversos artículos nos hablan de la mala alimentación en la etapa preescolar una organización como el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) es la fuerza impulsora que contribuye a la creación de un mundo donde se respeten los derechos de todos y cada uno de los niños y niñas y la Lic. Henrietta Fore, Directora Ejecutiva menciona que a pesar de todos los avances tecnológicos, culturales y sociales de las últimas décadas, hemos perdido de vista este hecho fundamental: si los niños comen mal, viven mal. Todo padre de familia, y docente puede conocer como es una mala alimentación en etapa preescolar y comienza cuando no se comen alimentos adecuados para sus necesidades, y es por eso que comienzan a mostrar dificultades en el desarrollo, aprendizaje, y muchos más problemas graves de salud, este tipo de problemas son generalmente por la cantidad ingerida de malos alimentos, que contienen exceso de azúcares y grasas, es necesario prestar atención en los comportamientos de los niños ya que muchas veces se realiza una mala alimentación, pero no hay nada notorio que nos diga que algo está saliendo mal, por esta razón los padres deben guiar a los niños con un buen ejemplo.

De las distintas causas y características de una mala alimentación están la falta de educación nutricional, ya que no se ve como algo de tanta importancia en la sociedad, si un niño vive en una familia con malos hábitos alimenticios, es mucho más probable que aprenda esos malos hábitos, que desarrolle alguna enfermedad como la obesidad o algún otro problema nutricional, es poco probable que el niño se interese por tener unos correctos hábitos, otro importante es el recurso económico ya que cada familia tiene distinta capacidad para comprar alimentos, y de esta manera se verá reflejado en su alimentación.

Consecuencias de una mala alimentación son la desnutrición, la obesidad, la anemia por falta de hierro y algunas carencias vitamínicas son consecuencia de malos hábitos alimenticios, los niños y niñas necesitan suficiente energía para poder rendir en su día y tener todas sus necesidades cubiertas para esto necesitan alimentarse correctamente de lo contrario podrían tener mal desempeño académico, también pueden tener deficiencias en su desarrollo como lo son problemas de visión, crecimiento, desarrollo mental, es un error pensar que porque un niño coma mucho esta libre sufrir cualquier complicación, una correcta alimentación no se trata de comer descarriadamente, todo en exceso es malo por eso se debe encontrar ese punto de equilibrio.

Otra de las consecuencias más visibles es el sobrepeso y la desnutrición, polos muy opuestos pero en fin llegan a formar parte de malos hábitos alimenticios que pueden afectar la salud en general del niño, por eso aunque al principio cueste, tome tiempo, paciencia, es fundamental establecernos una buena rutina de alimentación, se puede comenzar de menos a más nada será fácil, pero si esto se les enseña a los niños desde pequeños, ellos podrán tener la elección de evitar problemas en su desarrollo, o elegir el camino fácil.

Las niñas y niños deben adquirir mejores hábitos para una correcta alimentación desde pequeños para que no se convierta en un conflicto, todas las personas comen, pero no todos tienen correctos hábitos, y adquirirlos no solo influirá en el crecimiento, el bienestar y la salud del niño, también le facilitara la adquisición de aprendizajes posteriores, además los niños que tienen una alimentación adecuada aprenden mejor, se comportan mejor y se sienten mucho mejor. Es importante resaltar que los niños con una mala alimentación en el salón de clases suelen tener mala concentración, bajo rendimiento académico, mal estado físico, sobrepeso, cansancio, falta de energía, defensas bajas, mala conducta, y es porque una mala nutrición dificulta el aprendizaje en los primeros años de vida.

Los padres otorgan parte del control sobre los alimentos que sus hijos consumen si éstos pasan la mayor parte del tiempo fuera del hogar en centros de cuidado infantil o con parientes, una relación inadecuada puede dar como resultado conflicto al comer y con los alimentos. Resulta necesario que los padres y cuidadores sean conscientes del temperamento del niño cuando tratan de cubrir sus necesidades nutricionales, ya que como lo menciona Brown et al (2014), la pertinencia de adaptación entre los temperamentos del niño y los padres influye en las experiencias con la alimentación, es importante tener en cuenta que el contexto en que se ofrecen los alimentos a un niño influye en sus preferencias alimenticias es decir los alimentos que se sirven de manera limitada pero se usan como recompensa se vuelven muy deseables y es posible que la restricción del acceso a un alimento apetitoso en realidad promueva el deseo y consumo del mismo.

La academia de nutrición y dietética menciona que una recomendación fundamental es que consuman alimentos variados, esto se cumple con mayor facilidad cuando se adquieren preferencias y hábitos alimenticios saludables durante los primeros años, las preferencias alimenticias, junto con la disponibilidad de alimentos, conforman los cimientos de la dieta, por tanto, la selección limitada de alimentos afecta la pertinencia de la dieta del niño al reducir la variedad, los padres y cuidadores no esperan que el menor haga lo que dicen, pero no lo que hacen. (American Dietetic et al, 2008). En la vida de los niños, la educación nutricional dirigida a los adultos es tan importante, si no es que más, como la que se dirige al niño, es importante que los padres sirvan de modelos para sus niños con un estilo de vida que incluya una dieta variada y actividad física regular.

El plato del bien comer es una representación visual para promover una correcta alimentación, en ella se retoman las características indispensables y necesidades de los mexicanos, y se diseñó en base a los alimentos propios de la cultura mexicana, nos permite por eso ser flexible

en el consumo, el cual permitirá disponer de ellos de manera más fácil y económica, el propósito es explicar en qué consiste una dieta correcta, lo que se debe comer y señala la proporción en que se deben consumir los alimentos, uno de los principales propósitos de este proyecto de intervención será como llevar a cabo las correctas prácticas de alimentación, aprendiendo a cuidar su cuerpo y salud, mejorando su alimentación y de esta manera poder mejorar la calidad de vida que tendrán en un futuro.

2.4 Fundamento teórico de la estrategia de intervención

La importancia de que toda intervención este sustentada en teorías como lo son la psicológica, pedagógica y didáctica, para poder comprender y transformar la práctica educativa, en el presente apartado se mencionaran y analizaran los teóricos que validen el diseño de la propuesta de solución al problema detectado, en este caso contribuir a la solución de la mala alimentación en los niños para que ellos puedan tener un mejor desarrollo. El hacer del interventor esta validado por el uso de conocimientos derivado de las teorías científicas que explican cómo aprenden los sujetos, la manera en cómo ellos lo pueden hacer de manera más fácil y los medios en los que los responsables pueden utilizar

Así pues en este espacio se presentan las teorías que ayudan a explicar por qué intervenir en este problema detectado en el “Jardín de Niños Puebla”, de los cuales se encuentra el enfoque psicológico la Teoría Sociocultural del Desarrollo Cognitivo de Vygotsky (1978); dentro del enfoque Pedagógico la Teoría Cognición Situada de Díaz Barriga (2003) y; dentro del enfoque Didáctico la Situación Didáctica de Patricia Flora (2011) emprendiendo el método por proyecto, con la que se pretende dar solución al problema detectado mediante un ambiente de aprendizaje, lo anteriormente descrito permite la comprensión de las teorías que contribuyen a formar un marco de referencia validada para abordar el problema detectado.

2.4.1 Teoría sociocultural del desarrollo cognitivo de Lev Vygotsky

La edad temprana es donde los niños se desenvuelven en el mundo y en esta etapa es decisivo que se potencie su desarrollo al máximo, su evolución emocional, física y social se incluye en el establecimiento de sensaciones de bienestar, apego, independencia, ya que estos son fundamentales para que los niños puedan socializar con los otros y puedan comprender lo que puede afectar a las personas que los rodean, esta teoría acentúa el papel fundamental de la interacción social en el desarrollo del niño, ya que este autor creía firmemente que la comunidad juega un rol central en como aprende el niño, este autor afirma que no es posible entender el desarrollo del niño si no se conocen la cultura donde se cría, dicho esto el autor pone a la sociedad de los adultos como la responsable de compartir su conocimiento colectivo con los integrantes más jóvenes y menos avanzados para estimular el desarrollo intelectual.

Partiendo de nuestra realidad actual, y como parte de la construcción de una Nueva Escuela Mexicana (NEM), la (SEP) decidió la creación de la asignatura vida saludable, pretendiendo que se atiendan las necesidades de adaptación, y generar el cambio en el estilo de vida de los mexicanos, así como un cambio cultural que ayude a modificar y evitar enfermedades derivadas de la mala alimentación, y con este propósito una vez más la sociedad tiene un papel fundamental en el aprendizaje del niño, ya que la sociedad transmitirá los conocimientos de mejorar la alimentación de los niños, es por eso que la sociedad juega este papel de enseñanza.

En este sentido el psicólogo creía firmante que las funciones cognitivas se ven afectadas por las creencias, valores y herramientas de adaptación de la cultura en la que cada persona se desarrolla, por lo tanto, estas herramientas de adaptación siempre van a variar de una cultura a otra. Nos menciona que por medio de las actividades sociales los niños aprenden a incorporar a su pensamiento las distintas herramientas como el lenguaje, los sistemas de conteo, la escritura, el arte

y diversas invenciones sociales, de acuerdo con el autor el niño nace con habilidades mentales elementales entre ellas la percepción, atención y memoria, gracias a la interacción con compañeros adultos más conocedores, estas habilidades innatas se transforman en funciones mentales superiores. Esta teoría pretende explicar el proceso mediante el cual los individuos adquieren habilidades y conocimientos para interpretar la realidad y resolver problemas concretos.

Se puede señalar que le interesaba el potencial del niño para el crecimiento intelectual más que su nivel real de desarrollo, la zona de desarrollo proximal incluye las funciones que están en proceso de desarrollo pero que todavía no se desarrollan plenamente, en la práctica la zona de desarrollo proximal representa la pequeña brecha entre las habilidades que ya posee el niño, lo que ya puede hacer por sí mismo y lo que puede llegar a aprender a través de un guía o el apoyo brindado por un adulto o un par más competente, es decir lo que puede hacer pero con ayuda. (Vygotsky et al, 1978) Aunque el autor admitió que el aprendizaje no es lo mismo que el desarrollo, sostuvo que aprendizaje constituye un aspecto necesario y universal del proceso de adquirir funciones psicológicas organizadas culturalmente y propias del ser humano.

Al respecto pensaba que la instrucción tanto formal como informal, por parte de compañeros o adultos más conocedores es la base del desarrollo cognoscitivo, para el autor el aprendizaje antecede al desarrollo. Esta teoría recalco que los adultos guían y apoyan el desarrollo intelectual del niño, a través de la supervisión social que le ofrecen, puede funcionar en un nivel superior del desarrollo, de este modo el autor supuso que las interacciones con los adultos y con los compañeros en la zona del desarrollo proximal sirven para lograr niveles superiores en el funcionamiento mental, también se da a conocer la zona de desarrollo real que son las habilidades actuales del niño, la zona de desarrollo próximo es todo aquel aprendizaje guiado que está en

proceso de formación y es un conocimiento socialmente compartido, la zona de desarrollo potencial es el nivel que se puede llegar a alcanzar con el apoyo de otro.

Según los constructivistas, el niño debe formarse su propio conocimiento del mundo donde vive, los adultos orientan este proceso al ofrecerle estructura y apoyo, lo anterior sugiere que la sociedad moldea la mente del niño transmitiéndole las herramientas idóneas para que funcione en ella, es por ello que se debe dejar a los niños que sean los protagonistas de su propio aprendizaje, rescatando siempre los conocimientos previos que tiene, para poder mostrar nuevos conocimientos, se debe promover el trabajo colaborativo tratando que sean guiados al aprendizaje, promoviendo el dialogo para así poder encaminar a los niños a que encuentren las respuestas por ellos mismos, siempre proponiendo situaciones en las que el niño esté interesado y él se vea con la necesidad de aprender y de esta manera el solo se involucrara a los aprendizajes y conocimientos que le brindemos.

2.4.2 Teoría cognición situada de Frida Díaz Barriga

En el campo de las instituciones educativas se habla sobre la necesidad de diversificar y replantear las acciones educativas del profesor y sobre la manera como aprenden los niños, en el sentido lo que ocurre en la escuela con la vida, una autora trascendente como la Doctora María Montessori (1870) defendía apasionadamente el postulado de una formación escolar sintonizada con las necesidades vitales de los alumnos, es por esto que se entiende que el conocimiento es situado ya que es parte de la actividad, el contexto y la cultura en que se desarrolla y utiliza, de esta manera el aprendizaje escolar es el proceso en el cual los niños se integran gradualmente en una comunidad o cultura, entran en esa pequeña sociedad en donde poco a poco subirán un escalón para tener una vida activamente sociable, rescatando que en esta teoría los alumnos se involucran colaborativamente en la resolución de problemas simulados o casos de la vida real y es por ello

que es la mejor teoría para poder dar solución al problema de la mala alimentación. De esta forma cabe mencionar que este paradigma, esboza un aprendizaje significativo donde se pretende desarrollar habilidades de pensamiento a través de la aplicación de los conocimientos en la solución de problemas de la vida real.

Los teóricos de la cognición situada proponen autenticidad en las prácticas educativas, para establecer coherencia con la cultura imperante, esto es hacer significativo lo que se enseña, como futura Interventora lo que se pretende es innovar en mi práctica docente a modo que los alumnos puedan tener aprendizajes partiendo de su realidad, y en mi papel como agente educador se tiene que ser flexible, adaptativo, autorregulador y reflexivo, en las estrategias de enseñanza aprendizaje. En primer lugar, se explica qué es cognición situada desde el enfoque Vygotskiano, así pues, se dice que el conocimiento es situado siempre y cuando forme parte y sea producto de la actividad, el contexto y la cultura circundante, entonces los alumnos pueden aprender mediante la interacción con individuos más experimentados, por ende, lo sugerido en la enseñanza situada corresponde a adaptar los contenidos a las necesidades del alumno y el contexto.

Hoy la educación exige estar bien plantados en la realidad donde el individuo se desenvuelve, como lo es el mundo, la nación, la ciudad donde se radica, la colonia en donde están los hogares que habitan, la familia y nuestra persona, hoy en día se conoce que el aprendizaje situado es una alternativa estratégica, una metodología constructivista que hace vivir y actuar en la realidad.

El aprendizaje situado es una estrategia educativa creada por Hernández & Díaz et al (2015), es un proceso cognitivo y conductual que permite a un sujeto aprehender la realidad de su entorno para entenderlo epistemológicamente y afirmarlo nuevamente en la realidad con conocimientos aplicados, dicho método consta de cuatro pasos a seguir que son partir de la realidad,

análisis y reflexión, resolver en común, comunicar y transferir, de esta manera el conocimiento del niño se da a través de la interacción entre estos tres elementos como lo es la actividad o práctica de aprendizaje, en el contexto inmediato, enfrentando situaciones reales y tomando en cuenta la cultura a la que se pertenece favoreciendo la labor social.

Por otra parte para hacer realidad lo que establece el paradigma de la cognición situada, es necesario que como interventora sea una mediadora que utilice prácticas coherentes, significativas y propositivas, donde se promueva el aprendizaje colaborativo y que éstas prácticas se realicen dentro de la cultura de los alumnos del preescolar “Puebla” o bien donde se va a practicar y desarrollar el proyecto de intervención, dicho así el proceso de aprendizaje se realizara a través de las prácticas de solución del problema social detectado, en donde se intervendrá y es aquí donde se puede dar una aportación en beneficio de dicha comunidad.

Desde esta perspectiva se puede entender que es una de las posibilidades de disponer de técnicas de innovación para la enseñanza que se adentraran en un contexto con valores y prácticas educativas tradicionales o ya establecidas, esta estrategia será más efectiva, significativa y motivante para los niños, si los dotamos de herramientas los podremos empoderar ellos serán capaces de participar activamente en su aprendizaje, pensarán de manera más reflexiva a la vez que serán más críticos en sus aprendizajes, a la hora de querer aprender nuevos conocimientos, estos los verán como retos significativos de los cuales ellos serán más responsables con el actuar en la vida real, y así se podrá mejorar o dar solución al problema, dicho esto se tomaran en cuenta las cuatro fases del diseño curricular de Díaz Barriga et al (2015), que son el análisis previo de la situación, el diseño, aplicación y evaluación.

El aprender y el hacer son acciones inseparables, la educación que se ofrece actualmente en las escuelas debe de permitir que los estudiantes participen de manera activa y reflexiva en

actividades educativas propositivas, significativas y coherentes con las practicas relevantes en su cultura, el aprendizaje nos permite afirmar que el conocimiento es un fenómeno social, es por eso que los contextos de enseñanza aprendizaje son los que otorgan a los niños y niñas facilidades o dificultades al desarrollo, ya que ciertas limitaciones en la educación que varían en los contextos pueden y afectan el aprendizaje del niño.

Es necesario recalcar que actualmente la construcción de una Nueva Escuela Mexicana (NEM), la (SEP), relaciona el aprendizaje y el cuidado de la salud, ya que fomenta materias para la orientación y prevención de la salud, teniendo en cuenta conocimientos de cómo se puede la sociedad alimentar de manera adecuada, comiendo lo que se produce en la región o contexto del niño, como lo son las frutas de temporada, y así evitar comer alimentos industrializados, con químicos , se pretende enseñar un práctica de la correcta alimentación y así eliminar los alimentos chatarra de la rutina y vida diaria, de esta manera el niño con el contexto inmediato podrá generar nuevos conocimientos adaptándolos a las necesidades de cada uno, y es aquí donde el niño aplicara los conocimientos en su comunidad, Vygotsky (1983) considera que en cualquier punto del desarrollo hay problemas que el niño está a punto de resolver, y para lograrlo sólo necesita cierta estructura, claves, recordatorios, ayuda con los detalles o pasos del recuerdo, aliento para seguir esforzándose y cosas por el estilo.

Los alumnos en este proceso cognitivo, donde se conciben como los principales responsables de descubrir en esa necesidad, conocer, producir y aportar sus conocimientos a la realidad, pero también el interventor será el que acompañe a los alumnos, el educando debe comprometerse a participar en todo aquello que el mediador diseñe para él para adquirir los conocimientos necesarios para actuar en la realidad, deben ser reconocidos y acompañados, porque

es un ser con capacidades potenciales de aprendizaje, por lo que hay que adentrar al mundo del aprendiz, acercarse y valorar sus capacidades.

La realidad que se vive en el país, exige una educación conectada con la realidad, la situación que se vive y se vivirá en los próximos años, pide una educación en donde los sujetos puedan y sepan enfrentar los problemas de la vida, que sepa construir sujetos capaces de transformar la historia, con la actual pandemia por Covid-19 al hablar de educación es hablar de innovación, transformación, mejora, cambio de estrategias. El Aprendizaje Situado como menciona Hernández y Díaz (2015) quiere poner en juego todos aquellos aprendizajes que permitan al educando a decidir, innovar, crear, ser, hacer, convivir, trascender, compartir y que, con ellos hacer una realidad diferente, una realidad más justa.

2.4.3 El método por proyectos: Una estrategia para el desarrollo de competencias

En este apartado se plantearan las estrategias que se utilizaran para dar solución al problema detectado, se basa en actividades que se relacionan especialmente de las competencias para la vida, el cual menciona que el elemento clave para el desarrollo de competencias es la necesidad, y de esta forma la necesidad es mejorar los hábitos alimenticios en los niños , se pretende realizar una planeación de situaciones didácticas en las cuales se lleve la secuencia de fomentar los buenos hábitos y el cuidado de su alimentación, Vygotsky (1983) afirma que el aprendizaje como todos los procesos psicológicos superiores están mediados socialmente, históricamente determinados y surgen de la actividad práctica y colaborativa, el proyecto transversal recupera fielmente estas premisas.

Al plantearle al niños distintos retos gracias a la naturaleza del ser humano, él se verá motivado y crearemos el impulso necesario para lograr el aprendizaje esperado, en la situación

didáctica el papel del interventor será precisamente diseñar situaciones en las cuales establezca competencias en base al Plan y Programas de Preescolar , en el cual se centrara en la atención al cuerpo y la salud identificando sus rasgos, la importancia de la actividad física y principalmente rescatando la importancia de los alimentos para su desarrollo, tomando decisiones sobre su alimentación, de la mano con el método de proyectos.

Como lo menciona Frola et al (2011) el aprendizaje basado en proyectos (ABP) es una de las alternativas más viables para el desarrollo de competencias en los alumnos, se realizara las competencias rescatando las prácticas cotidianas del niño, poniendo en juego el aprendizaje colaborativo y así dar la posibilidad de acercar a los niños a situaciones lo más cercanas a la vida real, a su contexto partiendo de su realidad ya que en el futuro es donde se desarrollara socialmente, el podrá tener experiencias de aprendizaje en este caso el niño partirá de su realidad y aprenderá de las situaciones de su vida , de cómo en su familia y círculo social se alimentan, como es una correcta alimentación en su contexto, y de esta manera se podrán adquirir aprendizajes significativos para el niño, ya que al experimentar lo real, podrá llevarlo a la práctica.

De esta manera en el papel de interventor en dicho problema tiene que aprovechar las energías individuales, naturalmente dispersas, canalizadas e integradas hacia el objetivo, que será fomentar los buenos hábitos alimenticios, para mejorar y favorecer el desarrollo del niño , teniendo en cuenta todo lo anterior Díaz Barriga (2006) afirma que cuando se diseña un proyecto como situación didáctica se puede garantizar en cierta medida que toda circunstancia, dificultad, barrera, inconveniente, mal entendido, actitudes de los integrantes, limitaciones de recursos, van a resultar una experiencia de aprendizaje, lo más cercano a las situaciones de la vida real, de ahí su valor educativo.

Para partir de la realidad en la situación didáctica se tiene que abordar una experiencia de la vida cotidiana en este caso se abordara los hábitos alimenticios de los niños, para así permitir que el niño reconozca y se conecte con su vida, el papel del interventor en este caso será ser un mediador para poder vincular dichos aspectos de la vida cotidiana con su aprendizaje, así mismo al analizar y reflexionar sobre sus hábitos alimenticios el niño adquirida conocimientos por medio de sus reflexiones, para continuar con las experiencias de su vida en los hábitos alimenticios se llevaran a la práctica escolar, partiendo de un problema a resolver, aquí es donde el niño comprobara que los pasos anteriores van en la dirección adecuada, y para finalizar en nuestra situación didáctica se transmitirá el aprendizaje, y reforzando y que lo hagan parte de su vida.

El interventor educativo transfiere conocimientos y ayuda al niño en su trabajo de aprender, por medio de actividades planeadas hacia la realización de la situación didáctica, mediante la práctica se ha podido observar que los niños en los primeros años de la vida principalmente en la familia o en la escuela, el niño pregunta por todo, tiene la inquietud por conocer y tiene la capacidad innata de preguntar por todo lo que le rodea, de esta manera en sus primeros años de vida, encuentra un nuevo mundo que explorar, una pequeña sociedad que influirá en su desarrollo y aprendizaje, de esa manera el papel del niño en esta situación didáctica será el descubrir la necesidad de aprender buenos hábitos alimenticios, los cuales le ayudaran a mejorar la calidad de vida y salud.

De esta manera de la mano de la cognición situada se podrá diseñar y promover competencias y necesidades de los niños, siendo el objetivo general poder mejorar los hábitos de alimentación en los niños y así poder lograr la competencia de nuestra situación didáctica, como lo menciona los autores la situación didáctica del nivel operativo 3 representa por su estructura y metodología el enfoque de competencias para la vida así de la mano se rescatan las prácticas diarias y hábitos alimenticios del niño, obteniendo la participación colaborativa de los alumnos de los

padres y en este caso del interventor educativo, al mencionar esto con la cognición situada se modificarán las fases de diseño desarrollo y cierre a las cuatro fases de la cognición situada.

En la presente situación didáctica se trabajará el aprendizaje basado en problemas buscando así alternativas para la solución del problema de la alimentación en los niños ubicado en el contexto de Hueytamalco, Puebla en los niños del segundo grado de preescolar, para que así los pequeños a medida de que el problema se solucionará en el mismo contexto podrán entender y encontrar el significado y la congruencia de solucionarlo, para esto analizando el problema se les presentarán distintas herramientas para que los niños conozcan y entiendan de lo que se les está hablando, y ellos se motiven a preguntar, y mejorar sus hábitos alimenticios, conociendo que mejorar su alimentación no sólo es decisión de los niños, es sobre todo responsabilidad de los padres.

2.5 La evaluación en el campo de la intervención

En este apartado se describirán las técnicas e instrumentos que se aplicaran en el presente proyecto de intervención educativa con el objetivo de valorar su funcionalidad, primero se hará énfasis en que es la evaluación, el objeto de estudio más difícil de evaluar es el desarrollo del ser humano, por que el ser humano constantemente evoluciona y de esta manera, la evaluación se vuelve más compleja, se mencionara como se conforma la evaluación y los tipos de la misma, se analizara la teoría del enfoque con la ayuda de Plan y Programas de Preescolar (2017), “La evaluación es un proceso cíclico que se lleva a cabo de manera sistémica y consiste en tres fases que son el inicio que implica el diseño, el proceso que genera evaluaciones formativas y el final que es donde se aplican evaluaciones sumativa en las que se puede reflexionar en torno a los resultados”. Nirenberg (2003).

Se habla de evaluación refiriéndose a un proceso de carácter comparativo aplicados a mediciones de resultados, se denomina evaluación al análisis diagnóstico realizado mediante instrumentos que aprueban y cuantifican datos que permitan indicar que el centro de la evaluación formativa son los aprendizajes y no los niños, en este enfoque además de tener como uno de sus principales propósitos contribuir para mejorar el aprendizaje de los niños, también regula este proceso de enseñanza aprendizaje para así poder adaptar las estrategias, actividades, planeaciones en base a las necesidades de los pequeños, por lo tanto “la evaluación formativa constituye un proceso en continuo cambio, producto de las acciones delos alumnos y de las propuestas pedagógicas que promueva el docente”. Hernandez (2002), de esta manera se conoce que el proceso es más importante que el resultado, y esto ayudara a mejorar el aprendizaje.

En el campo de la evaluación educativa, la evaluación es un proceso integral y sistemático a través del cual se recopila la información de manera metódica y rigurosa, para conocer analizar y juzgar el valor de un objeto educativo determinado: los aprendizajes de los alumnos, el desempeño de los docente, el grado de dominio del currículo y sus características; los programas educativos del orden estatal y federal, y la gestión de las instituciones, con base en lineamientos definidos que fundamentan la toma de decisiones orientadas a ayudar, mejorar y ajustar la acción educativa. (Worthen, 1997, p.533)

La evaluación desde sus distintas funciones ayudara a identificar diferentes necesidades de los alumnos al mismo tiempo en la función pedagógica, con la reflexión y mejora de la enseñanza, de esta manera podemos conocer si se han logrado los aprendizajes esperados en cada campo formativo en el transcurso del ciclo escolar, en la función social está más relacionada con la creación de oportunidades para seguir aprendiendo y analizar los resultados obtenidos para hacer ajustes en la práctica del próximo periodo.

Se conocen tres momentos de evaluación inicial, de proceso y final y cada uno de los ya mencionados coinciden con los tipos de evaluación diagnóstica, formativa y sumativa. La evaluación diagnóstica se realiza de manera previa al desarrollo de un proceso educativo, su objetivo es establecer aprendizajes comunes para diseñar las estrategias de intervención docente, es por esto que este tipo de evaluación se puede realizar al inicio del ciclo escolar o de una situación o secuencia didáctica. La evaluación formativa se hace para valorar el avance en los distintos aprendizajes y mejorar exactamente esto la enseñanza y el aprendizaje de los alumnos, su objetivo es mejorar una intervención en algún momento determinado finalmente la evaluación sumativa da el valor a los resultados finales, no para su mejoría solo para saber si seguirá en curso o tendrá que quedarse. (Hernandez et al, 2002)

Este tipo de evaluación tiene tres modalidades que son evaluación interactiva que son completamente integradas al proceso de enseñanza, evaluación retroactiva permite crear oportunidades de aprendizaje después de realizar una medición al término de una secuencia didáctica y esta permitirá reforzar lo que no ha sido aprendido y la evaluación proactiva ayudara a hacer adaptaciones relacionadas con lo que se pretende aprender en un futuro cercano que les permitan ampliar aprendizajes, por otra parte la evaluación sumativa promueve que se obtenga un juicio global del grado de avance en el logro de los aprendizajes esperados de cada alumno.

Existen tres formas en las que los docentes pueden evaluar que son la evaluación interna es cuando el docente evalúa a sus alumnos, de los cuales conoce su contexto y la condiciones en las que surgen los aprendizajes para crear oportunidades que permitan a los alumnos mejoren su aprendizaje, la evaluación externa es la que permite observar las fortalezas y deficiencias de la institución o grupo con el objetivo de modificar la visión que se tiene en la evaluación interna, es un seguimiento de los procesos de enseñanza aprendizaje, descubriendo y corrigiendo posibles

errores y está la hace un docente que no forma parte de la institución evaluada, para finalizar esta, la evaluación participativa es cuando el docente evalúa al involucrar no solo a los alumnos, también a los compañeros docentes y directivos esto para mejorar el aprendizaje estableciendo distintos acuerdos para que todos puedan mejorar.

Existen tres tipos de evaluaciones formativas que complementan las evaluaciones de los docentes son la autoevaluación que son las evaluaciones que cada alumno realiza de su proceso de aprendizaje, así conocerá y valorará su desempeño, la coevaluación es la evaluación que de igual manera realiza el alumno en colaboración con sus compañeros, aprendiendo de esta manera a valorar los procesos y actuaciones de sus compañeros, de igual manera permite compartir estrategias de aprendizaje y la heteroevaluación que es la que el docente hace a los alumnos para poder mejorar los aprendizajes y su desempeño escolar.

En la educación preescolar se utilizan los aprendizajes esperados como referencia para poder evaluar cada campo de la formación de esta etapa, con base en el Plan de Estudios 2017, se enfoca en el proceso de planeación para la práctica docente, en donde el maestro establecerá metas en los alumnos en base a los aprendizajes esperados, con dichas metas se diseñaran distintas actividades para lograr el objetivo de aprendizaje, esto permitirá que el docente tenga diversidad de formas de aprender de sus alumnos, intereses y motivaciones, y de esta forma adecuar las actividades a las distintas necesidades de los alumnos, el Plan y Programas de Preescolar (PEP,2017) tiene flexibilidad curricular que es necesaria por la diversidad de contextos y distintas circunstancias que se presentan en las escuelas, permitiendo al docente utilizar la guía de aprendizajes esperados del programa para poder diseñar secuencias didácticas, proyectos y distintas actividades que promuevan el descubrimiento y adquisición de nuevos conocimientos, habilidades, actitudes, valores, e identificar la manera en que cada alumno aprende.

En dicho plan evaluar promueve reflexiones y mejores comprensiones del aprendizaje al posibilitar que la comunidad escolar en general contribuya a la calidad de la educación, y con la práctica diaria es un medio para conocer el proceso de aprendizaje de los alumnos y los apoyos que se requieren mediante nuevas oportunidades para aprender, los alumnos, docentes y padres de familia podrán tomar decisiones y actuar en consecuencia de ellas, con el fin que con la evaluación se obtengan los objetivos esperados es importante diversificarla y como anteriormente se describieron las evaluaciones diagnosticas del proceso y sumativa deben ser sistemáticas y combinarse con heteroevaluaciones, coevaluaciones y autoevaluaciones, para ello se requerirán estrategias, técnicas e instrumentos que nos ayuden a facilitar este proceso de evaluación, evaluar para aprender permite que los participantes aprendan de sus resultados.

La evaluación en el contexto del enfoque formativo requiere recolectar, sistematizar y analizar la información obtenida de diversas fuentes, la evaluación no puede solo depender de una sola técnica o instrumento, porque solo se estarían evaluando conocimientos, habilidades, actitudes o valores de manera desintegrada, por eso la evaluación con enfoque formativo debe permitir el desarrollo de las habilidades de reflexión, observación, análisis, el pensamiento crítico y la capacidad para resolver problemas. Es necesario comentar que para Hernández (2006) las estrategias de evaluación son el conjunto de métodos, técnicas y recursos que utiliza el docente para valorar el aprendizaje del alumno.

La evaluación para el correcto aprendizaje de los alumnos permite valorar el nivel de desempeño y el logro de aprendizajes esperados, y así poder identificar en que se puede apoyar para analizar las causas de los aprendizajes esperados no logrados y así poder tomar las decisiones oportunas correctamente, en el presente proyecto con apoyo del enfoque formativo mencionado se

recolecta, sistematiza y analiza la información que se obtiene de las diversas fuentes, con el único y específico fin de poder mejorar dicha intervención.

En relación a los tipos de evaluación ya mencionados se puede destacar que en todo proyecto de intervención es fundamental rescatar la evaluación ya que esta ayudará de manera significativa a obtener un resultado favorecedor respecto al problema a solucionar, de esta manera con el apoyo de las estrategias, técnicas e instrumentos adecuados, y con su correcta utilización se podrá llegar al objetivo planteado en el mismo. En el caso de este proyecto de intervención que va dirigido a mejorar los hábitos alimenticios en los pequeños, y generar ese impacto en su vida presente, para poder ver resultados en un futuro cercano se utilizara la evaluación con su enfoque formativo, mediante una heteroevaluación, y así se podrá comprobar que la mejora u objetivo planeado está siendo logrado, y de esta manera poder valorar la situación didáctica, y poder reforzar algún conocimiento que sea necesario y poder alcanzar el objetivo de manera adecuada.

CAPÍTULO

III

MARCO METODOLÓGICO

En el capítulo I y II se tuvo ya la oportunidad de presentar a la vista del lector, el objeto de estudio derivado de un diagnóstico reconociendo la pertinencia de la contextualización y la ubicación del problema de la intervención en el marco de un ámbito de oportunidad. De igual forma en el capítulo II se ha manifestado de forma argumentativa la teoría que para efectos de este trabajo, ha permitido la conceptualización del problema, su análisis y el sustento del diseño de la propuesta.

En el presente capítulo se hace un acercamiento necesario a la metodología, la cual permite precisar a través de métodos, técnicas, estrategias, procedimientos instrumentos utilizados por el interventor en la investigación para lograr el objetivo, es aquella que de forma directa ha permitido recorrer una serie de fases para el conocimiento de la realidad, entendiendo en este capítulo que, el diagnóstico en sus principios y fases ha permitido comprender el problema y por supuesto, tomar decisiones para el diseño de una propuesta encaminada a mejorar los hábitos de alimentación en los niños y niñas, mejorando así la calidad de vida, su salud y la de sus familias, haciendo que los pequeños tengan amor por su cuerpo, por su vida y por el medio ambiente que los rodea.

3.1 Enfoque de la investigación

En el campo de la educación, la investigación ha dado como resultado mejoras en los procesos de enseñanza aprendizaje, su proceso objetivo y sistemático que le define, así como su carácter instrumental permite en su conjunto el desarrollo de propuestas que impactan directamente las prácticas profesionales y en este caso, de forma específica, el desarrollo integral de los sujetos desde su educación en la primera infancia. Al hacer indagación educativa muy convenientemente se debe recurrir a la adopción de un enfoque de investigación, este definido como la naturaleza del estudio, son las decisiones que el intervenir tomara en función de la construcción del problema y

las metas del estudio, requiere de aspectos clave como el tipo de realidad, las metas, lógica y el tipo de datos.

En este sentido es importante decir que existen tres orientaciones, los enfoques de investigación cuantitativo, cualitativo y mixto, este último resultado de la implementación de las primeras dos perspectivas. Sin embargo, desde los fines e intereses, así como desde el tipo de objeto de estudio e intervención que este trabajo contiene, se advierte que es precisamente el enfoque cualitativo el que se retoma bajo los siguientes argumentos que en las siguientes líneas se describen. Respecto al enfoque cuantitativo se describen las características, utilizando el método deductivo el cual se caracteriza por ir de lo general a lo particular y representa un conjunto de procesos organizados de manera ordenada para comprobar ciertas ideas, es decir es un proceso secuencial, deductivo, probatorio y objetivo que mide los fenómenos utilizando la estadística probando hipótesis y haciendo análisis de causa efecto, gracias a esto se pueden tener resultados mucho más precisos, se orienta a la comprobación estadística, numérica y por lo tanto el análisis estadístico. (Sampieri et al, 2018)

En esta investigación sus fases son de orden riguroso comenzando con la idea de plantear el problema a investigar, estableciendo el propósito central, los objetivos y la pregunta inicial, justificación y viabilidad, en este proceso se deben explorar las deficiencias en el conocimiento del problema posteriormente la tercera fase sería la revisión de la literatura y desarrollo del marco teórico, haciendo una visualización del alcance del estudio, para después hacer una elaboración de hipótesis, definición y determinación de variables, con todo esto se realiza un desarrollo del diseño de indagación con el que se guiara, posterior se hará una selección y definición de la muestra del contexto en lugar y tiempo determinado, recolectando también los datos, y así poder analizarlos adecuadamente y llevar a cabo la elaboración del reporte de resultados obtenidos.

Se debe considerar que este tipo de investigación necesita medir la gravedad del problema para describir o explicar el problema con el fin de obtener resultados precisos, y utilizar la recolección de datos para probar hipótesis basadas en mediciones numéricas y análisis estadístico para buscar construir modelos. El comportamiento se determina mediante la comprobación de hipótesis y teorías. En este método, el método a estudiar es específico, y el límite se define desde el inicio de la investigación. Antes de recolectar y analizar los datos, se propone la hipótesis anterior, que se basa en análisis y procedimientos estadísticos. mencionado anteriormente.

Es importante mencionar que esta debe ser objetiva y seguir un modelo predecible y estructurado, utilizando razonamiento lógico y deductivo, estas encuestas se distinguen por medir valores cuantificables, estos valores cuantificables pueden ser frecuencias, porcentajes, costo, tasa y rango. Los informes elaborados con este método cuantitativo pueden reportar indicadores, es una de las herramientas más utilizadas porque se suele utilizar para medir la experiencia u opinión de las personas, por lo que en realidad se lleva a cabo fuera del individuo. En este proceso se busca el mayor grado de control, orientado a explicar y predecir el fenómeno en estudio, y su objetivo principal es la construcción y demostración de teorías.

De manera similar, el método cualitativo es descrito por Sampieri et al. (2018). Se señala que va de la mano con el método inductivo, que incluye de especial a general, y utiliza la recolección de datos para afinar preguntas de investigación o revelar nuevos problemas en el proceso de investigación, con el objetivo de estudiar actitudes, comportamientos y presentación. opiniones de las personas de la misma manera. Estas suposiciones no son obligatorias y pueden ocurrir antes, durante y después del análisis y la recopilación de datos, y estas actividades suelen ser más importantes para descubrir problemas de investigación, de modo que puedan refinarse y responderse de la manera más adecuada.

Los métodos cualitativos parten de un acontecimiento real acerca del cual se quieren construir conceptos. Para ello se observan los hechos y se describe la realidad en la cual se busca involucrar. La meta es reunir y ordenar las observaciones en algo comprensible, configurar un concepto acerca del fenómeno que se quiere conocer. (Galeano, 2004. p.19)

En este proceso de investigación cualitativa la primera fase es la idea, seguida del planteamiento del problema, el reconocimiento inicial en el campo a estudiar, la concepción del diseño o abordaje principal del estudio, definición de la muestra inicial de estudio y acceso a esta, recolección de datos, análisis de datos, la interpretación de los resultados, y la elaboración del reporte de resultados obtenidos. Cabe destacar las características principales que lo definen, como que en este tipo de enfoque el investigador plantea un problema, pero claramente no sigue un proceso bien definido, las investigaciones cualitativas se basan en una lógica y proceso inductivo, esta no prueba hipótesis, pero si se genera durante el proceso y se perfecciona con el tiempo.

Debido a que se basa en métodos de recopilación de datos no estandarizados o predeterminados, utiliza técnicas de recopilación de datos como observaciones y entrevistas, por lo que el proceso de consulta es más flexible y se mueve entre la respuesta y el desarrollo. Después de ser evaluado, intenta explicar lo que está capturando activamente y asume que la realidad está definida por la interpretación del participante. Aquí, presenta la experiencia del participante al investigador y construye un conocimiento que no pretende ser una generalización estadística de los resultados, como una serie de prácticas explicativas que visibilizan el mundo, porque pretende cambiar mediante el estudio de los seres vivos, su vida cotidiana y su entorno.

Finalmente, el objetivo principal del método híbrido es utilizar las ventajas de la investigación cuantitativa y cualitativa para combinar los dos métodos, pero no los reemplaza, sino que representa un conjunto de procesos de investigación sistemáticos, empíricos y críticos que involucran el recolectar y evaluar el análisis de datos cuantitativos y cualitativos. Este método se

utiliza cuando se agrega valor a la investigación y tiene una amplia gama de puntos de vista en profundidad, puede proporcionar una variedad de ventajas, es más teórico, puede obtener varios datos y tiene una amplia gama de dinámica creativa, consulta, mayor confiabilidad, y finalmente es posible explorar mejor los datos, porque trata de minimizar las debilidades, para que se pueda comprender la realidad para su transformación.

Los métodos mixtos o híbridos representan un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos de investigación e implican la recolección y el análisis de datos tanto cuantitativos como cualitativos, así como su integración y discusión conjunta, para realizar inferencias producto de toda la información recabada (denominadas meta inferencias) y lograr un mayor entendimiento del fenómeno bajo estudio. (Sampieri & Mendoza, 2018, p.10)

Cabe señalar que este método utiliza datos cualitativos y cuantitativos para realizar la recopilación y el análisis de datos, y el análisis y análisis estadístico para lograr objetivos externos, este método requiere integración, análisis de datos, teoría, capacitación, diseño y métodos, es una manera fácil de explorar problemas complejos, este trabajo también tiene algo del desarrollo que comienza con la resolución del problema haciendo varias preguntas, analizando el problema en detalle y haciendo una declaración general de un investigador natural.

Es un proceso que involucra trabajo personal autónomo que se puede dividir en categorías de productos específicas, como análisis secuencial, cambios de seguimiento, decisiones e instrumentos utilizados para evaluación. Debido a que los datos son un producto para la recopilación de datos, se utilizan sistemas de análisis de calidad de datos cuantitativos y recopilación de experiencias históricas para priorizar y analizar de forma interdisciplinaria y finalmente obtener los datos para analizar la información.

Ahora bien, para los fines e intereses de este proyecto de intervención, y como ya se había mencionado, es el enfoque cualitativo el que se adopta, pues en él se encuentra la oportunidad de

captar la realidad social a través de los ojos de las persona que está siendo estudiada, por así decirlo es a partir de la percepción que tiene de su propio contexto el sujeto, en este caso el interventor induce las propiedades del problema a estudiar a partir de la forma como orientan e interpretan su mundo los sujetos que se desenvuelven en la realidad que se examina, por tal motivo se elige este enfoque ya que como se menciona con anterioridad que busca conceptualizar sobre la realidad con base en la actuación, los conocimientos, las actitudes y los valores que guían el comportamiento de los niños estudiados, de este modo de manera inductiva pasa del dato observado a identificar los parámetros de conducta, que estos son aceptados por los individuos en contextos específicos.

De este modo el presente proyecto tiene una inducción analítica ya que se basa en la observación de la realidad a partir de la cual el interventor obtiene el conocimiento necesario para poder desarrollar los marcos teóricos, y argumentarlos de modo que capten la interpretación de los grupos estudiados. Es por ello que se elige este enfoque, porque se detectó un problema en un contexto determinado y se pretende la mejora de este, de esta forma la investigación se centra en dar esa solución, centrándose en la descripción y explicación del proceso para poder comprenderlo, buscando explicar la naturaleza del ámbito de oportunidad social.

3.2 Diseño de la investigación

Una vez que ya ha establecido el planeamiento del problema, es momento de dar respuesta a la pregunta detonadora planeada de forma práctica, eso implica desarrollar precisamente un diseño de investigación para poder aplicarlo de manera particular al contexto determinado, si este esta echo cuidadosamente, el resultado de la investigación tendrá mejores y mayores posibilidades de éxito, como se ha podido ver en el transcurso de esta indagación, existen distintos tipos de investigación por lo que el diseño no tendrá el mismo significado.

Dicho lo anterior cada una tiene características que las hacen especiales, y esto implicara seleccionar o desarrollar un diseño de investigación y aplicarlo al contexto particular de su estudio, el término diseño adquiere otro significado distinto al que posee dentro del enfoque cuantitativo, particularmente porque las investigaciones cualitativas están sujetas a las condiciones de cada contexto en particular. En el enfoque cualitativo, el diseño se refiere al abordaje general que se habrá de utilizar en el proceso de investigación. Miller y Crabtree (1992) lo denominan aproximación, Álvarez-Gayou (2003) marco interpretativo y Denzin y Lincoln (2005) estrategia de indagación.

Asimismo el autor Sampieri et al (2003), menciona que el diseño al igual que la muestra, la recolección de todos los datos y el análisis de los mismos, surgirá del planteamiento del problema hasta que se llegue la etapa inicial y el trabajo de campo, como cualquier investigación, proyecto, o planeación esta puede tener diversas modificaciones, pero sin perder de vista el interés principal del diseño de investigación, según el autor el termino diseño se refiere al plan o estrategia concebida para obtener la información que se desee, el diseño permitirá establecer al interventor lo que debe hacer para alcanzar sus objetivos del proyecto, contestando las interrogantes que se ha planteado en el mismo y analizar la certeza de las hipótesis formuladas en su contexto particular, es así que este diseño será el plan del interventor para confirmar si es o no cierto, el incluirá actividades que ayudaran a encontrar la respuesta a la pregunta de investigación, si dicho diseño está bien creado los resultados tendrán más probabilidades de ser válidos.

El diseño adoptado en este proyecto no gira en torno a un método, sino a las fases de un diagnóstico que se asume como el detonante de una propuesta pero que necesariamente se realiza desde una mirada o enfoque cualitativo, para Sampieri et al (2003) el diseño no experimental se divide de tal manera en la que se pueden tomar en cuenta el tiempo que se llevara la recolección

de los datos, como lo es el transversal que es donde se recolectaran datos en un solo y único momento, este tiene como principal propósito describir variables y acontecimientos en un momento dado, por otra parte, el longitudinal es donde se podrá hacer la recolección de datos a través del tiempo de investigación, en diversos periodos o lapsos, para poder hacer conclusiones respecto a los cambios y las consecuencias que se tienen.

Como al inicio de este proyecto de intervención se explica la importancia del diagnóstico, los distintos tipos y sus pasos, para retomar en este proyecto como se dijo anteriormente se utiliza el diagnóstico socioeducativo Bassedas et al (1998) en el cual los participantes investigan su propia realidad y analizan las causas de los problemas, el diagnóstico es la primer etapa del ciclo del proyecto y este consta de pasos generales que son la el diagnóstico, planificación, ejecución, evaluación y sistematización, en estas se podrá describir el problema para intentar su solución. El diagnóstico consiste en reconocer sobre el terreno, donde se pretende realizar la acción, los síntomas o signos reales y concretos de una situación problemática, lo que supone la elaboración de un inventario de necesidades y recursos. (Arteaga & Basurto, 2001, p. 55)

Al retomar las fases del diagnóstico socioeducativo para asociarlas a lo realizado de manera práctica, en primer lugar se llevó a cabo la identificación del problema, el cual se logró gracias al análisis del contexto externo e interno, por medio de una guía de observación lo que ayudo a poder abordar los distintos aspectos que influyen en el problema detectado lo social, cultural, económico, educativo, así mismo se realizó un dialogo con una persona distinguida del municipio la cual pudo brindar información necesaria como las necesidades y características más sobresalientes gracias a su trayectoria en educación inicial y en la política (Ver anexo 1), se trató de llegar a la idea más precisa y se reflexiona la población involucrada a partir de la pregunta detonadora que abordan las cosas básicas que se necesitan saber para comprender el problema y poder buscar la solución.

En segundo lugar, se encuentra la fase de elaborar un plan diagnóstico en esta corresponde a la preparación de las actividades y los recursos para la investigación del problema sirviendo para conocer lo que se quiere lograr en el diagnóstico, en dicha etapa va encaminada con la tercera que es la recolección de la información, que junto con las preguntas, permite recabar y hacer los instrumentos necesarios, en tercer lugar para recoger la información necesaria para poder entender completamente el problema, recogiendo de las fuentes primarias como lo son los maestros, padres de familia, y los mismos alumnos que son la realidad concreta y los individuos que viven en la misma, de esta manera en la prácticas profesionales en la institución mencionada se realizó una observación participativa con los alumnos y además se usaron guías de observación (Ver apéndice B y C), y se realiza un registro anecdótico (Ver apéndice D).

Al mismo tiempo para poder obtener más datos se requirió el apoyo de la docente a cargo y se realizó una encuesta, cabe señalar que gracias a esto se detectaron las debilidades y fortalezas de dichos contextos es donde se seleccionó el problema también para poder justificarlo, se recurre a las fuentes secundarias como lo es la recolección de la información de libros, artículos, documentación, y antologías que tratan la dificultad detectada de tal manera que proporcionan explicaciones útiles que nos orientaran sobre las posibles soluciones.

La cuarta etapa es procesar la información consiste en reflexionar sobre lo recabado en la fase anterior, para darle orden y sentido, y ayudara a clasificar, relacionar y problematizar la investigación, agrupando así información de acuerdo a ciertos aspectos que interesan para la solución del problema así del mismo modo dando a conocer la solución con las teorías que sustenten la importancia del inconveniente a solucionar, en este caso se encontró como enfoque psicológico la teoría sociocultural del desarrollo cognitivo de Vygotsky, en el enfoque pedagógico la teoría de Diaz Barriga cognición situada y en didáctico la situación didáctica de Patricia Flora

emprendiendo dicha solución con el método por proyecto, siendo mediante el cual se propone un ambiente de aprendizaje para trabajar en dicha solución.

Finalmente se encuentra la última fase que será socializar los resultados, aquí se discute la información analizada, para poder conocer la solución, es decir con la evaluación se tendrá una idea de la viabilidad y funcionalidad del proyecto de intervención, con la cual mediante las técnicas e instrumentos pertinentes se podrá valorar, como se ha explicado anteriormente hay tres tipos de evaluación diagnóstica, formativa y sumativa. Como técnica se usa la observación y la encuesta por lo consiguiente se usa como instrumento la guía de observación, y el registro anecdótico, finalmente en esta, llega la hora de la toma de decisiones, aclarando los resultados obtenidos en dicho diagnóstico se clarificará si explica el problema y su posible solución, si esto no es satisfactorio se tendrá que reforzar con más información, para poder sustentarlo.

El presente proyecto implica dos tipos de investigación, documental que se entiende como la estrategia de comprensión y análisis de realidades teóricas o empíricas mediante la revisión, cotejo, comparación o comprensión de distintas fuentes documentales a través de un abordaje sistemático y organizado, por lo que es aquella realizada a través de la consulta y revisión de artículos, documentos, libros que puedan ayudar a validar la información presentada en este proyecto basándose así de fuentes ya elaboradas con anterioridad, hoy en día la información representa una enorme ayuda para los seres humanos, ya que es posible acceder a ella fácilmente, de acuerdo con lo mencionado esta investigación es de carácter documental puesto que se nutre de estudios ya realizados y unifica los diversos criterios en el ámbito educativo y relativos a la correcta alineación y nutrición de los niños.

Del mismo modo la investigación de campo, es aquella que se aplica extrayendo la información o los datos directamente de la realidad inmediata a través del uso de técnicas de

recolección con el fin de dar respuesta a una situación en particular, en este caso detectar el problema y fue así ya que gracias a las prácticas profesionales se pudo llevar a cabo en un lugar y tiempo determinado que fue el preescolar “Puebla” el lugar donde se pudo detectar el problema estando en contacto directo con el mismo y se pretende llegar a dar solución al problema a intervenir, primordialmente se pretende utilizar la información proponiendo cambios para modificar y mejorar dicha situación ,así pues ambas van de la mano para poder lograr el objetivo planteado.

Para Sampieri et al (2003), el diseño no experimental se divide tomando siempre en cuenta el tiempo durante el cual se realiza la recolección de los datos, la investigación según el periodo de tiempo en que se desarrolla puede ser de distintos tipos transversal y horizontal. En este sentido, el tipo de investigación aquí implícita es de tipo transversal ya que se define como el diseño de una investigación observacional, individual, que mide una o más características, donde se recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único, y es descriptiva porque describe las características de la población de estudio en este caso será una investigación transversal a corto plazo, por su parte se pretende dar solución en un momento y tiempo definidos, recolectando y analizando los datos en un tiempo único, presentando de esta manera resultados en nuestra solución datos descriptivos, este tipo de estudio permite a flexibilidad de encapsular las opiniones de un grupo de personas, ya que se utiliza para determinar lo que sucede en tiempo real.

3.3 Recolección de datos

En apartados anteriores se ha hablado sobre el diseño de la investigación, en cómo se crea una solución y para esto es necesaria la recolección de datos e información que permitan recabar esta información, ahora es momento de recolectar dicha información y analizarla para descifrar que el problema sea efectivamente un problema correctamente detectado, y posteriormente sacar las

conclusiones acerca de dicha propuesta de intervención. Ahora para conocer por completo este apartado es necesario rescatar que es la cogida de datos y es esencialmente la toma de información en acción, la cual implica elaborar un plan detallado de procedimientos que conduzcan a reunir los datos necesarios que permitan comprobar la validez de la hipótesis.

En primera instancia debe dejarse claro, según Bernal et al (2006), que las fuentes de recolección de datos pueden ser primarias o secundarias, primarias todas aquellas de las cuales se obtiene información directa, es decir de donde se origina, secundarias todas aquellas que ofrecen indagación sobre el tema a investigar, pero que no son fuente original de los hechos o situaciones, sino que los referencian. Existen diversas herramientas como lo son las técnicas e instrumentos de recolección de datos, que permitirán hacer esta recogida necesaria para el proyecto de intervención, esto implica el documentar, registrar y organizar la investigación de manera que sea más fácil trabajarla y debe estar relacionada al plan y sustento que llevara a mejorar la alimentación en los niños, se usaran estrategias cualitativas de recogida de información, en esas existen técnicas directas o interactivas como lo es la observación participante, y las entrevistas cualitativas, al igual las técnicas indirectas o no interactivas que se recoge información de documentos , etc.

En relación a lo antes descrito, las técnicas e instrumentos de recolección de datos permiten recabar información relacionada con la investigación, son las distintas formas o maneras de obtener esa información, los instrumentos son medios materiales que se emplean para la recogida y almacenamiento de datos, una técnica es el conjunto de reglas y procedimientos que permiten al investigador establecer la relación con el objeto o sujeto de la investigación, el instrumentos de recolección de datos son el mecanismo que usa el investigador para recolectar y registrar la información; es cualquier recurso, o formato que se utiliza para la obtención, registro o almacenamiento de la misma, como formularios, pruebas, test, escalas de opinión, listas de

chequeo, etc., el método orienta la técnica y pueden existir distintas técnicas de recolección de información. (Arias et al,2006)

Para Bernal et al (2006), las técnicas más utilizadas para investigaciones cuantitativas son encuesta, entrevistas, observación sistemática, análisis de contenido, experimentos, pruebas estadísticas, entre otras. Luego de definir la técnica, debe dejarse claro el instrumento que servirá de apoyo a la misma. Según Blanco (2000) un instrumento es un formato con un conjunto de preguntas estructuradas o no, que son producto de una variable que ha sido sustentada teóricamente y de la cual fueron extraídos sus dimensiones e indicadores. Dejando claro, que debe elaborarse apoyándose en los conceptos y definiciones que sustentan el trabajo de investigación; ya que, una de las formas de garantizar validez a los instrumentos es la incorporación de la teoría en su proceso de construcción.

La entrevista es una técnica usada y es orientada a obtener información de forma oral, personalizada sobre acontecimientos vividos y aspectos subjetivos de los informantes en relación a la situación que se está estudiando, por medio de la entrevista se recaba toda aquella información que no se obtiene por la observación, la entrevista no es otra cosa que una conversación entre dos personas, una de las cuales se denomina entrevistador y la otra entrevistado. Estas dos personas dialogan y conversan de acuerdo con pautas acordadas previamente, es una conversación que tiene un propósito definido, y este propósito se da en función del tema que se investiga.

En este proyecto se ubica como técnica la observación participante que según Evertson et al (1989) es un método de análisis de la realidad que se vale de la contemplación de los fenómenos , acciones, procesos , situaciones y su dinamismo en su marco natural, de esta manera de pueden conocer las habilidades, actitudes y valores que poseen los alumnos, como los utilizan en cada situación determinada, se utilizara la observación sistemática en donde se define que observar en

el grupo de alumnos, para conocer las respuestas a encontrar un problema de intervención educativo y como instrumento se utilizan unas guías de observación las cuales se basan en una lista de indicadores que pueden redactarse como afirmaciones o preguntas, que son relevantes a observar, los diferentes aspectos a analiza.

De esta manera en la primer guía de observación (Ver apéndice A), es fundamental rescatar los diferentes aspectos como lo son lo social, cultural, económico, educativo, para conocer cuales influyen en la detección del problema, este tiene como objetivo recabar las características e información observada y conocer en primer momento el contexto externo y nivel socioeconómico de los alumnos, y así poder de esta manera obtener los datos necesarios para justificar y poder argumentar de manera correcta el diagnostico principal, está guía se realizó con observaciones y al mismo tiempo se realiza en secuencia otra guía de observación que tiene como objetivo conocer de manera general las condiciones físicas y contextuales del preescolar “Puebla” (Ver apéndice B), al igual que las anteriores se llevaron a cabo en conjunto una guía de observación que tiene como objetivo conocer más a detalla el contexto interno de dicha institución (Ver apéndice C), las cuales permitieron conocer la situación actual que se presenta la institución involucrada, y poder detectar las debilidades y fortalezas del sitio y así poder conocer de qué manera puede influir el desarrollo educativo de los niños.

Por otra parte, lo anteriormente expuesto se relaciona y permite la realización del próximo instrumento que con apoyo de la observación, se integra en este proyecto un registro anecdótico (Ver apéndice D), el cual es un informe que describe hechos, sucesos o situaciones concretas que se consideran importantes para el alumno o grupo, comportamientos, actitudes, conocimientos , habilidades, valores, intereses o procedimientos, en él se pueden identificar las características de un grupo de alumnos o de un solo alumno, con la finalidad de hacer un seguimiento sistemático

para obtener estos datos útiles y así poder evaluar una situación determinada, dicho informe debe ser objetivo y apegarse a los hechos reales, describir cada situación con precisión y de forma breve, al respecto este instrumento tiene como objetivo el recabar la información observada en este caso la actitud del niño y niña, y así poder conocer sus fortalezas y debilidades, saber en qué aspectos requieren apoyo, por lo cual al estar en contacto directo por un tiempo determinado con los niños se pudo detectar el problema que detono a la pregunta de investigación de este proyecto.

Otra técnica que se recaba en este proceso es el análisis del desempeño de los alumnos y en conjunto con el instrumento de recolección de datos, la encuesta es una técnica de recogida de datos que también se retoma en este proyecto de intervención, la cual se llevó a cabo después de la observación anterior y se realizaron distintas encuestas con el mismo fin (Ver apéndice E), el cual cuenta con preguntas ordenadas que pueden ser abiertas o cerradas, y se aplican para conocer la opinión de las personas sobre algún tema o recabar datos precisos, se lleva a cabo en el contexto de la vida cotidiana, utilizando procedimientos estandarizados de interrogación, con el fin de obtener datos de características objetivas y subjetivas, pueden ser personales, por teléfono, o a través de internet, a partir de los datos obtenidos se tomaran distintas decisiones.

Al respecto este instrumento tiene como objetivo principal identificar problemas de alimentación en los niños, para poder intervenir de manera oportuna y así poder mejorar los hábitos de alimenticios de los alumnos y poder mejorar su desarrollo, y es una encuesta que se hizo a madres, padres y docente con el mismo fin, poder conocer que realmente el problema detectado durante la observación participante puede ser intervenido de manera oportuna para poder mejorar esta pequeña parte de la comunidad escolar, para poder obtener más información sobre el problema detectado se solicitó apoyo a la docente a cargo y con la colaboración, conocimiento, y autorización

de los padres de familia ,se logra aplicar las encuestas a los padres de familia de manera digital, ya que en esta fase del proyecto ya se presentaba la actual contingencia.

Con la ayuda de una plataforma digital llamada SurveyMonkey se distribuyeron las encuestas a modo de hacer varios momentos de aplicación, pero que no se hicieran extensos o tediosos ya que muchos de los padres, son nuevos en este ámbito de la tecnología. De esta manera se pudo lograr la recolección de información de las encuestas y confirmar que se necesitan mejorar los hábitos alimenticios de los niños ya que influyen en el desarrollo del niño y tengan un adecuado crecimiento.

Es necesario rescatar que es de suma importancia la formulación de este marco metodológico ya que con este se tiene como propósito el permitir descubrir y analizar los supuestos del estudio, detallándolos para el desarrollo del proyecto de investigación, es decir su importancia en esta investigación será el que ayude a respaldar y responder el cómo se hará, describiendo como anteriormente se presentan las técnicas e instrumentos a usar en este proceso de obtención de información.

CAPÍTULO

IV

PROYECTO DE INTERVENCIÓN

La intervención educativa adquiere sentido en la medida en que esta responde a las necesidades específicas que los sujetos de la intervención tienen. En este sentido ya que se ha hecho referencia al problema derivado del diagnóstico contextualizado, recalcando la teoría que ha permitido el estudio y comprensión del problema desde una metodología cualitativa propicia para ello pero además se ha dado cuenta de la importancia de la teoría psicológica pedagógica y didáctica, en este capítulo se abordarán los momentos que conducirán a la planificación de las actividades, para tratar de mejorar y guiar a una correcta alimentación y unas correctas prácticas de hábitos alimenticios en los pequeños y en sus familias, ahora con la nueva modalidad de aprender en casa, se debe guiar a los padres, para que se pueda lograr el aprendizaje esperado en las actividades propuestas.

4. 1 Fundamentación del proyecto de intervención

Para entender que es un proyecto de intervención, es importante saber que es un proyecto, desde la perspectiva de Egg & Aguilar et al (2005), este es el conjunto de actividades concretas, interrelacionadas y coordinadas entre sí, se realizan con el fin de producir determinados bienes y servicios capaces de satisfacer necesidades o resolver problemas, ahora bien se trata de la ordenación de un conjunto de actividades que, combinando recursos humanos, materiales, financieros y técnicos, se realizan con el propósito de conseguir un objetivo de una situación que se quiere modificar en un tiempo explícito. Se entiende que un proyecto de intervención consiste en un conjunto de acciones sistemáticas, planificadas, basadas en una necesidad identificada y orientada a una meta, como respuesta a esa necesidad, con una teoría que lo sustente.

Ahora bien un proyecto es aquel que se origina desde el conocimiento ante un problema, es decir en un proyecto de intervención se tuvo previamente un diagnóstico en el cual se obtuvieron

datos suficientes para poder proponer un plan o una estrategia de innovación y mejora, al tener los datos necesarios sobre lo que se tendrá que atender para cubrir la necesidad detectada, elaborar un proyecto es mucho más que redactar un documento, es pensar en una solución y mejora que contribuya al futuro de los agentes involucrados, el proyecto de intervención se realiza en un corto periodo de tiempo ya que se enfoca en mejorar un problema detectado en un momento determinado, y busca resultados favorables, con la ayuda de la evaluación se podrá conocer si se logró la meta planteada en la estrategia.

En esta perspectiva un proyecto de intervención como menciona Negrete & Arteaga et al (2013), el interventor será un mediador en un trabajo interinstitucional e interdisciplinario, ya que fungirá como puente entre la población y otros agentes educativos. La elaboración de una Propuesta de Intervención Educativa implica necesariamente la incorporación de la innovación educativa, ya que como interventor educativo compromete a la construcción de soluciones, preferentemente originales y novedosas, que provoquen la mejora de la situación precedente, para la solución de mejora de un proyecto de intervención es necesario que estén involucrados los padres y madres, docentes y alumnos, ya que ellos son participes de la realidad estudiada, para un proyecto es necesaria la a elaboración de un diagnóstico de la realidad actual que permita identificar y seleccionar los problemas o las situaciones susceptibles a ser mejoradas, mismo que debe permitir analizar las necesidades o demandas prioritarias a partir de las cuales se formula el plan de acciones.

En relación con este tema es importante destacar que “un proyecto bien elaborado no es, sin más, garantía de éxito en su aplicación”, de acuerdo con Egg (2005). Debe implementarse con la relevancia del problema y atenderse de tal manera que la utilidad sea positiva ya que aportara a la comunidad educativa, misma que sea de facilidad para su implementación, así como sus limitaciones y que al ejecutarse se vaya empleando una estrategia adecuada. Existe una serie de

requisitos a los que el proyecto debe adecuarse, en primer lugar, es necesario que se adapte a las circunstancias espaciales y temporales, debe ser factible, debe poder ejecutarse en un tiempo determinado, debe ser viable, y responder a las demandas de la sociedad involucrada.

Para que un plan de intervención tenga una correcta formulación y esto conlleva a tener una correcta fundamentación en el diseñar la solución a un problema educativo, que lleva implícita la planeación de las actividades y acciones correctivas, que son las razones por las que se necesita realizar dicho proyecto, una finalidad que nos lleva a los objetivos del proyecto, estos se explican de tal manera que es lo que se espera obtener, a quién va dirigido, las actividades y productos, los recursos que se necesitan para lograr los objetivos, cómo se ejecutara el proyecto, el tiempo estimado para el logro de dichos objetivos planteados y tener en cuenta los factores externos que pueden influir en el mismo.

Dicho de otro modo, la intervención educativa es una estrategia de planeación y actuación profesional, que permitirá a los docentes e interventores tomar el control de la práctica profesional, mediante un proceso de indagación y solución, que consta de cuatro fases para su desarrollo, comenzando con el diagnóstico y el análisis de las necesidades tanto de la intervención y su contexto externo e interno, que tienen influencia en el, seguida de la planificación y el diseño del plan de acción, la tercera sería llevar a la ejecución de todas las acciones, actividades del plan anteriormente propuesto, y culminando con la evaluación.

La intervención puede tener diversas finalidades como lo son correctiva, preventiva o de desarrollo, es importante notar que bajo una u otra modalidad siempre los proyectos se proponen la transformación de la realidad. Autores como Egg & Aguilar et al (2005) proponen cinco fases o etapas que son la investigación, diagnóstico, planeación, ejecución y evaluación. Es importante dar a conocer que tiene relación con el problema detectado ya que se pretende tener una mejora en un

contexto y tiempo determinado de tal manera que si solo se investiga no se puede tener un campo para poder intervenir, por eso en esta propuesta es importante tener en cuenta que conocer e investigar, pero el propósito primordial es intervenir y el saber cómo la salud de los niños del preescolar tiene influencia en su nivel académico, ya que es indispensable estar sanos para poder adquirir conocimientos.

Por consiguiente es por eso que su respuesta a los procesos educativos está condicionada de alguna manera, por variables nutricionales y sociales que han rodeado su infancia, la información que se tenga sobre la alimentación adecuada y hábitos alimenticios en los primeros años de vida, es una forma apropiada para abordar la intervención correcta y oportuna, y poder mejorar el futuro inmediato, y a largo plazo, ahora con la nueva modalidad debido al Covid-19 en el año 2021, con esta pandemia es necesario recalcar que indudablemente lo que ocurra en casa, será clave para el desarrollo físico y social de los niños, de esta manera se pretende incidir de manera adecuada para intervenir en sus correctas prácticas de hábitos alimenticios y brindar herramientas que los ayuden a generar conciencia y mejorar sus hábitos alimenticios por su salud y la de su familia.

En relación a la idea anterior mencionada es necesario comprender que al identificar un problema a atender, sus causas y consecuencias, ahora a partir de ello se planea un proceso para alcanzar una meta que lo solucione o mejore, dicho proceso implica fases las cuales suelen ser flexibles y tienen una secuencia lineal, aunque muchas de las veces es necesario retroceder para hacer reconsideraciones, primero se hace el diagnóstico de las necesidades, para después poder saber que hacer por medio de la planificación, llevando a la aplicación, para seguir con una evaluación para saber que se ha logrado, finalizando con un informe final del proyecto. (Serrano et al, 1996)

4.2 Comiendo en casa, en la vida aprendo de amores y sabores

El presente proyecto lleva como nombre “Comiendo en casa, en la vida aprendo de amores y sabores”, el cual consiste en promover hábitos de alimentación adecuados en padres, madres, cuidadores y niños, los principales beneficios de este proyecto sería los niños y su familia, consiste en realizar promoción de prácticas de alimentación saludable en los padres junto con los niños que se encuentran en la primera infancia, se busca prevenir prácticas de alimentación inadecuada en las familias, ya que los niños aprenden en base a lo que ven, y los padres son los responsables de preparar los alimentos que ingieren los niños, es importante conocer las cantidades de consumo adecuadas para cada edad, y tener en cuenta que todos los pequeños, deben alimentarse acuerdo a sus necesidades.

Para poder enriquecer el proceso educativo, las estrategias de enseñanza y las estrategias de aprendizaje se complementan. Las estrategias de enseñanza son “procedimientos que se utilizan en forma reflexible y flexible para promover el logro de aprendizajes significativos”, de acuerdo al autor Barriga (2010). Las estrategias son los medios y los recursos que se ajustan para lograr aprendizajes a partir de la intencionalidad del proceso educativo. Las estrategias didácticas como elemento de reflexión para la propia actividad docente, ofrecen grandes posibilidades y expectativas de mejorar la práctica educativa. El docente para comunicar conocimientos utiliza estrategias encaminadas a promover la adquisición, elaboración y comprensión de los mismos. Es decir, las estrategias didácticas se refieren a tareas y actividades que pone en marcha lograr determinados aprendizajes en los estudiantes.

Por lo tanto se pretende usar el aprendizaje basado en proyectos como estrategia en la educación a distancia para los niños y sus familias, se realizara una planeación didáctica con una serie de situaciones didácticas, en las que se tiene como tiempo estimado dos semanas, se darían

todos los días de la semana, en el horario de elección del padre para poder obtener una comunicación correcta y la aplicación adecuada del Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP) y el aprendizaje situado, en las cuales se lleve la secuencia de fomentar los buenos hábitos y el cuidado de su alimentación, con la ayuda de diversas actividades enriquecer la higiene, uso correcto de los utensilios, normas básicas a la hora de comer, etc.

Entonces para la enseñanza situada aprender y hacer son acciones inseparables, por lo que los alumnos han de aprender haciendo dentro del contexto pertinente. Según Barriga et al (2010) la cognición situada, es una de las tendencias más representativas no sólo de la enseñanza situada sino dentro del enfoque sociocultural, con lo anterior es importante rescatar que se utilizara el aprendizaje situado para la realización de las actividades ya que se basa en una situación específica y real, que busca la solución de un problema a través de situaciones cotidianas, actualmente con la contingencia que se atraviesa el contexto sociocultural del niño es el elemento principal y clave para la adquisición de habilidades y competencias, buscando la solución de los retos diarios que se viven en casa, girando en la importancia de los hábitos saludables para el desarrollo del niño.

Ahora al tener un plan de mejora para el problema detectado es importante la construcción de los objetivos que ayudaran al logro esperado, pero para esto es necesario conocer que un objetivo orienta acciones, precisa de qué manera se hará y la finalidad, por lo que es utilizado de manera transversa ya que se establece al principio, se consultara durante la ejecución y es el referente que determina si se logró lo planteado, existen los objetivos general que es el que determina el alcance, la finalidad y considera las posibilidades para poder ejecutarlo y específico en el cual se detallaran las metas que deben alcanzarse para lograr el general, siendo coherente con los pasos a seguir, de esta manera se presentan los objetivos de este proyecto, los cuales se especifican a continuación de manera general.

Objetivo general:

Generar un proyecto de intervención educativa para los alumnos del Preescolar “Puebla”, mediante el aprendizaje basado en proyectos (ABP), con la finalidad de fomentar la sana alimentación en los alumnos del 2° “A” en la educación a distancia.

Objetivos específicos:

Establecer la importancia de los grupos de alimentos saludables que marca el plato del bien comer y la jarra del buen beber.

Trasmitir al niño el cuidado de su cuerpo y su salud física, por medio del ABP.

Mejorar y promover los sanos hábitos alimenticios para mejorar su calidad de vida.

Es importante recalcar que el objetivo que se persigue busca atenderse desde este proyecto bajo la propuesta y bondades del aprendizaje basado en proyectos, la cual es una de las formas más extendidas de la globalización curricular que aplican las instituciones de innovación transformadora, el cual fue propuesto por la escuela nueva y creado por William Heard Kilpatrick (1871–1965), discípulo de John Dewey, quien afirmaba que el currículo debe ofrecer al alumno situaciones que lo conduzcan a un crecimiento continuo, gracias a la interacción entre el entorno físico y social con las necesidades e intereses y conocimientos previos del alumno, tales situaciones deben responder a una planeación cooperativa. (Barriga et al, 2005)

El ABP es un método de trabajo y aprendizaje globalizador, sistemático, riguroso, reflexivo y metacognitivo que parte de un interrogante o un desafío y que permite integrar las inteligencias múltiples, los grupos cooperativos, el aprendizaje significativo, la creatividad, asertividad y pensamiento divergente, dicha técnica se fundamenta en cualquier trabajo de investigación que esté basado en los intereses de los alumnos para que tenga una efectividad total, es decir si un alumno

es el protagonista total de su aprendizaje por descubrimiento a partir de sus intereses, si él está interesado y motivado por algo, se obtendrán mejores resultados, en la conducción de un proyecto los estudiantes participan activamente en la construcción del conocimiento, buscan soluciones a problemas que les afectan o interesan para adquirir habilidades intelectuales y sociales, competencias y nuevos aprendizajes que podrán poner en práctica en situaciones futuras.

Actualmente la educación ha cambiado por completo el rumbo de enseñanza aprendizaje en los niños y niñas, debido a la actual pandemia que nos aqueja, es imposible tener la interacción directa con los pequeños y brindarles los conocimientos, resolver dudas y darles el acompañamiento como durante mucho tiempo se hizo, gracias a los cambios significativos por las tecnologías de la información y las comunicación (TIC), caracterizada por los entornos virtuales de enseñanza aprendizaje, se rompe el paradigma de la educación tradicional y hoy ayuda a favorecer los procesos de integración y contextualización, durante la realización del proyecto los pequeños y sus padres aumentan el conocimiento y la habilidades en el uso de las TIC, ya que son capaces de utilizar recursos de manera práctica, que pueden ser empleados para la comunicación de ideas y resultados, como instrumento de evaluación y autoevaluación.

Con las TIC, se transforma el aprendizaje, y la educación a distancia es una alternativa para poder lograr los aprendizajes esperados, adecuándose al espacio y tiempo del aprendiz, la nueva era de la tecnología y la actual situación por contingencia abren una nueva visión y realidad en la que el aprendizaje se tiene que seguir adquiriendo, sin embargo los cambios son muy rápidos y la educación debe facilitar la adaptación de los estudiantes, con la ayuda de las TIC, en los alumnos permite modificar las estrategias del pensamiento, adaptarse a las necesidades actuales, permite a los agentes dar libertad, flexibilidad de horarios, orientando la información que será transmitida, siendo así el niño el responsable de construir su propio aprendizaje de manera activa y colaborativa,

así como en el ABP en los entornos virtuales el alumno es el protagonista de su aprendizaje en la medida en que investigue, trabaje, interactúe, analice y reflexione para construir sus conocimientos.

Con esta estrategia de aprendizaje se pretende que el docente tenga como papel brindar herramientas, proporcionar información y medios, facilitar la simulación de situaciones, motivar, impulsar y crear interés por el contenido a estudiar, y utilizar recursos educativos que permitan mantener activos a los participantes, de manera que logren la construcción de conocimientos y evaluar los conocimientos, ya que el rol no es solo el de transmisor de conocimiento sino que se convierte en protagonista clave del proceso, guiando a los niños para que logren los aprendizajes esperados.

Los participantes en el proceso de enseñanza aprendizaje deben ser entre los alumnos, la familia y el interventor o docente, ya que estas tres partes se plantean el reto de enseñar como una actividad compartida ya que, así como en casa, en la escuela además de enseñar conocimientos y desarrollar las habilidades también se forma a personas, y es por eso que debe fomentar un proceso de socialización para que los alumnos lleguen a integrarse en la sociedad de una manera sana y constructiva.

La secuencia didáctica que se plantea a continuación está fundamentada teóricamente, de tal manera que oriente al aprendizaje significativo, en cada una de las etapas se emplearán diversos materiales y estrategias de enseñanza, con la intención de incrementar la participación del estudiante y su familia en el proceso de aprendizaje, mismas que se dividen en cuatro momentos que son, dos secuencias didácticas de inicio, seguidas de cinco de desarrollo, dos de cierre y una de evaluación general del proyecto de intervención, dichas secuencias van enfocadas al campo de exploración y comprensión del mundo natural y social, con los organizadores curriculares de mundo natural y cuidado de la salud.

De esta manera se comienza partiendo de la realidad del alumno, para poder posteriormente llevarlo a analizar y reflexionar, poner en práctica lo aprendido en manos a la obra y para finalizar el comunicara y transferirá sus conocimientos adquiridos, los productos de las sesiones son variados ya que van desde hojas de trabajo, videos y actividades y juegos en familia, como se ha mencionado en esta etapa los pequeños aprenden por imitación es por eso que es indispensable que estos conocimientos lleguen a su familia, para ellos sean los principales trasmisores de estos correctos hábitos saludables, se hablara a grandes rasgos de la planeación didáctica que se pretende llevar a cabo para tener una mejora en el problema detectado.

Para empezar se irá describiendo a grandes rasgos las secuencia de inicio “El mundo de los alimentos” (Ver Apéndice F), misma en la que se tiene como principal propósito saber los conocimientos previos del alumno, referentes al tema a tratar por lo que el propósito de la primera sesión es que el alumno identifique los distintos alimentos que existen y al grupo al que pertenecen, se le harán preguntas para saber sus conocimientos previos sobre los alimentos, posteriormente se les mostrará un video reforzando su aprendizaje, realizando un experimento como detective, en el cual colocara en una charola, distintos tipos de alimentos, como frutas, verduras, las cuales partirá a la mitad, dejando poco a poco cada una de sus partes, en donde observara detenidamente su composición, como su color, olor, sabor, textura, para después poner en práctica lo que aprendió por medio de unas hojas de trabajo anexadas (Ver Anexo 3,4) del mismo modo (Ver Anexo 5) para comunicar y transferir sus conocimientos adquiridos al finalizar la sesión.

En la siguiente secuencia de inicio “Los alimentos que conozco” (Ver Apéndice G), tiene como propósito saber qué tipos de alimentos conoce el alumno y darle a conocer el plato del buen comer, con ayuda de unas preguntas previas para partir de la realidad y conocer lo que el alumno sabe, se le presentara un video en el cual se les da a conocer información relevante al tema,

haciendo sus actividades más dinámicas, se pedirá el apoyo de los padres de familia para realizar la actividad sugerida en la cual realizara un arcoíris contemplando los alimentos que conforman el plato del bien comer, ellos usaran la creatividad para conformarlo y elegir los colores, con el apoyo de las hojas de trabajo (Ver Anexo 6.7), se culminaran las actividades, comunicando y transfiriendo esos conocimientos adquiridos.

Consecutivamente se realizaran las secuencias de desarrollo, las cuales van encaminadas a fortalecer el tema a tratar que sería la sana alimentación, el propósito de la tercer sesión “Tutifruti” (Ver Apéndice I) es que el alumno conozca la variedad de frutas que puede comer y la importancia de su consumo por la mañana, se parte de la realidad del alumno y se hacen preguntas para conocer sus aprendizajes previos, se dará un video para reforzar la importancia del tema, se solicitara el apoyo de los padres de familia para realizar una manualidad llamada frutiplato (Ver anexo 8), posteriormente realizaran una actividad en la que clasificaran los alimentos por color, primero colocaran frutas, verduras en un recipiente con agua, y con ayuda de una cuchara de cocina, pescaran las frutas y verduras, clasificándolas por color y para comunicar y transferir lo aprendido se realizara una hoja de trabajo (Ver Anexo 9).

En la cuarta sesión “Limpiecito y sanito” (Ver Apéndice J), se tiene como propósito que el niño reconozca los hábitos generales de higiene y así poder cuidar su salud, al tener correctos hábitos de higiene personales los tendrá también a la hora de elaborar alimentos o consumirlos, se harán preguntas para conocer los saberes previos del pequeño referentes al tema, dándole a conocer posteriormente un video para reforzar el aprendizaje esperado, se realizara una actividad usando carteles (Ver Anexo 10) y objetos de casa en la que se hará reflexionar y pondrá en juego sus habilidades, posteriormente realizaran una fácil y deliciosa receta de cocina, usando bombones blancos, chocolate y su imaginación para hacer un borrego, el fin de este borreguito es que el

alumno cada que utilice chocolate o sienta que tiene las manos sucias, practique las practicas de higiene necesarias, para poder obtener un borreguito blanco, al hacerlo de esta manera observara la importancia de mantener sus manos limpias, finalizando con una reflexión con su familia sobre la importancia de la higiene y lo que aprendió.

Para continuar reforzando el tema en la quinta sesión “No puedo vivir sin agua” (Ver Apéndice K), se tiene como propósito que el alumno conozca los beneficios de tomar agua y conozca que es la deshidratación se comenzará por preguntar al pequeño lo que conoce sobre el tema , dándole a conocer después un video con la importancia de hidratarse, posteriormente se realizara un juego interactivo, elaborara su propia vaca lechera con la ayuda de cartón y un guante que simulara la ubre de la vaca, esta actividad permitirá al niño conocer de donde proviene un líquido sano que ayuda a nuestro cuerpo a crecer sano y fuerte.

Continuando en unas hojas de trabajo (Ver Anexo 11, 12, 12) en la cuales se reflejará lo aprendido en la sesión y anexando la jarra del buen beber para que la conozca toda la familia (Ver Anexo 13). Continuando con la secuencia de desarrollo en la sesión número seis” El agua es salud y vida” (Ver Apéndice L), se seguirá reforzando el tema sobre la importancia de tomar agua simple para la salud, se recabarán los saberes previos del niño, se reforzará con un video interactivo el tema y se realizará un experimento en el cual se colocaran tres flores con distintos líquidos, una con agua natural, otra con refresco de cola, y una sin ningún líquido, esta actividad ayudara a pequeño a ver reflejado, la importancia de tomar agua y con el apoyo de una hoja de trabajo (Ver Anexo 14) transferirá lo aprendido.

Concluyendo con la última sesión de desarrollo “A lavarse las manos, la salud es mejor” (Ver Apéndice M), la cual tiene como propósito que el alumno reconozca que es importante la higiene personal y la higiene en los alimentos para tener una mejor salud, partiendo de la realidad

del pequeño con preguntas que ayudaran a conocer sus saberes, posteriormente se adentrara en el tema con ayuda de videos que refuercen lo que conoce el niño, y se realizaran actividades en casa practicando lo aprendido realizando un experimento con un recipiente con agua y una cucharada de pimienta, un poco de jabón, al ver las reacciones que tiene la pimienta con el jabón, el alumno reflexionara la importancia de lavarse adecuadamente las manos para prevenir enfermedades, ya que en este experimento la pimienta simulara las bacterias virus, y suciedad, en la hoja de trabajo realizara la transferencia de lo que aprendió del tema (Ver Anexo 15.16).

En la sesión número ocho se tiene como propósito conocer las diferencias de los alimentos saludables y chatarra y la importancia de su consumo y no consumo en la vida del pequeño, esta sesión es la primer sesión de cierre "Alimentos saludables vs alimentos chatarra" (Ver Apéndice Ñ) en donde pretende reconocer lo que se ha logrado con las secuencias, aquí se partirá de los conocimientos previos del alumno y mediante un video se comentara con los padres de familia la importancia de tener una correcta alimentación, realizaran una actividad dinámica en la que simularan una hortaliza con frijoles que simulan la tierra, usando frutas y verduras de hojas de papel, con ayuda de utensilios de cocina o sus manos, experimentaran una sensación similar de como desenterrar una verdura, ayudando al niño a experimentar y reflexionar que se pueden cultivar los alimentos propios.

Se trabajara las hojas de trabajo (Ver Anexo 17.18.19.20) para plasmar sus aprendizajes adquiridos, y realizara con su familia un acuerdo para mejorar su alimentación, continuando con la secuencia de cierre en la sesión nueve "Reconozco que es la buena alimentación"(Ver Apéndice O), se tiene como propósito promover la buena alimentación en los pequeños y en su familia, partiendo de la realidad de los mismos se realizaran preguntas referentes al tema, reforzando con un video la actividad de ser cocinero por un día, con el apoyo de los padres de familia se realizara un

gorro y un mandil (Ver Anexo 21) con materiales que tengan en casa, es importante que exploten su creatividad, ya que harán sellos con una papa, esto servirá para que el pequeño, comprenda que la cocina, la nutrición y alimentación sana, lleva un poco de arte, pero que al final siempre vale la pena, con el apoyo de la hoja de trabajo (Ver Anexo 22) comunicaran lo aprendido en la sesión, y se anexa una receta fácil que pueden hacer en compañía de toda la familia y con la fruta de temporada (Ver Anexo23).

Concluyendo con las secuencias es importante mencionar que con la sesión número diez “De compras en el súper” (Ver Apéndice Q) en la que se tiene como principal propósito recabar los aprendizajes adquiridos por medio de las sesiones anteriores , para reconocer si se lograron los objetivos esperados, partiendo de la realidad del niño preguntando si conoce que es un súper, como nos sirve en la vida conocer lo que es indispensable comprar para tener una sana alimentación, observando un video que reforzara la actividad, que con el apoyo de las hojas de trabajo anexadas podrá ir al súper de compras (Ver Anexo 24.25), para comunicar y transferir en compañía de su familia reflexionara el cuento del pirata que aprendió a valorar los alimentos (Ver Anexo 26), para realizar diversas actividades y juegos se anexan recursos complementarios que enriquecerán el tema a tratar (Ver Anexo 27.28.29.30.31), y como actividades y juegos interactivos se agregan los links de videos y juegos que permitirán reforzar y practicar lo aprendido (Ver Apéndice S).

4.3 Estrategia de evaluación

La evaluación para el aprendizaje de los alumnos permite valorar el nivel de desempeño y el logro de los aprendizajes esperados, además de identificar los apoyos necesarios para analizar las causas de los no logrados y poder tomar decisiones de manera oportuno en el problema detectado, en este sentido la evaluación formativa requiere recolectar, sistematizar y analizar la información obtenida de diversas fuentes, con el fin de mejorar el aprendizaje de los estudiantes y

la intervención docente, y para tener claro lo que se evaluara en este apartado es indispensable conocer que es una estrategia de evaluación y se dice que es un plan de acción para valorar el aprendizaje de los escolares, reconocer sus avances e identificar las interferencias con el fin de realizar una intervención efectiva, son las encargadas de verificar el proceso en los educandos y se llevan a cabo al inicio, durante y al final de dicho proceso, ya que se valora su proceso y el producto final, al observar nuestro entorno detectamos que las innovaciones, han llegado con facilidad en el uso de las estrategias de aprendizaje, de recursos didácticos que en el ámbito de la evaluación.

El enfoque de la evaluación que se contempla en este proyecto es de tipo formativa. Por tanto, la evaluación formativa constituye un proceso en continuo cambio, producto de las acciones de los alumnos y de las propuestas pedagógicas que promueva el docente (Hernández, 2002). De esta manera se puede rescatar que el proceso es más importante que el resultado y este se convierte en un elemento de reflexión para la mejora de los aprendizajes del alumno, como se menciona la finalidad primordial de la evaluación está dirigida al mejoramiento del aprendizaje del estudiante, es por eso que se deben seleccionar las técnicas e instrumentos de evaluación que contribuyan a garantizar la construcción del aprendizaje.

Las técnicas ayudaran al cómo se va a evaluar ya que es el procedimiento mediante el cual se llevara a cabo la evaluación, los instrumentos son el medio a través del cual se obtendrá la información necesaria, en el presente proyecto de intervención educativa se utilizara como técnicas la observación, análisis de desempeño por parte de los padres de familia ya que ellos en este proyecto son una pieza fundamental ya que debido al confinamiento por Covid-19, no podemos realizar una evaluación como normalmente se hacía, hoy los padres nos apoyaran con esta técnica de la observación ya que podrán percibir las habilidades, los procedimientos y actitudes del

pequeño, de manera detallada con el propósito de que se pueda retroalimentar cuando se requiera con el apoyo del interventor para así poder garantizar el aprendizaje y la resolución de problemas.

Considerando como instrumentos se rescata la lista de cotejo (Ver Apéndice H-N-R), las cuales son un instrumento que estructurado en una lista de palabras, frases u oraciones que señalan con precisión las tareas, acciones, procesos y actitudes que se desean evaluar, organizada generalmente en una tabla, también se considera las preguntas sobre el procedimiento (Ver Apéndice P) las cuales tienen como finalidad obtener información del aprendiz acerca de los aprendizajes adquiridos, su procedimiento, promoviendo la reflexión de los pasos que siguió, se contemplara un portafolio de evidencias que en este sentido se pretende hacer de manera virtual, con las imágenes y productos de sesiones (Ver Apéndice T), ya que es un instrumento que ayuda a evidenciar las habilidades, esfuerzos, progresos y logros de los estudiantes, este ayudara a valorar el proceso de desarrollo de aprendizajes y habilidades del proceso de enseñanza, en el cual se recabaran los productos de las sesiones para poder tener una evidencia del logro del aprendizaje del estudiante, utilizando de esta manera como herramienta de autoevaluación del pequeño, en el cual no solo se incluirán las evidencias de las actividades si no que incluirá las evaluaciones por medio de los padres, la evaluación , reflexión y retroalimentación del interventor educativo hacia el trabajo del pequeño, y un cuestionario de lo que el alumno aprendió (Ver Apéndice S), para finalizar se realiza una autorreflexión por parte de los padres de familia (Ver Apéndice U).

BALANCE GENERAL

La intervención es un medio que ayuda a favorecer de manera trascendental el desarrollo, de las competencias y su reforzamiento, mismas que poseen los alumnos como el interventor, esta intervención está basada en las necesidades cognitivas, así como de las características de cada uno de los pequeños diagnosticados, es por ello que la intervención educativa se convierte en una práctica que será significativa para los alumnos ya que en ella se ponen en juego los conocimientos que han adquirido y desarrollado con base a las experiencias vividas en su contexto familiar y social, es importante considerar que como un balance general se consideran las fortalezas y debilidades que se tuvieron en el diagnóstico, la investigación y el diseño, abordando lo relacionado a las fortalezas que se desarrollaron durante los primeros acercamientos de observación y práctica en el contexto escolar presencial y virtual, considerando que un elemento clave que favoreció a este proyecto de intervención educativa fue el poder conocer a los niños en su contexto escolar, conocer a su tutor o responsable, por medio del desarrollo de las prácticas profesionales se pudo obtener un diagnóstico real, tangible que se convirtió en un problema a solucionar.

Por lo antes mencionado es importante rescatar un ejercicio que, en todo proyecto de intervención educativo a pesar de quedar solo en propuesta, la reflexión sobre el proceso de investigación y el diseño de intervenciones, la autocrítica, la autocorrección y el análisis de la autorrenovación son fundamentales, por lo que es importante reflexionar que las fortalezas y debilidades existieron en ambos procesos y estar al tanto de las ventajas y desventajas existentes en los dos procesos se relacionan directamente y se afectan entre sí. Por lo tanto, es importante precisar que las ventajas se entienden fortalecidas y organizadas con fines defensivos, esto es para que las personas puedan enfrentar, soportar y superar obstáculos, desde el punto de vista personal, las debilidades también pueden entenderse como falta de fuerza, dificultades o defectos, y estos

defectos pueden impedirles avanzar o progresar, por lo que la principal ventaja de esta intervención educativa es el proyecto.

De tal manera algo que favoreció esta práctica permitiendo identificar en cierto grado lo que los alumnos conocen y desconocen para poder dirigir el proyecto con base a sus necesidades, con el diagnóstico inicial se logró poder emplear estrategias que favorecieran el poder contribuir de manera correcta los aprendizajes que se esperan, gracias a los instrumentos realizados para el mismo se pudo favorecer notablemente cual sería el contrariedad a solucionar ya que la mayoría de los padres de familia participaron en los cuestionarios, reconociendo su disposición y el acompañamiento de la docente a cargo se pudo concluir que el problema diagnosticado efectivamente era un problema, en el cual se podría intervenir oportunamente para realizar una mejora y tratar de solucionarlo, otro de los elementos que ayudaron a este proyecto de intervención fue la actitud positiva, la sinceridad por parte de la interventora, ya que el reconocer sus errores y aciertos, ayudo cada vez a mejorar más la estructura de esta investigación, a la vez fungió como un medio para poder realizar un crecimiento personal.

Otra actitud y que realmente está relacionada casi en su totalidad con la anterior fue la flexibilidad, debido a que se tuvo la disponibilidad de adaptarse y acatar las observaciones, la contingencia por Covid-19 fue un aspecto que sirvió de mucho para seguir avanzando y por ende no retroceder, el compromiso y la responsabilidad de parte del interventor y por parte de los sujetos estudiados fue un aspecto clave y que gracias a ello siendo los pilares fundamentales de la intervención, para poder llegar a cumplir con los objetivos que se habían propuesto en un inicio, y así poder actuar con respeto, seguridad, confianza y empeño a lo que se pretende, con la correcta comunicación con la titular del grupo y con los padres de familia.

Una de las debilidades en este proyecto de intervención fue la actual contingencia por Covid-19 que vino a modificar todo lo que se tenía planteado en un inicio, realmente es la más importante ya que no se accedió a una interacción directa, no se permitió una socialización entre los miembros del grupo diagnosticado, y claro que el problema del contacto y el tiempo y espacio, tiene cierta influencia en la determinación de la intervención educativa, pero a pesar de ello se considera que se hizo una adaptación adecuada la cual accedió avanzar con el proyecto, con las dificultades que esto conlleva, debido al confinamiento una de las mayores debilidades fue que no se lograría aplicar la propuesta de intervención, es un aspecto desfavorable ya que impidió cumplir el propósito principal, y al faltar la aplicación no se sabrá a corto plazo si el objetivo del presente proyecto es favorable para el aprendizaje de los alumnos.

Otra consideración que se rescata como debilidad es la poca o nula experiencia en la creación de una planeación didáctica, por lo cual hubo tropiezos para poder alcanzar el fin del proyecto, pero lo importante es que nunca se perdió la esperanza, ni las ganas porque el plan fuera beneficioso, y de manera objetiva a los fines de la educación preescolar, involucrando las necesidades del contexto inmediato.

RETOS Y PERSPECTIVAS

La vida sería muy monótona y muy aburrida si cada día se hiciera exactamente lo mismo, es decir, si se afronta la jornada con la seguridad que produce tener el control absoluto de todos los detalles, las personas tienen una enorme fuerza de voluntad, pero para poder entrenar dicha fuerza de voluntad, entonces, se tienen que marcar nuevos objetivos, los retos que se convierten en metas, son un estímulo que ayuda a crecer y avanzar en el camino de la vida con la satisfacción de ser cada día un poco más sabios y más competentes, desde la propia perspectiva del interventor de este proyecto de IE, un reto es un objetivo que supone un desafío a nivel personal para quien quiere demostrarse a sí mismo que puede luchar por cumplir esa meta, en este sentido el reto es la meta a la que se llega a través de un plan de acción marcado previamente.

Se puede concluir ahora con los retos y perspectivas que se esperan del proyecto, para ello los primeros retos son la ejecución del proyecto que son las razones por las que se considera necesario implementar el proyecto, en el cual se presentaron diversos retos tecnológicos, de coherencia, gramaticales, al poder llevar a la vida real la teoría y los autores que hablan del problema detectado, posteriormente en la planificación que es el diseño de las soluciones del problema en donde se presentaron muchos conflictos ya que al plantear las actividades, como es una propuesta pensando en el confinamiento, se piensa por la economía de las familias y que como interventora no se les puede proporcionar el material directamente y se piensa en usar lo que las familias tengan en casa, fue complicado realizar actividades innovadoras con cosas y materiales que habitualmente se tienen en casa.

Ahora bien del mismo modo por la situación se piensa en el tiempo de los padres de familia que por su trabajo muchas veces no pueden realizar actividades que demanden mucho tiempo, que claro el tiempo que le dediquen a sus hijos siempre que sea de calidad será muy bueno para lograr

aprendizajes significativos, en el diagnóstico para poder detectar una serie de problemáticas para elegir un problema que afecte el aprendizaje del alumno, el planificar cada actividad que permita separar las fases, tareas, con tiempo y los actores que las realizaran, especificando y atendiendo a los logros que se esperan alcanzar, como ya se mencionó también es considerado un reto la aparición repentina del Covid-19.

Por una parte, ya que al comenzar con una observación participante en las prácticas profesionales fue de gran ayuda, sin embargo se sabe que el ser humano es muy difícil de estudiar, ya que los seres humanos son cambiantes y así sus necesidades, por lo que al hacer el diagnóstico inicial se tuvieron retos como el no poder realizarlos cara a cara, se utilizaron herramientas tecnológicas como WhatsApp, correo y la plataforma SurveyMonkey, el reto aquí fue en un inicio poder tener la respuesta de los padres de familia, después el que accedieran a la plataforma ya que muchos no tienen las habilidades tecnológicas o el espacio en su dispositivo, por lo cual la respuesta fue favorable pero en destiempo de algunos padres.

En relación a esto, ya que en el campo de la formación académica y la salud fueron de los más afectados, un reto más son la innovación de la práctica docente, ya que se experimenta la educación en casa, donde muchas veces el tiempo, la economía, la dedicación, las labores y trabajos, impiden brindar la calidad educativa que se merecen los pequeños, la tarea de la investigación es un reto que se suma ya que el problema detectado es un tema del que no se es experto, y la investigación con el apoyo de un especialista en la materia de nutrición, ya que para la construcción de los instrumentos del diagnóstico, y para después investigar la información necesaria que ayudara a adaptar el proyecto a distancia, ya que el aula se ha convertido o modificado a través de una pequeña pantalla, donde se puede interactuar, reflexionar, corregir

oportunamente los aprendizajes, retroalimentar y poner en práctica lo que se espera en el plan didáctico.

Hoy en día, la enseñanza está diseñada para el futuro, y es interesante poder ayudar a lograr este cambio, porque las enfermedades pandémicas no solo afectan a unos cuantos, no solo afecta la salud, sino que también brinda oportunidades para que los niños pequeños crezcan, de un presente y un después en la educación preescolar, en donde el infante es el intérprete de su propio aprendizaje, está hablando de la iniciativa transformacional, que es mejorar la colección de pequeñas pero grandes mentes, mañana podrá consolidar una mejor educación, vida y salud, por eso este proyecto, tiene como objetivo la transformación, de ese punto de vista de aquellos niños que han contribuido a su propia comprensión, hábitos y convivencia con sus familias, el desafío al que se enfrentan es que puedan establecer aprendizajes relevantes, tener la capacidad de tomar decisiones y corregir complicaciones en diferentes posiciones, lo que les ayuda a convertirse en mejores seres humanos y a tratar de mejorar la sociedad en la que viven, para la creación de un mejor futuro para todos.

Para esta propuesta de intervención se tienen distintas perspectivas en la enseñanza a distancia por la incorporación de medios en procesos educativo, al igual que en un futuro se pueda aplicar esta propuesta, en el contexto escolar diagnosticado y más aun no solo en este contexto, si no que cualquier interventor pueda tener la capacidad de aplicarlo, que mejore la vida de los estudiados, el plantearle a los pequeños estudiantes que sean comprometidos con sus actividades con la calidad de vida que forman, no solo a grandes rasgos, si no que sepan que un grano de arena hace la diferencia, y todo suma, es por eso que una perspectiva general es dar calidad de vida al infante, en aprendizajes, salud.

Del mismo modo, fortalecer este proyecto, con el apoyo de un especialista en la nutrición infantil, para que no solo unos cuantos sean beneficiados, sino que se tome en cuenta la importancia en este tema, que la cultura de los hábitos alimenticios se lleve a cabo desde la etapa inicial hasta la vejez, y que se aplique no solo en el contexto interno de este proyecto, con el apoyo de los padres y docentes que se aplique en toda la zona escolar, y con los buenos resultados que se obtendrán, con las autoridades competentes en la rama de la educación hacer que se haga una materia especial, del mismo índole que las matemáticas, ya que la sana alimentación tiene más beneficios, para el óptimo desarrollo de habilidades y aprendizaje, y sin salud ningún individuo es capaz de tener calidad de vida.

Para lograr esta proyección, es importante que el proyecto sea factible de aplicar en diversos contextos para que permita esta transformación como ya se menciona anteriormente, así que cualquier interventor que desee aplicarlo, que este proyecto a distancia sirva de molde o guía para futuras generaciones que permita abrir el panorama, de la educación distancia, y de cómo querer transformar, se puede lograr, con un poco de esfuerzo, y amor a lo que se hace, que se pueda visualizar y apropiarse del objetivo y de la meta de esta futura interventora que es el transformar, mejorar la vida de su pequeña sociedad, para ser un gran futuro.

CONCLUSIÓN

CONCLUSIÓN

El proyecto de intervención educativo “ En tiempos de Covid-19 mi alimentación cuida: Un proyecto para preescolar a distancia”, es un medio de comunicación entre el preescolar, la comunidad y la vida, ya que es un producto de investigación cualitativa apoyado del método por proyectos, en donde gracias a las fases del diagnóstico socioeducativo se permitió conocer el problema, y plantear una solución para su mejora, es indispensable mencionar que la educación inicial es muy importante ya que brinda oportunidades de aprendizaje, y permite que un pequeño crezca de manera integral física, mental y socialmente, ya que incluye la alimentación, el cuidado de la salud, es importante mencionar que la ingesta de alimentos además de saciar las necesidades biológicas de incremento y desarrollo, posibilita la comunicación e interacción entre el infante y sus similares, simultáneamente en su círculo familiar posibilita la interacción entre el infante y los miembros de su familia, por esta razón es primordial que los adultos sean conscientes de la ingesta de alimentos adecuada, y de los buenos hábitos.

Por otro lado la intervención educativa ayuda a la acción intencional para la realización de acciones que conducen al logro del desarrollo integral del alumno, siendo el conjunto de prácticas con un horizonte mayor, situada y realizada en un contexto determinado, se vive en sociedad y en comunidad y para que esto sea posible, se necesita desarrollar y mantener normas de convivencia, la intervención es importante porque tiene como fin transformar, mejorar algo y cuando cambia la realidad también cambian los sujetos que están dentro de ella y viceversa.

En cuanto a la importancia de la educación inicial es fundamental ya que es indispensable para el desarrollo mental del niño, ya que es la edad donde el ser humano se enfrenta a los primeros contactos comunicativos a través de sus sentidos, y es donde el infante adquiere sus primeros aprendizajes, ya que a su vez aprende, desarrolla y ejercita destrezas cognitivas, afectivas, sociales

y motrices, mismas que continuaran desarrollando a lo largo de su desarrollo y las aplicara en su vida diaria, es por eso que es indispensable que en casa fomentemos la educación inicial ya que le permitirá entrar en el ámbito de socialización, reglas como el respeto, y por supuesto a la creación de hábitos.

La necesidad de hacer un diagnóstico está basada en que se necesita conocer para actuar con efectividad, en este sentido, todo diagnóstico social se convierte en uno de los primeros pasos para un proceso de organización o plan. que por medio de él se puede tener un entendimiento real y concreto de una situación sobre la que se va a intervenir, teniendo presente que las ocupaciones de un programa o plan buscan solucionar una situación problema, en un proceso de investigación, la metodología es una de las etapas en que se divide la realización de un trabajo, en ella el investigador decide el conjunto de técnicas y métodos que se emplearan para llevar a cabo las tareas vinculadas a la investigación, es por eso que gracias a ella se puede dar una coherencia en el problema.

Varios padres de familia se plantean si va a ser tan fundamental que sus hijos coman bien a edades tempranas, más que nada teniendo presente que finalmente casi todos los adultos acaban comiendo de todo y gozando de los alimentos, cuando un niños interioriza el práctica de la sana alimentación, se le facilita aprender a hacerlo con otros hábitos que tendrá que desarrollar en el futuro, y si se le establecen estrategias como el plato del buen comer y la jarra del buen beber desde la infancia, se fomentara una cultura alimenticia que contribuirá positivamente al desarrollo de una sociedad más saludable y productiva.

Por lo que aquí se hace referencia a la importancia de la teoría en este proyecto de intervención, ya que además de sustentar la importancia del proyecto, ayuda a plantear la teoría como un soporte de la investigación, sirve como un modelo para poder reflexionar y analizar la

realidad y desde ahí permitir el estudio o investigación en cualquiera de sus aspectos, sirve también para que estas teorías puedan ser aplicadas en sucesos o situaciones similares y puede expandirse o ampliarse para lograr mejores resultados, es por eso que principalmente aquí la teoría nos encamina al logro de la posible solución o mejora del problema.

En función de lo anteriormente planteado es necesario recalcar que la metodología en la enseñanza es esencial para el desarrollo de las destrezas durante toda su vida ya que, ayuda a estructurar y organizar el modo de trabajo, y permite aprender de los errores, por lo que hay un proceso de mejora continua, ya que es una herramienta que ayuda a crear la eficiencia a medida que se utiliza, así permite repetir los éxitos y organizar los tiempos, y desarrollar al máximo las habilidades, conseguir la máxima eficiencia y los logros esperados en el proyecto, y directamente en los niños la metodología recae que a través de los años marca la diferencia en el desarrollo óptimo de los infantes.

Con la finalidad de que este proyecto pueda ser retomado por futuras generación, y futuras pandemias o contingencias, ya que la educación no debe frenarse, por que día a día los infantes adquieren conocimientos en base a sus experiencias y es por ello que al sumergirse en la tecnología se puede rescatar que es suma importancia, el utilizar las herramientas y facilidades que proporciona, para captar la atención y mostrar y brindar los aprendizajes esperados, ya que permite que un aprendizaje sea mas interactivo y participativo, favoreciendo así el trabajo colaborativo, abriendo posibilidades de aprender a distancia y en los distintos contextos en los que están inmersos los alumnos, permitiendo que el acompañamiento por parte de los padres de familia sea de calidad ya que permite la flexibilidad de horario y tiempo, en la realización de las actividades.

Para concluir se puede decir que el objetivo general del proyecto se cumplió en medida de lo posible, ya que no se aplicó pero la realización y adecuación de este proyecto para que en un

futuro se aplique y sea satisfactorio, se puede mencionar que las actividades son sencillas pero con una buena conducción para obtener buenos resultados, son actividades que se planean para enriquecer el aprendizaje usando cosas que todos tenemos en casa, es necesario decir que se responde adecuadamente a la pregunta detonadora de este proyecto, ¿Cómo promover una sana alimentación en alumnos de 2° “A” del preescolar “Puebla”, para fortalecer su salud en tiempos de contingencia?, ya que gracias a los medios tecnológicos a los que la mayoría de la población tiene acceso, con la adecuada orientación y seguimiento, se puede llegar a tener éxito.

Se concluye que el problema es de suma importancia retomar ya que la pandemia por covid-19, le recuerda al seres humanos la importancia de una alimentación sana, de llevar una vida activa, el realizar los alimentos en casa, la importancia de comer rodeados en familia, ya que ayuda no solo a fortalecer los vínculos afectivos, ayuda a crear rutinas saludables, el incluir a los mas pequeños del hogar en la creación de sus alimentos, en las practicas simples de poner una mesa, ayudara a los niños a generar confianza en ellos mismos, a sentirse autosuficientes, del mismo modo, generan conciencia de la importancia de cuidar su cuerpo, y al cuidarse ellos lo practicarán con todo lo que les rodea, personas, animales y medio ambiente, por lo cual es acertada la intervención en este contexto.

BIBLIOGRÁFIA

BIBLIOGRAFÍA

- Alonso, H. I. (1973). *Sociología de la familia*. Madrid: Guadiana de publicaciones.
- Arias, F. (2006). *El Proyecto de Investigación. Introducción a la Metodología Científica*. Caracas: Episeme.
- Arteaga, B. y. (2001). *El Diagnóstico. En el Desarrollo Comunitario*. México: UNAM .
- Association, A. D. (2008). *Dietary guidance for healthy children aged 2 to 11 years*. J Amer Diet Assoc.
- Astorga, A. (1991). *Manual de Diagnóstico Participativo*. Buenos Aires.
- Astorga, A., & Bijl, B. V. (1991). *El Diagnóstico en el Trabajo Popular*.
- Barriga, F. D. (2003). *Cognición Situada y Estrategias para el Aprendizaje Significativo*. Mexico: Revista Electronica de Investigacion Educativa_Vol. 5, No.2.
- Barriga, F. D. (2005). *La conducción de la enseñanza mediante proyectos situados. Enseñanza situada: Vinculo entre la escuela y la vida*. México: McGraw-Hill.
- Barriga, F. D. (2015). *Aprendizaje Situado*. Puebla: Grupo Grafico .
- Bassedas, E. (1991). *Intervención Educativa y Diagnóstico Psicopedagógico*. Buenos Aires .
- Bassedas, E. (1998). *Intervención Educativa y Diagnóstico*. Barcelona: Paidós.
- Bernal, C. (2006). *Metodología de la Investigación*. México, D.F.: Pearson educación.
- Blanco, N. (2000). *Insruenos de Recoleccion de Daos Pri arios*. Maracaibo: Dirección de Cultura de la Universidad del Zulia.
- Brown, J. E. (2014). *Nutrición en las diferentes etapas de la vida. Cap.10: Nutrición en la infancia temprana y edad preescolar*. Prolongación Paseo de la Reforma 1015, Torre A, Piso 17, Col. Desarrollo Santa Fe, México, D.F: MCGRAW-HILL INTERAMERICANA EDITORES, S. A. de C. V.

- Catálogo de claves de entidades federativas, m. y. (Octubre de 2015). *INEGI*. Obtenido de <http://geoweb.inegi.org.mx/mgn2k/catalogo.jsp>
- Cerda, H. (1991). *Los Elementos de la Investigacion* . Bogoa: El Buho.
- Comercial, I. (s.f.). *MarketDataMéxico*. Obtenido de <https://www.marketdatamexico.com/es/article/Colonia-Hueytamalco-Centro-Hueytamalco-Puebla>
- Díaz Barriga, F. (2010). *Estrategias Docentes para un aprendizaje significativo. Una interpretación constructiva*. México,DF: McGraw Hill.
- Egg, A. (1989). *La Practica de la Animacion Sociocultural*. Buenos Aires. Editorial Hvmánitas.
- Egg, A. (2000). *Pautas u Orientacion para Elaborar un Diagnostico Comunitario*. Buenos Aires. Editorial Lumen
- Egg, A. (2005). *El Taller una Alternativa para la Renovacion Pedagogica*. Buenos Aires, Argentina.
- Evertson, C. i. (1989). *La Observacion como indagacion y metodo*. En C.M Wittrock (Ed.) *La Invesigacion de la enseñanza, II:Metodos cualiaivos y de observacion* . Barcelona: Paidos.
- Ezequiel Ander Egg, M. J. (2005). *Como elaborar un proyecto. Guia para diseñar proyectos sociales y culturales*. Republica Argentina: LUMEN/HVMANITAS.
- F, D. B. (2006). *Enseñanza Situada.Vinculo entre la Escuela y la Vida*. México : McGraw-Hill.
- Freire, P. (1970). *Pedagogia del oprimido*. Tierra Nueva. Montevideo.
- Freud, S. (1937). *La Educacion y el Psicoanalisis*. Bogota.
- Frola, P. (2011). *Estrategias Didacticas por Competencias*. Mexico.
- Gutierrez, R. S. (s.f.). *Enciclopedia de los Municipios y Delegacion de México* . Estado de Puebla.

- Hernández, D. B. (2002). *Estrategias para la comprensión y producción de textos*, 2º. ed. México: McGraw-Hill.
- Hurtado. (2000). *RENa - Cuarta etapa - Metodología - La observación*.
- ITER, C. d. (Octubre de 2015). *INEGI*. Obtenido de <http://www.inegi.org.mx/geo/contenidos/geoestadistica/catalogoclaves.aspx>
- Matos, J. (1995). *El paradigma sociocultural de I.S. Vygotsky y su aplicación en la educación*. Costa Rica: Heredia.
- Moreno, M. d. (2007). *Intervención e imaginario social*. México.
- Moreno, M. d. (2007). *La Intervención Educativa y sus Implicaciones de Sentido*. Mexico.
- Municipal, I. N. (s.f.). *Sistema Nacional de Información Municipal*. Obtenido de <http://www.snim.rami.gob.mx/>
- Negrete Arteaga, T. (2013). *La intervención educativa como campo emergente*. México.
- Nirenberg, B. y. (2003).
- OMS, O. M. (2004). *Estrategia Mundial sobre Regimen Alimentario, Actividad Salud*. Suiza: OMS
Derechos Reservados.
- Piaget, J. (1968). *Teoría Desarrollo Cognitivo*. Creative Commons Attribution-Share Alike, 3, 1-13.
- Publica, S. d. (2004). *Programa de Educación Preescolar*. Mexico.
- Rogers, C. (1995). *El Camino del Ser*. Barcelona: Kairos.
- Rosales, J. L. (2015). *Aprendizaje Situado transformar la realidad del educando*. México: Glosa
Revista de Divulgación.
- Sampieri y Mendoza, R. H. (2018). *Metodología de la Investigación: Las Rutas Cuantitativa, Cualitativa y Mixta*. Ciudad de México: McGraw-Hill Interamericana Editores, S.A de C.V.
- Sampieri, R. H. (2003). *Metodología de la Investigación, Cap 6*. México: Mc Graw Hill.

Serrano, P. (1996). *Diseño de Proyectos. Elaboración de proyectos sociales: casos prácticos* (Vol. 32). Narcea Ediciones.

Tung, M. T. (1969). *Acerca de la practica*. Buenos Aires: Rosa Blindada.

Vygotsky. (1978). Socio-cultural theory. *Mind in society*, 6, 52-58.

Vygotsky, L. (1983). *Pensamiento y Lenguaje*. Barcelona: *Teoría del desarrollo cultural de las funciones psíquicas*. : Paidós.

Wallon, H. (1987). *Una Comprensio Dialectica del Desarrolllo y la Educacion Infantil*. Madrid: Visor-Mec.

Worthen, S. y. (1997). *Program evaluation: Alternative approaches and practical guidelines*. Longman.

ANEXOS

ANEXO (1)

Foto de Dialogo con Alma Delia Salinas Martínez, cronista del municipio.

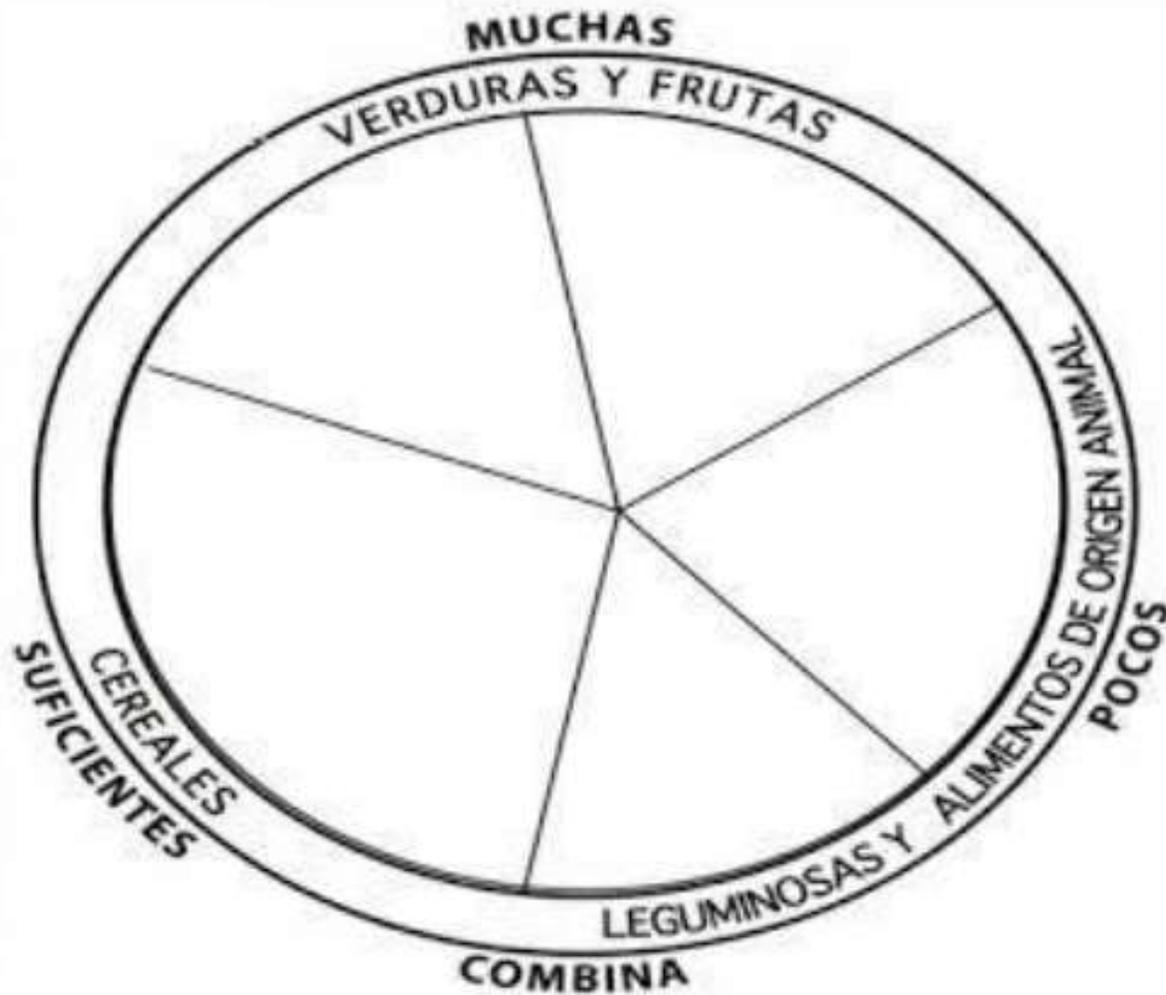


ANEXO (2)
Fotografía Jardín de niños Puebla.



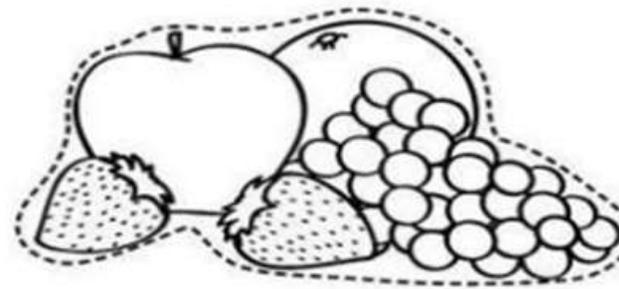
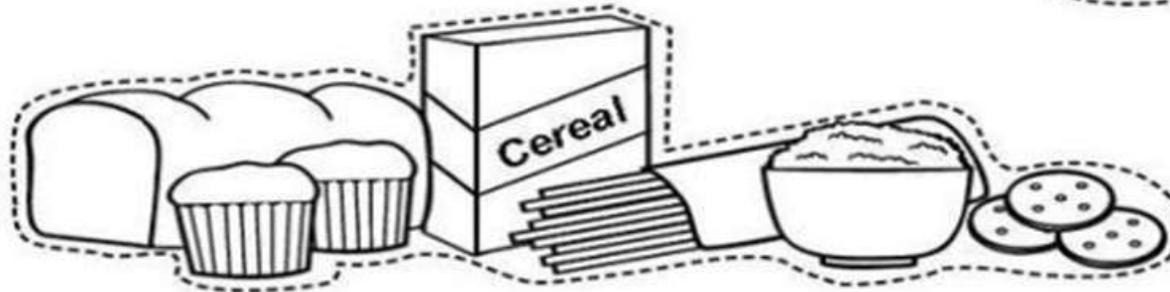
ANEXO (3)

Recorta y pega los alimentos en el lugar que corresponden:

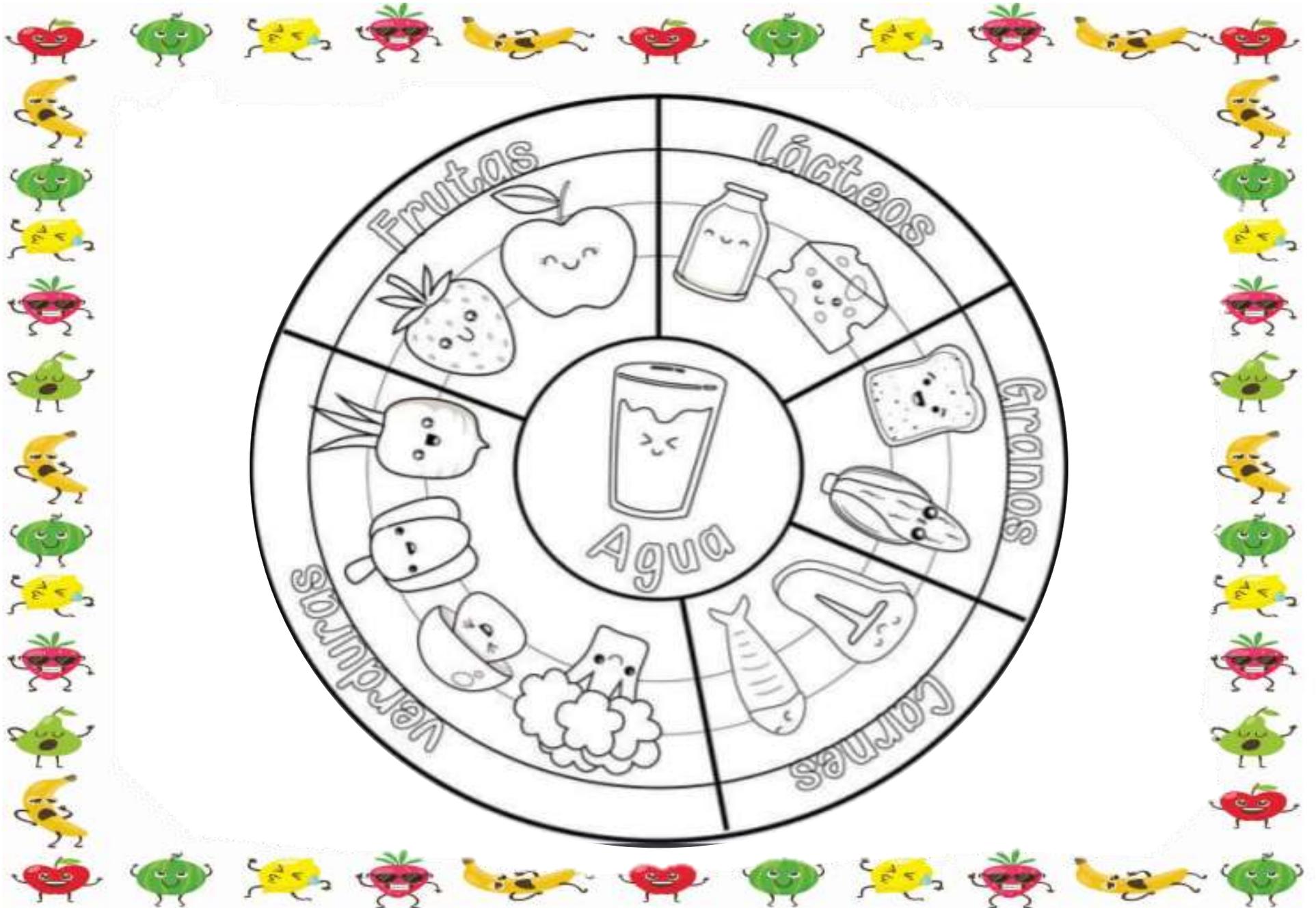


ANEXO (4)

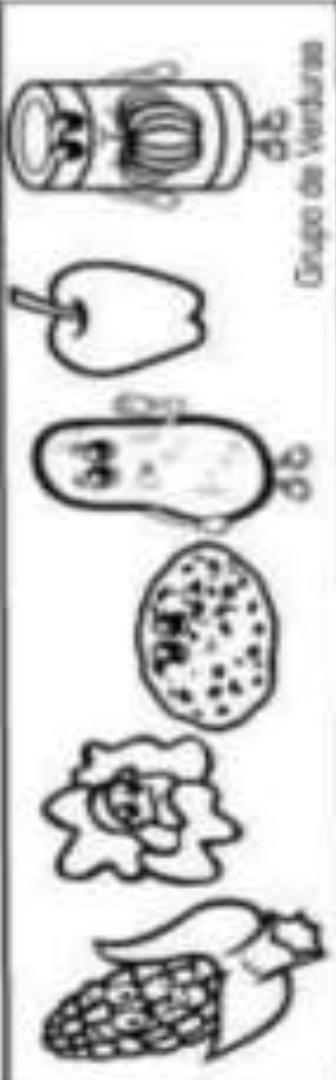
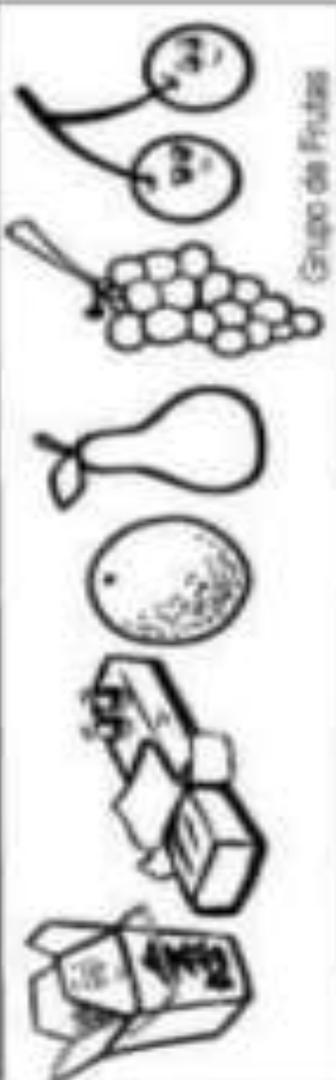
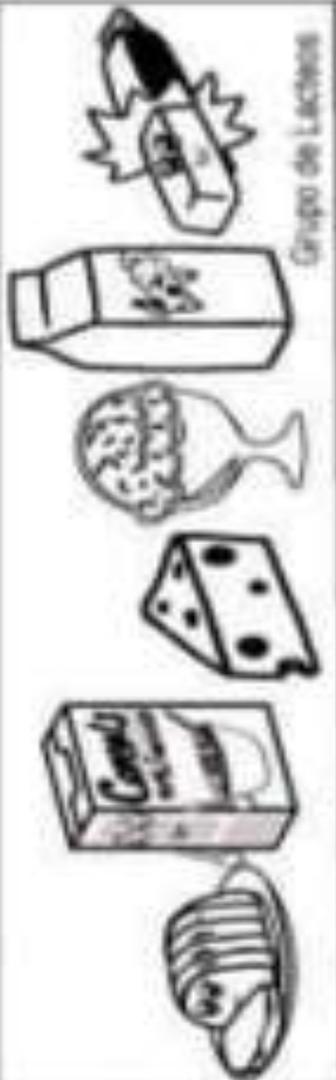
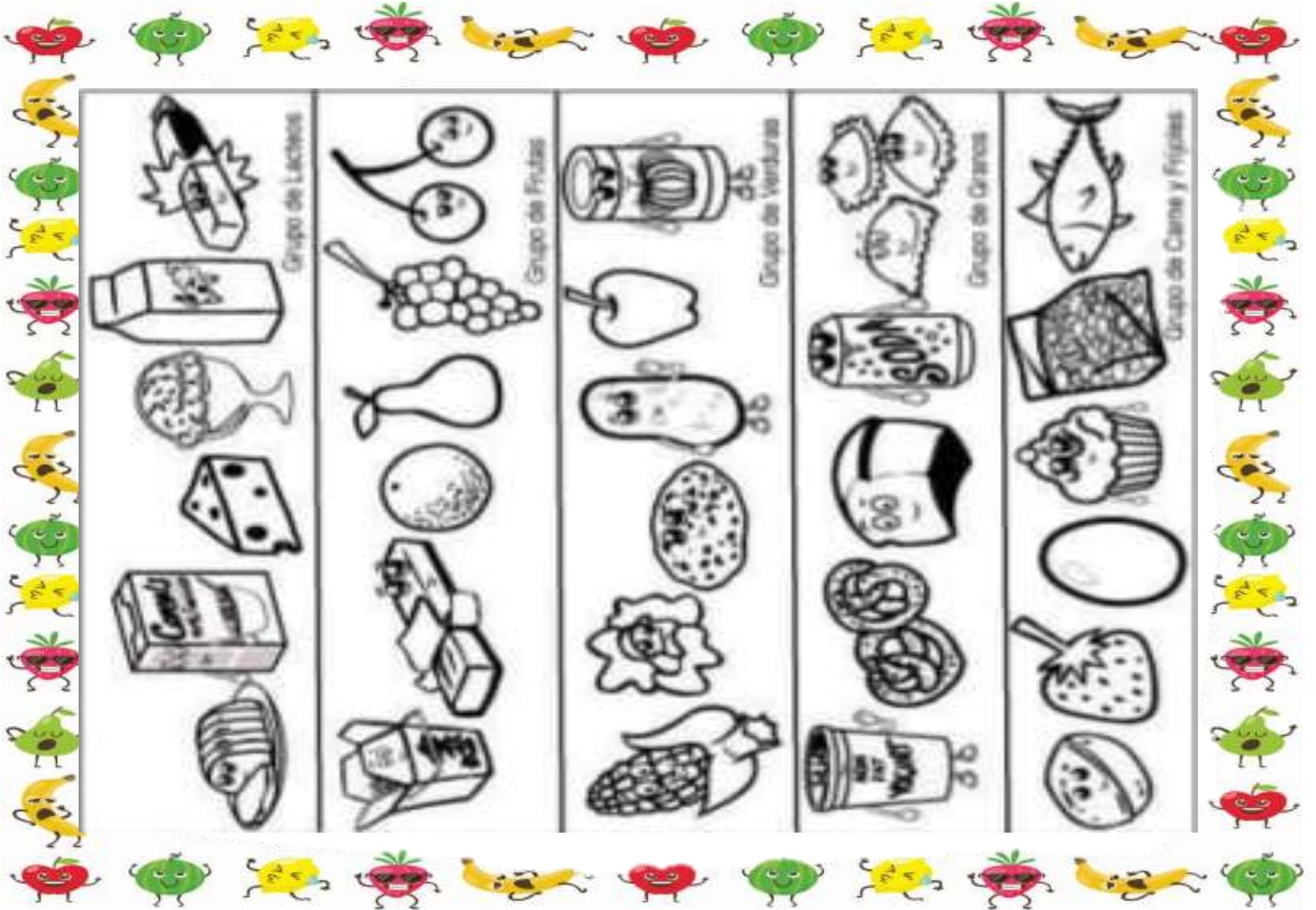
Colorea los grupos de los alimentos:



ANEXO (6)



ANEXO (7)

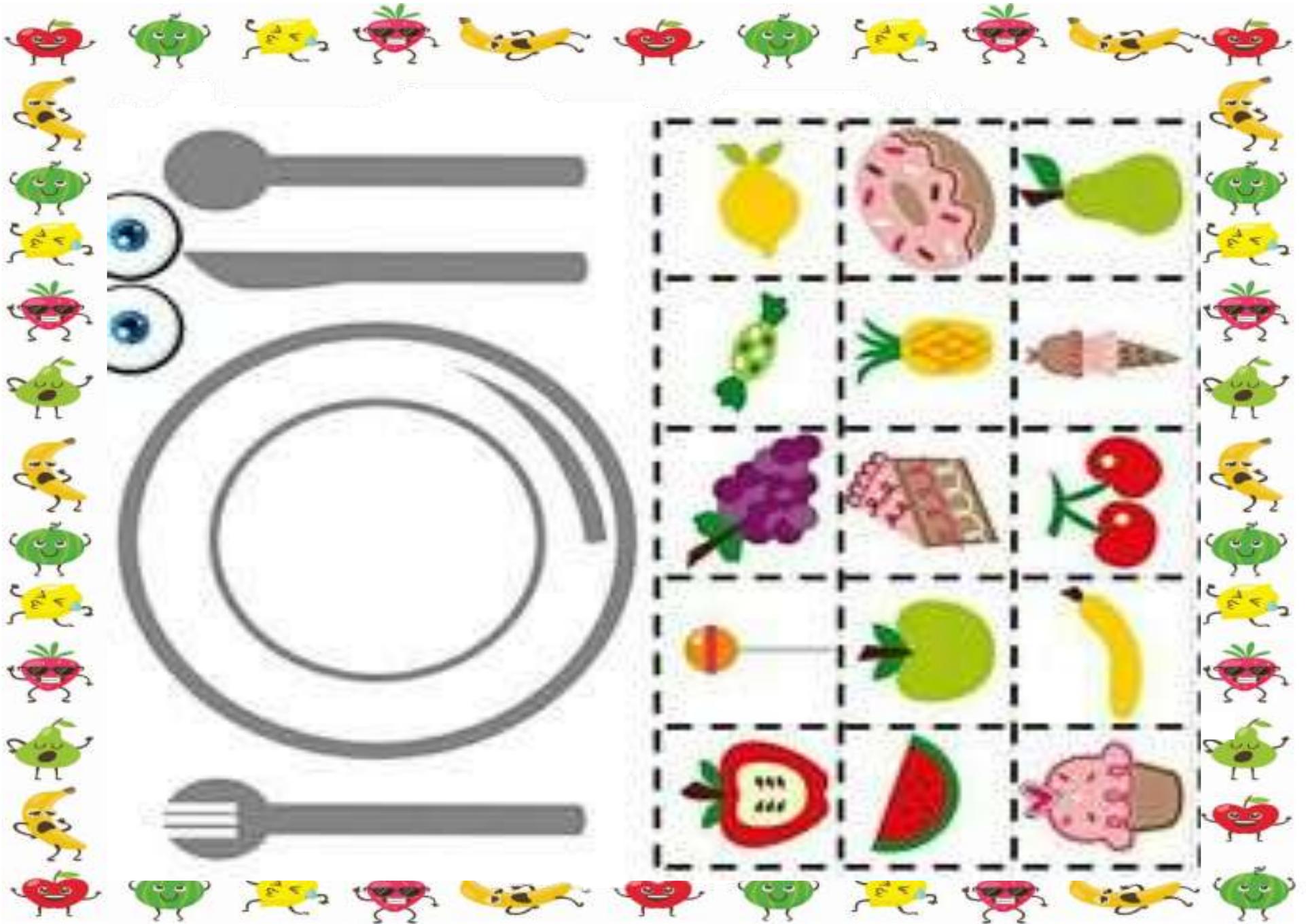


ANEXO (8)

Ejemplo Manualidad:



ANEXO (9)



ANEXO (10)

LAVADO DE

DIENTES



BAÑO DIARIO



LAVADO DE

MANOS



ANEXO (11)



ANEXO (12)



ANEXO (14)

DOMINGO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

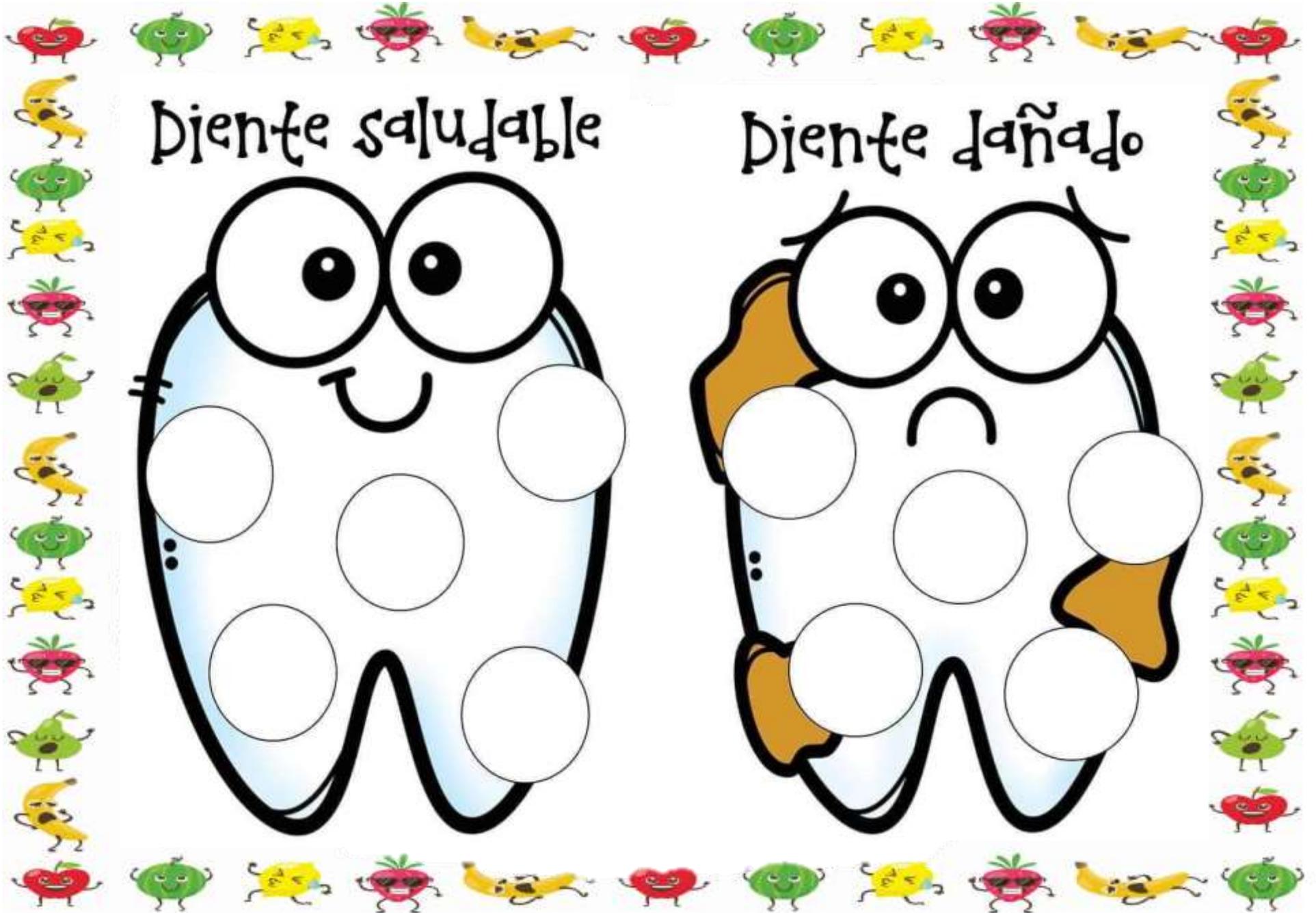
SÁBADO

¿Tomaste suficiente agua durante la semana?

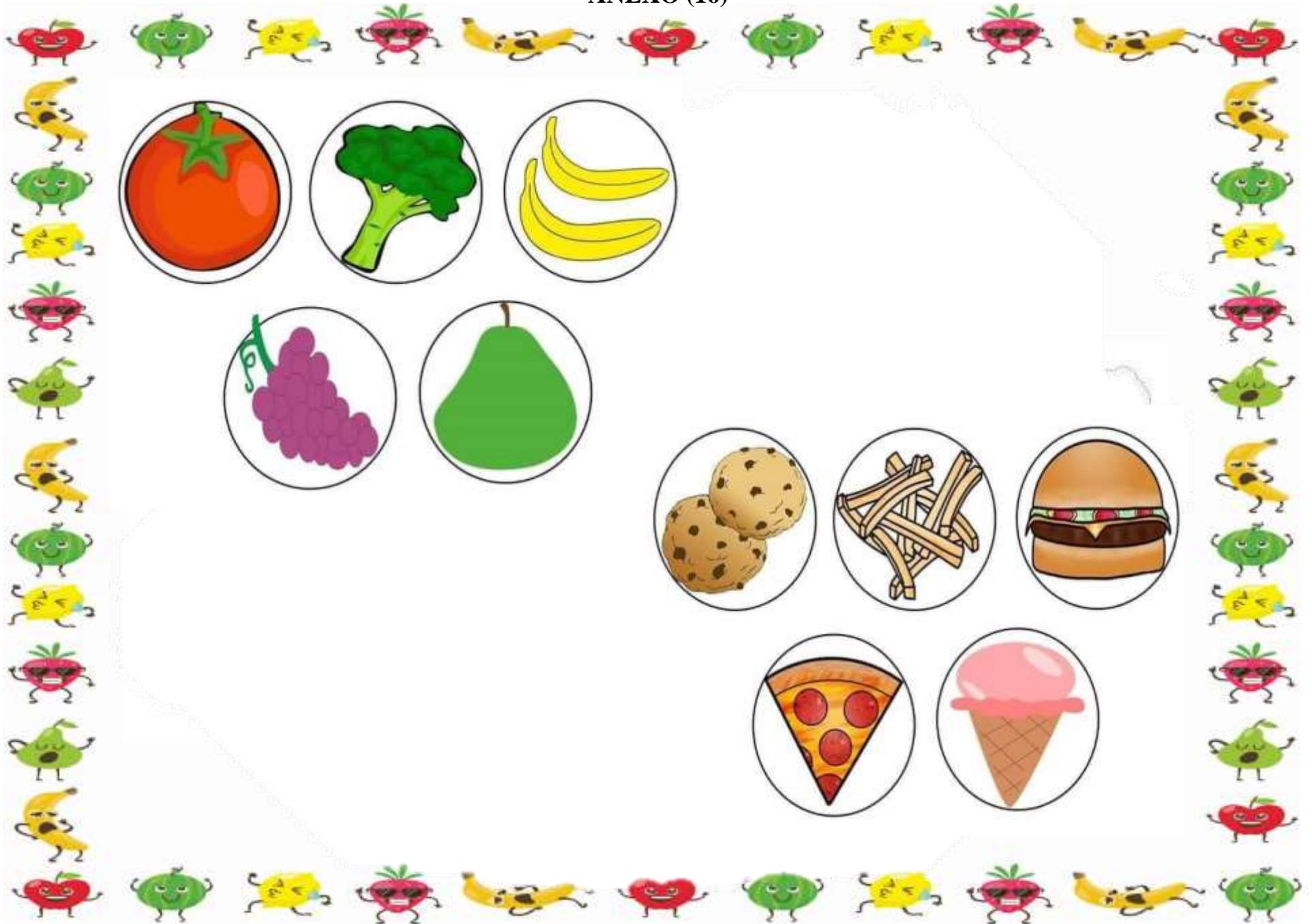
Si () No ()

De no haber tomado suficiente, ¿Cómo

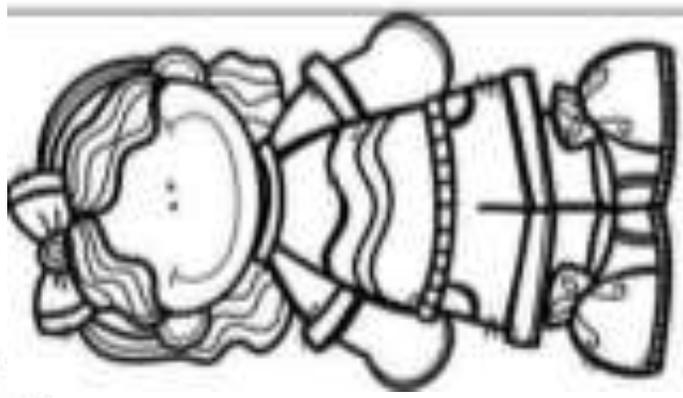
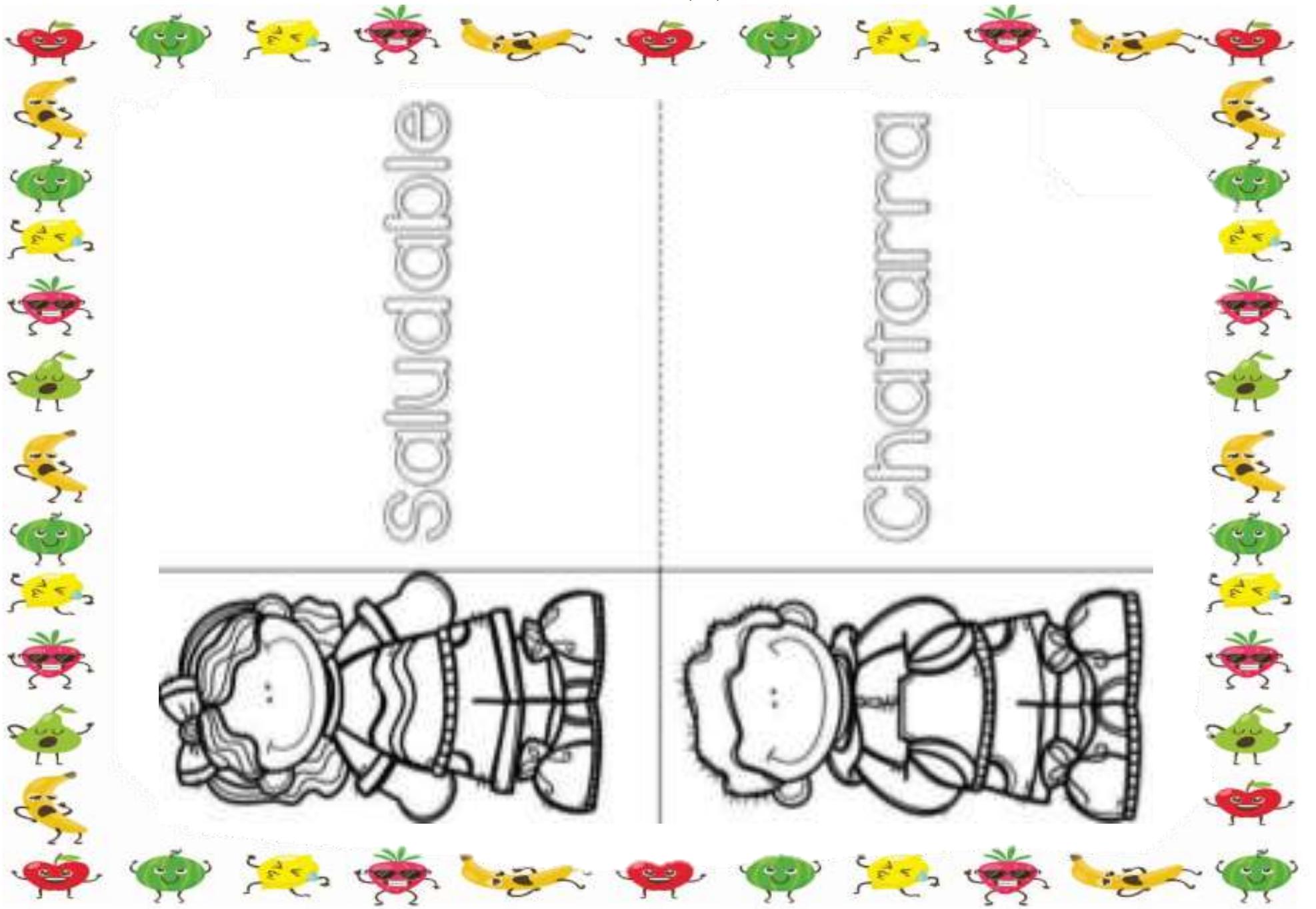
ANEXO (15)



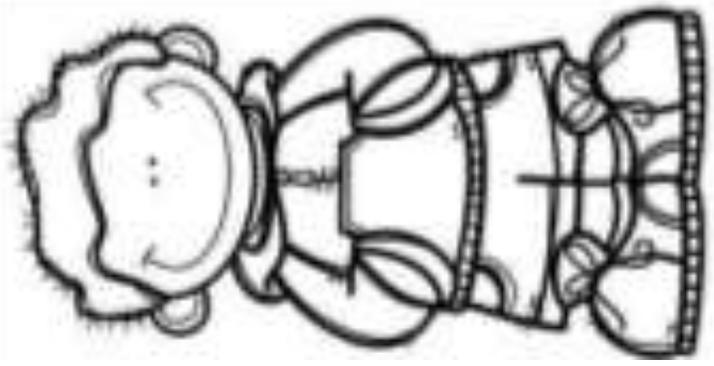
ANEXO (16)



ANEXO (17)

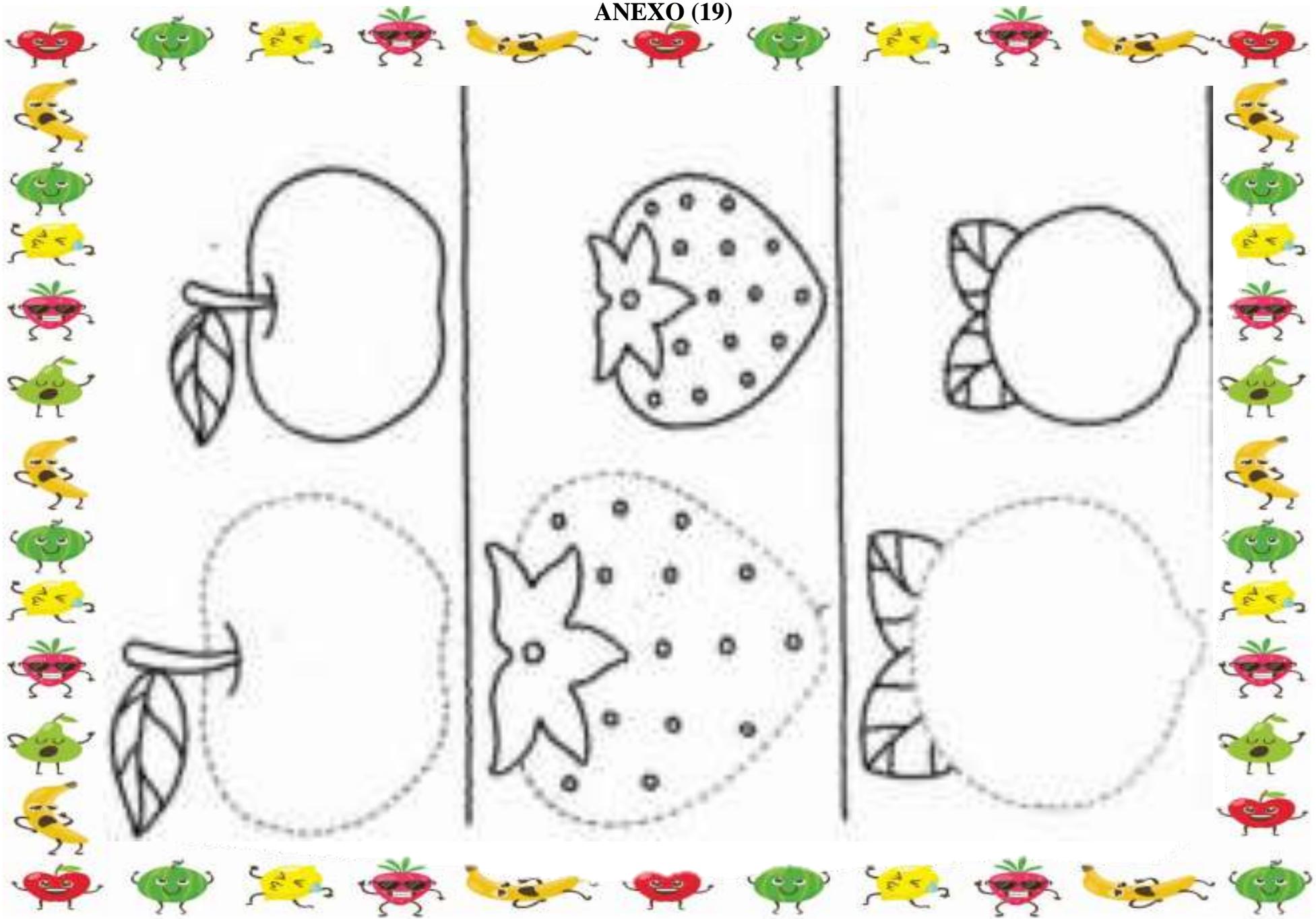


Saludable



Chatarra

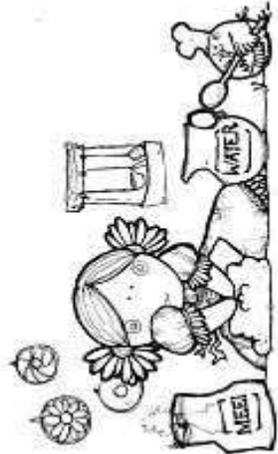
ANEXO (19)





ANEXO (21)





ANTES DE COCINAR

1. Lávate las  con  y  después sécate con una .
2. Ponte un .
3. Prepara los  y  que vayas a utilizar.
4. Y ponte a .

ANEXO (23)

Receta para hacer en familia

Pizza de sandía

Si no encuentras la manera de crearles gusto a los peques por las frutas, prepara esta sabrosa, original y nutritiva pizza de sandía. Ya verás, disfrutarán muchísimo armar este rompecabezas frutal, al igual que degustarlo. Además, esta es una excelente **receta para hacer con niños en casa**, pues no necesita cocinarse ni refrigerarse por largo tiempo.

Ingredientes

- 1 mango
- ½ sandía
- 1 naranja
- 1 kiwi
- 1 cda sopera de moras



Preparación

1. Lava las frutas, escúrrelas muy bien y reserva.
2. Pela las frutas y córtalas. El kiwi en rodajas, el mango en cuñas imitando el queso y la nectarina en trozos irregulares. Las moras se quedan enteras. Reserva todo por separado.
3. Corta una rodaja plana de sandía. El grosor debe ser de 1 o 2 centímetros. Si tiene semillas, retíralas. Después, pica la rodaja, en parte iguales como si dividieras una pizza. Déjala en un plato llano grande o en una tabla de madera redonda.
4. Dispón sobre la mesa todas las piezas de frutas reservadas. Al ensamblar, indícales a los niños que primero deben colocar el mango, luego el kiwi, seguido de la nectarina y por último las moras. Para el toque final, pueden añadir sobre la pizza queso fresco o cereales. Una vez listas, ¡todos a degustar!

ANEXO (24)

LISTA DE
LA COMPRA

FRUTA

VERDURA

CARNE Y PESCADO

LEGUMBRES, PAN, HARINA...

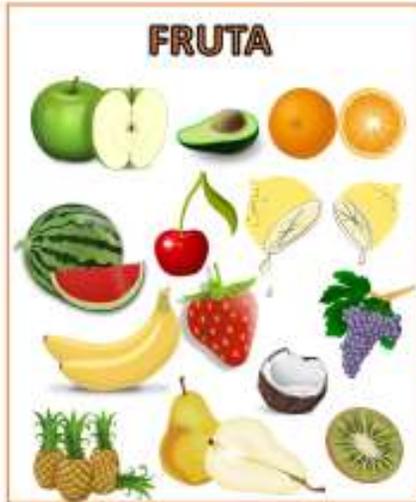
LÁCTEOS

BEBIDAS

CONSERVAS Y CONDIMENTOS



ANEXO (25)



ANEXO (26)

El pirata que aprendió a valorar los alimentos

Al pirata Trueno lo que más feliz le hacía eran las monedas de oro. Buscaba mapas del tesoro por todo el mundo para encontrar todos los cofres que estuvieran guardados en uno y otro lado de la Tierra. Era verano y esta vez sabía que en la isla Coco Choco se escondía un gran baúl con dinero



El pirata Trueno era un hombre muy delgado porque comía muy mal. Se quejaba siempre de todos los cocineros del barco.

- ¿Por qué hay que comer? -decía a voz en grito.

-No me gusta la verdura, no me gusta la fruta, no me gusta el pescado, ni las aceitunas. Solo como algo de carne cuando la asan aquí delante -decía en muchas ocasiones a toda su tripulación.

El pirata Trueno se acostaba todas las noches muy pronto porque estaba muy cansado al comer tan mal, pero él no era capaz de ver que esa era la causa de su malestar. Pasaban los días y los piratas malvados a cargo del pirata Trueno se acercaban a la isla Coco Choco. El mar estaba en calma y eso hacía que fuera más fácil llegar.

La tarde que llegaron, el Pirata Trueno se había vuelto a enfadar con el cocinero:

- ¡No quiero puré de calabacín! No quiero los plátanos y las manzanas. Quítalos de aquí. El cocinero desesperado sacaba la comida del camarote del enfadado pirata. Lo único que calmaba a Trueno en esos momentos eran unos bombones de chocolate, pero eso no era bueno para él alimentarse solo de postres.

Cuando llegaron a la isla Coco Choco todos los piratas malvados aplaudieron. ¡Habían llegado y ahora cogerían el tesoro! Se bajaron corriendo por la escalera del barco nada más atracar en la playa. Llevaban palas para levantar la arena y encontrarlo.



El pirata Trueno quería ser el afortunado que tocara el cofre, pero al poco de levantar cuatro veces la pala ya estaba cansado y no pudo hacer más.

-Tú, grumete, coge mi pala -dijo el pirata Trueno.

-Claro mi señor. Está usted sin energía, no ha comido bien en varios días -dijo el grumete.

-Déjame. No he tenido hambre. Lo más importante es el oro -contestó el pirata Trueno. Cuando encontraron el cofre había un montón de monedas, pero no las pudieron repartir porque empezó a caer una lluvia infernal encima de ellos. En la playa Coco Choco se inició una gran tormenta y no podían volver al barco porque se había escapado al mar y no estaba bien amarrado.

- ¿Y ahora qué hacemos? -gritaban los piratas mientras miraban al pirata Trueno.

-Tenemos mucho oro. Vamos dentro de la isla y encontremos dónde dormir y comer.

Y así fueron recorrieron toda la isla, pero no encontraban nada. Esa isla solo tenía palmeras y lagos. Los piratas empezaban a estar muy cansados y a tener hambre. No podían caminar, casi no tenían fuerzas ni para hablar hasta el pirata Trueno empezaba a tener hambre. ¡Qué sufrimiento!

El pirata Trueno estaba muy desconcertado, miraba sus monedas de oro y pensaba:



- ¡Tanto dinero en mis manos y qué mal me encuentro! Pensé que lo mejor era el dinero y ahora entiendo que lo importante es descanso y alimento.

Cuando amainó la lluvia unos cuantos piratas fueron a recuperar el barco y pudieron comer los alimentos que no se habían estropeado para recuperar fuerzas. El pirata Trueno comió mucha fruta y mucho pescado y se empezó a encontrar mejor. A partir de ahí se empezó a portar bien con el cocinero y a agradecer los alimentos cada día.



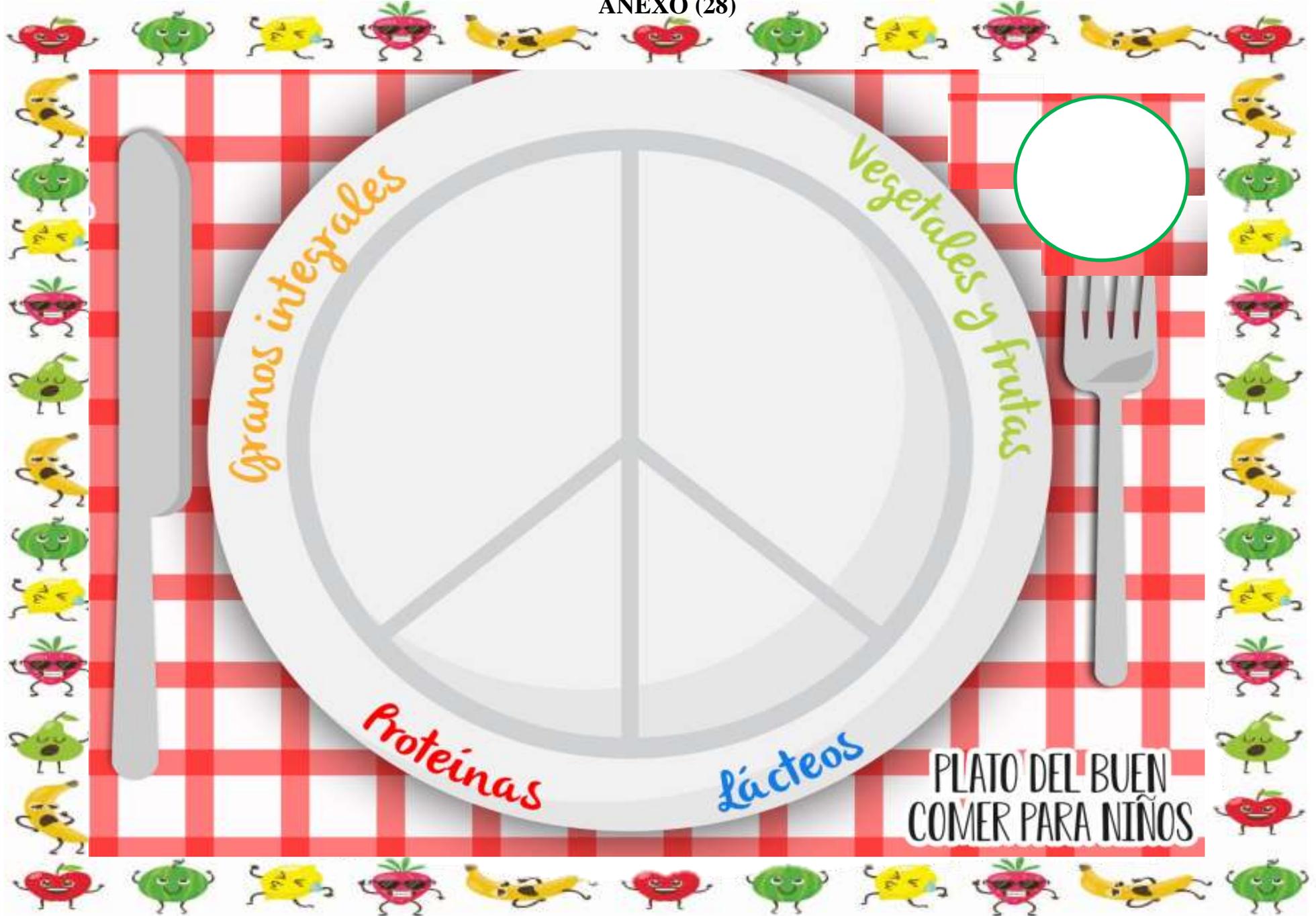
ANEXO (27)

“Tips para cocinar con los niños”.

- ✓ Recetas fáciles de elaborar y que estén adaptadas a la edad y habilidades de los niños. Por ejemplo, ensaladas, meriendas, desayunos...
- ✓ Pueden ayudar a la hora de hacer la lista de la compra. De ese modo, se involucran en el proceso desde la compra de los ingredientes hasta la preparación de la receta.
- ✓ Es muy importante enseñarles los consejos básicos de higiene en la cocina, como lavarse las manos antes de empezar cocinar, recoger los utensilios usados, limpiar la tabla de cortar después de usarla...
- ✓ También hay que tomar una serie de precauciones con los peques. Por ejemplo, no dejarles apoyarse ni manipular los alimentos junto a la fuente de calor ya que podrían quemarse en un descuido. Hay utensilios de cocina, como cuchillos, que están diseñados especialmente para los niños y que van genial. Pero para empezar están perfectos y a ellos les encanta sentirse mayores cocinando.

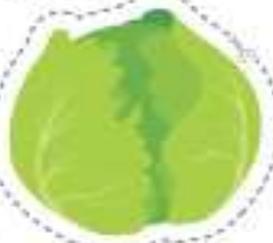
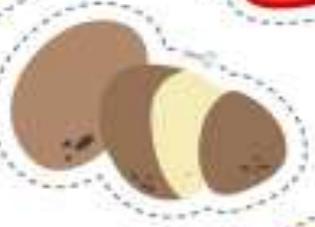
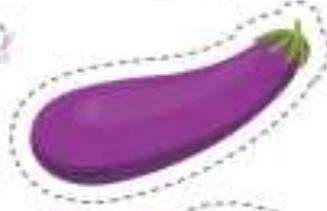
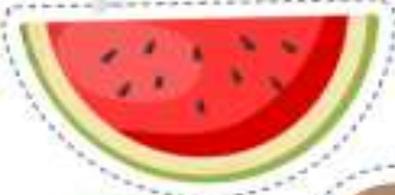
En la cocina con niños tenemos muchos aliados, como robots de cocina, batidoras de varillas o panificadoras. No son peligrosos si los enseñas a usarlos correctamente y bajo tu supervisión. Déjalos que elijan, en la medida de lo posible, los alimentos de la receta y que los prueben y experimenten con ellos. Es una gran oportunidad, ya que sabes que a un curioso no les gana nadie.

ANEXO (28)



PLATO DEL BUEN
COMER PARA NIÑOS

Vegetales y frutas



PLATO DEL BUEN
COMER PARA NIÑOS



ANEXO (30)

Proteínas

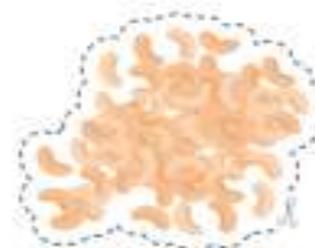
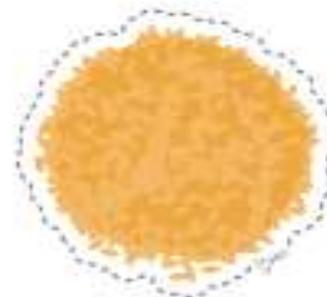
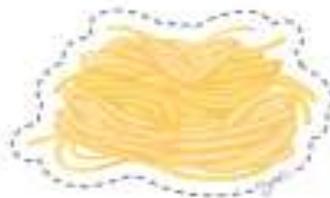
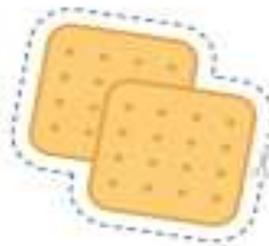
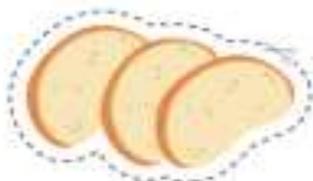
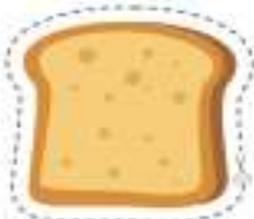


Lácteos



PLATO DEL BUEN
COMER PARA NIÑOS

Granos integrales



PLATO DEL BUEN
COMER PARA NIÑOS



APÉNDICES



APÉNDICE (A) GUÍA DE OBSERVACIÓN CONTEXTO EXTERNO



Unidad 212 Teziutlán, Puebla.
Licenciatura en Intervención Educativa.
Jardín de Niños Puebla
C.T 21DJN0014W
Zona 061 Sector 03
Hueytamalco, Puebla

“Guía de Observación para el Contexto Externo”.

Fecha de Aplicación:

Observador: María José Cervantes Argüelles

Objetivo: Observar y conocer el contexto y nivel socio económico de los alumnos de 1° “A”.

Aspecto a diagnosticar	Elementos	Descripción y Necesidades
Ambiente y Geografía	Ubicación geográfica, características del ambiente, problemas ambientales, etc.	
Economía	Productos, servicios, nivel económico de la población que habita en la ubicación del preescolar	
Cultura y recreación	Tradiciones y espacios para la recreación	
Funcionamiento Familiar	Estructura Familiar, convivencia, participación de los padres en la educación.	
Vivienda y servicios públicos (Agua, luz, teléfono, internet)	Tipos de viviendas, acceso al agua, electricidad, alcantarillado, teléfono e internet.	
Salud y calidad de vida	Índice de calidad de vida, enfermedades físicas, problemas psicológicos, problemas de salud.	
Movilidad	Vías, recursos para el transporte y calidad del transporte	



APÉNDICE (B) GUÍA DE OBSEVACIÓN CONTEXTO INTERNO



Secretaría de Educación Pública
Universidad Pedagógica Nacional
Unidad 212 Teziutlán, Puebla.
Licenciatura en Intervención Educativa.
Jardín de Niños Puebla
C.T 21DJN0014W
Zona 061 Sector 03
Hueytamalco, Puebla

“Guía de Observación para el contexto interno”.

Fecha de Aplicación:

Observador: María José Cervantes Argüelles

Objetivo: Conocer de manera general las condiciones físicas y contextuales de la institución.

Rasgos	Comentarios	Si	No
Cuenta con instalaciones propias			
Cuenta con barda			
Cuenta con áreas verdes			
Cuenta con juegos infantiles			
Cuenta con desayunadores			
Cuenta con bebederos			
Cuenta con biblioteca			
Existe un punto de reunión			
Cuenta con departamento psicopedagógico			
Cuenta con canchas			
Cuenta con sanitarios suficientes			
Cuenta con adecuaciones para los estudiantes con necesidades especiales			
Cuenta con sala de usos múltiples			
Cuenta con servicio de luz eléctrica			
Cuenta con servicio de agua potable			
Cuenta con servicio de teléfono			
Cuenta con servicio de internet			
Cuenta con director			
Cuenta con subdirector			
Cuenta con secretaria			
Cuenta con personal de aseo			
Cuenta con psicólogo			
Cuenta con psicopedagogo			

Cuenta con docente por salón			
Cuenta con docente de arte, música, etc.			
Cuenta con personal de lengua extranjera			
Cuenta con docente de deportes			
Los salones cuentan con buen estado			
El ambiente es propio para el alumno			
Cuentan con ventilación apropiada			
Cuenta con pizarrón por salón			
Cuenta con mobiliario en buen estado			
Cuenta con proyector			
Cuenta con mobiliario para el docente			
Cuenta con anaqueles			



APÉNDICE (C) GUÍA DE OBSERVACIÓN INSTITUCIÓN



Secretaría de Educación Pública
Universidad Pedagógica Nacional
Unidad 212 Teziutlán, Puebla.
Licenciatura en Intervención Educativa.
Jardín de Niños Puebla
C.T 21DJN0014W
Zona 061 Sector 03
Hueytamalco, Puebla

“Guía de Observación para Institución educativa”

- Institución:** Jardín de niños Puebla **-Fecha de Aplicación:**
-Observador: María José Cervantes Argüelles
-Docente: **Grado:** 1° “A”
-Objetivo: Conocer el contexto interno del preescolar, Jardín de niños Puebla.

1. Estado de la infraestructura:

- a) Excelente___
- b) Bueno___
- c) Regular___
- d) Malo___

2. Ventilación de ambientes académicos:

- a) Excelente___
- b) Bueno___
- c) Regular___
- d) Deficiente___

3. Iluminaciones ambientes académicos:

- a) Excelente___
- b) Bueno___
- c) Regular___
- d) Deficiente___

4. Ambientación de aulas:

Según edad del niño:

- a) Excelente__
 - b) Bueno__
 - c) Regular__
 - d) Deficiente__
 - e) No existe__
- Por áreas:
- a) Excelente__

- b) Bueno__
- c) Regular__
- d) Deficiente__
- e) No existe__

5. Distribución de áreas verdes:

- a) Cerca de ambientes académico__
- b) Lejos de ambientes académico__
- c) Medianamente cerca de ambientes académico__
- d) Son escasas__
- e) No existen áreas verdes

Distribución de áreas de recreación:

- a) Cerca de ambientes académico__
- b) Lejos de ambientes académico__
- c) Medianamente cerca de ambientes académico__
- d) Son escasas__
- e) No existen áreas verdes__

6. Las áreas de recreación tienen medios y materiales:

- a) Excelentes__
- b) Buenos__
- c) Regulares__
- d) Deficientes__
- e) Carecen__

7. Presencia de gabinetes de trabajo:

- a) Excelentes__
- b) Buenos__
- c) Regulares__
- d) Deficientes__
- e) Carecen__

8. Estado y calidad de los servicios higiénicos para el alumnado:

- a) Excelentes__
- b) Buenos__
- c) Regulares__
- d) Deficientes__
- e) Carecen__
- f) Son adecuados para la edad de los niños__

9. Uso de uniformes del personal docente:

- a) Usan uniforme formal__
- b) No hay uso de uniforme__
- c) Usan uniforme informal__

10. Actividad docente a la hora de recreo:
- a) Cerca de los niños vigilándolos__
 - b) Profesora auxiliar cerca de los niños vigilándolos__
 - c) Nadie vigila a los niños__
11. Consumo de alimentos por niños:
- a) Lo hacen en el aula__
 - b) Lo hacen en ambiente especial__
 - c) Lo hacen en el patio__
 - d) Comparten alimentos entre ellos__
- 13) Medios y materiales existentes en las aulas son:
- a) Sofisticados__
 - b) De fábrica__
 - c) Hechos por la docente__
 - d) De material reciclable__
 - e) Otra característica__
- 14) Existen laboratorios de cómputo:
- a) Número de unidades__
 - b) No existen__
- 15) El mobiliario de los niños es:
- a) Excelente__
 - b) Bueno__
 - c) Regular__
 - d) Adecuado__
 - e) Inadecuado__



APENDICE (D) REGISTRO ANECDÓTICO



Secretaría de Educación Pública
Universidad Pedagógica Nacional
Unidad 212 Teziutlán, Puebla.
Licenciatura en Intervención Educativa.
Jardín de Niños Puebla
C.T 21DJN0014W
Zona 061 Sector 03
Hueytamalco, Puebla

“REGISTRO ANECDÓTICO”

Alumno/a:

Fecha:

Docente: _____

Objetivo: Observar la actitud del alumno de 1° “A”, para conocer sus fortalezas y debilidades dentro del aula.

Actividad:

Firma: _____

Descripción de lo observado:	Interpretación de lo Observado:

ACUERDOS:



APÉNDICE (E) CONSENTIMIENTO Y CONFIDENCIALIDAD



Secretaría de Educación Pública
Universidad Pedagógica Nacional
Unidad 212 Teziutlán, Puebla.
Licenciatura en Intervención Educativa.
Jardín de Niños Puebla
C.T 21DJN0014W
Zona 061 Sector 03
Hueytamalco, Puebla

CONSENTIMIENTO Y CONFIDENCIALIDAD DE LOS ENTREVISTADOS

Buenos días Sr/Sra.:

Mi nombre es María José Cervantes Argüelles, soy alumna de la licenciatura en Intervención Educativa en la UPN 212. El ciclo anterior pude trabajar en mis prácticas profesionales con su pequeño, y ahora estoy trabajando en mi proyecto de titulación, es un proyecto relacionado con la nutrición y la educación en el que tal vez me podría ayudar. Uno de mis propósitos es que el grupo de padres de familia se comprometa a promover una visión integral de la alimentación, a favorecer no solo el buen desarrollo físico, sino también el intelectual y emocional del niño, en la interacción con la familia, mejorando los hábitos alimenticios mediante un plan de acción que, en mi papel como interventor, podre dar una solución favorable. Ahora el proyecto va iniciando y estoy realizando unas encuestas a los padres de los pequeños del 2º “A”, del Jardín de Niños Puebla, para conocer más acerca de sus conocimientos, actitudes y prácticas relacionadas con la nutrición. Toda la información que se obtenga será tratada con estricta confidencialidad y sus respuestas y nombre jamás serán revelados.

El objetivo de esta encuesta es valorar si mi problema detectado es realmente un problema, para poder intervenir y llevar a cabo mi plan de acción. Si hago esta encuesta, no es para evaluarlo

a usted, o criticarlo, entonces por ningún motivo se sienta presionado para dar una respuesta en específico. Le pediría entonces que contestara a las preguntas con toda honestidad, diciéndome lo que sabe, lo que siente o piensa, la manera en la que vive y en la que prepara su comida y la de su familia.

¿Acepta participar en esta encuesta?

SI___NO_____ Si contesta SI, continúe con la siguiente pregunta. Si contesta NO, termine la entrevista.



APÉNDICE (E) ENCUESTA PADRES



Secretaría de Educación Pública
Universidad Pedagógica Nacional
Unidad 212 Teziutlán, Puebla.
Licenciatura en Intervención Educativa.
Jardín de Niños Puebla
C.T 21DJN0014W
Zona 061 Sector 03
Hueytamalco, Puebla

“Encuesta para Padres de Familia”

-Institución: Jardín de niños Puebla **-Fecha de Aplicación:**
-Aplicador: María José Cervantes Argüelles
-Docente: **Grado:** 1° “A”
-Objetivo: Identificar problemas de alimentación en los niños y niñas, para poder intervenir de manera oportuna para mejorar su desarrollo.

- 1) ¿Conoce los riesgos que se dan cuando no existe una buena alimentación en el niño? Sí__
No__
- 2) ¿Cuáles son las causas de la desnutrición?
Bajo consumo__ Enfermedades__ No sabe__
- 3) ¿Cuáles son las consecuencias por la carencia de hierro en la dieta de los niños?
Retraso mental__ Retraso en el desarrollo__ No se__
- 4) ¿Qué problemas puede tener un niño que no consume alimento antes de ir a la escuela?
Presta poca atención__ Baja concentración__ No puede estudiar bien__ No sabe__
- 5) ¿Cómo se puede observar que el niño no está comiendo bien?
Falta d energía__ Debilidad, se enferma fácilmente__ Pérdida de peso__ Falta de crecimiento__
- 6) ¿Qué alimentos rechaza porque no le gustan?
Frutas__ Verduras__ Carnes blancas__ Carnes Rojas__ No rechaza__
- 7) ¿Cuáles son los alimentos preferidos?
Frutas y Verduras__ Carnes y Lácteos__ Frituras y Refrescos__ Comida rápida__
Ninguna de las anteriores__
- 8) Describa algún tipo de actividad física que realice el niño
Correr__ Practica Deporte (Futbol, básquet, natación, etc.) __
Bailar__ Caminar __ Sin actividad__
- 9) ¿Come lo mismo mama, papa e hijo?
Si__ No__ A Veces__ Casi Nunca__
- 10) ¿Cuál es el horario de -comida del niño y la familia?
1:00pm__ 2:00pm__ 3:00pm__ 4:00__ Sin Horario__
- 11) ¿Para usted que son los hábitos saludables?
Lavar frutas y verduras__ Comer hasta que esté lleno__ Comer de los distintos grupos de alimentos equilibradamente__ Comer diferentes alimentos en la calle__ No sé qué son__

12) ¿Cuántos vasos de agua potable bebe?

1__ 2__ 3__ 4__ Ninguno__

13) ¿El niño sabe en qué momento debe lavarse las manos para evitar enfermedades?

Sí__ No__

14) ¿Conoce en que consiste el plato del bien comer y la jarra del buen beber?

Ayudar a la gente a comer más sano__

Comer alimentos de diferentes grupos de alimentos

Tener una dieta variada balanceada__

No sabe__



APÉNDICE (E) ENCUESTA PADRES



Secretaría de Educación Pública
Universidad Pedagógica Nacional
Unidad 212 Teziutlán, Puebla.
Licenciatura en Intervención Educativa.
Jardín de Niños Puebla
C.T 21DJN0014W
Zona 061 Sector 03
Hueytamalco, Puebla

“Encuesta para Padres de Familia”

-Institución: Jardín de niños Puebla **-Fecha de Aplicación:**

-Aplicador: María José Cervantes Argüelles

-Docente:

Grado: 1° “A”

-Objetivo: Identificar problemas de alimentación en los niños y niñas, para poder intervenir de manera oportuna para mejorar su desarrollo.

- 1) ¿El niño desayuna antes de ir a la escuela? Sí__ No__
A queen hoar: 7:00am__ 8:00am__ 9:00am__ 10:00am__
Escuela__ Casa__
- 2) ¿Con que frecuencia consume comidas rápidas?
Fines de semana__ Más de 2 veces a la semana__ Toda la semana__
Una vez a la semana__ No consume__
- 3) ¿Cuántos tiempos de comida realiza su hijo a diario?
1__ 2__ 3__ 4__ 5__ Más de cinco__
- 4) Cuántas veces a la semana su hijo consume:
Pescado__ Carne res__ Pollo__ Cerdo__ Queso__ Huevo__ Frutas__ Verduras__
- 5) ¿Con que frecuencia su familia comen en un restaurante?
Fines de semana__ Dos o más veces a la semana__ Muy pocas veces__ No come
en la calle__
- 6) ¿El pequeño come fruta natural todos los días? Sí__ No__
1pza__ 2pza__ Más de 2pza__
- 7) ¿Come verduras frescas o cocinadas regularmente?
Fines de semana__ Dos o más veces a la semana__ Muy pocas veces__ No come__
- 8) ¿Consume arroz, sopa de pasta a diario 5 días o más a la semana?
Fines de semana__ Dos o más veces a la semana__ Muy pocas veces__ No come__
- 9) ¿Consume tortilla todos los días? Sí__ No__
- 10) Desayuna un cereal o derivado (Pan, etc.) Sí__ No__
- 11) ¿Su pequeño no desayuna? Sí__ No__
- 12) ¿Desayuna un lácteo, yogurt, leche, queso, etc.? Sí__ No__
- 13) ¿Come golosinas y o caramelos varias veces al día? Sí__ No__
1pza__ 2pza__ Más de 2pza__



APÉNDICE (E) ENCUESTA PADRES



Secretaría de Educación Pública
Universidad Pedagógica Nacional
Unidad 212 Teziutlán, Puebla.
Licenciatura en Intervención Educativa.
Jardín de Niños Puebla
C.T 21DJN0014W
Zona 061 Sector 03
Hueytamalco, Puebla

“Encuesta para Padres de Familia”

-Institución: Jardín de niños Puebla **-Fecha de Aplicación:**

-Aplicador: María José Cervantes Argüelles

-Docente:

Grado: 1° “A”

-Objetivo: Identificar problemas de alimentación en los niños y niñas, para poder intervenir de manera oportuna para mejorar su desarrollo.

VALOR: Adecuado__ Inadecuado__ Necesidad de Mejorar__

- 1) ¿Consume verduras frescas más de una vez al día?
Si__ No__ Solo 1 vez__
- 2) ¿Consume más de una fruta al día?
Si__ No__ Solo 1 vez__
- 3) ¿Consume juguitos y refresco más de una vez por semana?
Si__ No__ Solo 1 vez__
- 4) ¿Consume cereales como tortilla, arroz, trigo, etc. todos los días?
Si__ No__ Solo 1 vez__
- 5) ¿consume frutos secos con regularidad como nueces, cacahuates naturales con regularidad?
Si__ No__ Solo 1 vez__
- 6) ¿Consume pescado o mariscos por lo menos una vez por semana?
Si__ No__ Solo 1 vez__
- 7) ¿Consume leguminosas más de una vez por semana?
Si__ No__ Solo 1 vez__
- 8) ¿Consume dulces o caramelos varias veces al día?
Si__ No__ Solo 1 vez__
- 9) ¿Realiza menos de tres comidas al día?
Si__ No__ Solo 1 vez__
- 10) ¿Consume una o más veces a la semana comida rápida como pizza, hamburguesas, hot dog, papas fritas, tacos?
Si__ No__ Solo 1 vez__
- 11) ¿Desayuna pastelitos o pan dulce?
Si__ No__ Solo 1 vez__
- 12) ¿Desayuna antes de ir a la escuela?
Si__ No__ Solo 1 vez__
- 13) ¿Consume lácteos como leche, yogurt, queso, etc. ¿Por lo menos dos veces al día?

Si__ No__ Solo 1 vez__

14) En la preparación de los alimentos consume:

Aceite de olivo__ Aceite común__ Manteca__

Aproximadamente que cantidad:

1cda__ 2cda__ 3cda__ 4cda__ Más Cantidad__

“Comiendo en casa, en la vida aprendo de amores y sabores”

ACTIVIDADES DE INICIO

Nombre de la actividad: El mundo de los alimentos		Fecha de aplicación: /Junio/2021		Numero de sesión:		1/10	
Objetivo general del Proyecto de Desarrollo: Generar un proyecto de intervención educativa para los alumnos del Preescolar “Puebla”, mediante el aprendizaje basado en proyectos (ABP), con la finalidad de fomentar la sana alimentación en los alumnos del 2° “A” en la educación a distancia.							
Propósito de la sesión: Que el alumno reconozca la sana alimentación y así identifique los distintos alimentos que existen y al grupo en el que pertenecen.							
Organizador curricular:	1) Mundo natural 2) Cuidado de la salud	Campo o Área:	Exploración y comprensión del mundo natural y social.	Ambito o dimensión de desarrollo:	Socio Afectivo		
Aprendizajes esperados: Reconoce la importancia de una alimentación correcta y los beneficios que aporta al cuidado de la salud							
Descripción de la actividad:							
“Partir de la Realidad” (5 min).		“Analizar y Reflexionar” (20min).		“Manos a la Obra” (20min).		“Comunicar y Transferir” (10min).	
-Dar la bienvenida al proyecto de intervención a los padres y alumnos -Dar a conocer el objetivo del proyecto -Dialogar y responder si conoce los distintos grupos de alimentos -Comenzar por preguntar al pequeño: ¿Sabes que es un alimento?		-Observar el siguiente video:  Alimentación saludable para niños  https://youtu.be/UkJkAWNzVek -Comentar con el pequeño lo importante de tener una correcta alimentación, que este conformada por todos los grupos de alimentos, ya que cada uno aporta al cuerpo		-Indicar al pequeño que va a colorear los grupos de alimentos, posteriormente va a recortarlos, y pegarlos en el lugar que corresponda. (Anexo 3.4) Nota: Es importante que dejemos que el pequeño se equivoque, ya que a partir de sus errores va a construir un nuevo conocimiento.		-Pedir al pequeño dibuje con color rojo un  a lo que el crea que es bueno desayunar, con color azul un  a lo que cree que es bueno comer, y con color verde un  a lo que él cree que es bueno cenar. (Anexo 5) -Identificar 3 productos de la despensa (Cereal, Fruta, Carne)	

<p>¿Conoces el nombre de los alimentos que tiene mamá en la despensa?</p> <p>¿Sabes a que grupo de alimentos pertenece?</p> <p>¿Conoces el nombre de los grupos de alimentos?</p>	<p>distintas vitaminas y nutrientes que se necesitan para crecer sanos y fuertes.</p> <p>-El alumno será un detective:</p> <p>Con distintas frutas, verduras, cereales, etc. -</p> <p>-Colocará en una charola</p> <p>-Partir por mitad cada uno de ellos.</p> <p>-Con ayuda de una lupa, observara detalladamente como se compone cada uno, que textura tiene, que color, olor, sabor, etc.</p> 				
<p>Recursos didácticos</p>	<p>Evaluación</p>		<p>Producto de la sesión:</p>	<p>Evidencia</p>	
<p>Charola, frutas, verduras. Utensilio para cortar sin filo Colores, pegamento, tijeras Hoja de Trabajo Dispositivo para ver video Aplicación de WhatsApp Internet</p>	<p>Tipo: Heteroevaluación</p>	<p>Técnica: Observación</p>	<p>Instrumento: Lista de Cotejo</p>	<p>Identificación de alimentos que tiene en casa, conocer su composición.</p>	<p>Hoja de trabajo 3,5</p>

“Comiendo en casa, en la vida aprendo de amores y

ACTIVIDADES DE INICIO			
Nombre de la actividad: Los alimentos que conozco		Fecha de aplicación: /Junio/2021	
		Numero de sesión: 2/10	
Objetivo general del Proyecto de Desarrollo: Generar un proyecto de intervención educativa para los alumnos del Preescolar “Puebla”, mediante el aprendizaje basado en proyectos (ABP), con la finalidad de fomentar la sana alimentación en los alumnos del 2° “A” en la educación a distancia.			
Propósito de la sesión: Saber qué tipos de alimentos conocen y que el alumno conozca el plato del buen comer .			
Organizador curricular:	1) Mundo natural 2) Cuidado de la salud	Campo Área: o Exploración y comprensión del mundo natural y social.	Ámbito dimensión desarrollo: o Socio Afectivo
Aprendizajes esperados: Saber si el alumno reconoce la importancia de una alimentación correcta y los beneficios que aporta al cuidado de la salud			
Descripción de la actividad:			
“Partir de la Realidad” (5min).	“Analizar y Reflexionar” (20min).	“Manos a la Obra” (20min).	“Comunicar y Transferir” (10).
-Comenzar con la activación física (Apéndice V). -Hablar sobre los distintos tipos de alimentos que conoce -Preguntar al pequeño: - ¿Alguna vez han escuchado sobre el plato del buen comer?	Observar el siguiente video Plato del bien comer: https://www.youtube.com/watch?v=TEisFZMv5c&ab_channel=Ch%C3%A9cateM%C3%ADdeteM%C3%A9rete Explicar qué existen muchos tipos de alimentos y que cada uno pertenece a un grupo de alimentos. Preguntar: ¿Porque creen que existen los distintos grupos de alimentos? Con distintos alimentos, elaborara un arcoíris en el que integres distintos alimentos que integran el plato del buen comer.	Colorear la hoja de trabajo (Anexo 6), del color que prefieras. Explicar los distintos grupos de alimentos. Buscar en casa un alimento que pertenezca a cada grupo de alimentos, y colocar en un plato, simulando el plato del buen comer.	En la hoja de trabajo (Anexo 7) marcar con una X los alimentos que no pertenecen al grupo en el que se encuentran.



					
Recursos didácticos	Evaluación			Producto de la sesión:	Evidencia
Plato, fruta, verdura, cereales, etc. Utensilios para cortar sin filo Dispositivo para ver video Colores Hojas de trabajo Aplicación de WhatsApp Internet	Tipo y momento: Heteroevaluación	Técnica: Observación	Instrumento: Lista de cotejo	Creación de su plato del buen comer	Hoja de trabajo Foto de su plato



APENDICE (H)
Secretaría de Educación Pública
Universidad Pedagógica Nacional
Unidad 212 Teziutlán, Puebla
Jardín de Niños "Puebla"
C. C. T.: 21DJN0014W



**“Comiendo en casa, en la vida aprendo de amores y
Evaluación para situación didáctica de inicio.**

Nombre del estudiante: _____.

Fecha: _____ **Grado y Grupo:** _____

El siguiente instrumento tiene como propósito identificar los aprendizajes previos del estudiante sobre un tema determinado.

Instrucciones: Con ayuda de la madre o padre de familia llenaran los campos de la lista de cotejo en donde deberá elegir el nivel de los conocimientos del pequeño en el campo formativo de exploración y comprensión del mundo natural y social, en los organizadores curriculares mundo natural y el cuidado de la salud.

No.	CRITERIO DE EVALUACION	CUMPLE	NO CUMPLE	OBSERVACIONES
1.	El alumno identifica los distintos grupos de alimentos			
2.	El alumno conoce los beneficios de tener una correcta alimentación			
3.	El alumno conoce que es un alimento			
4.	El alumno identifica los beneficios de tener una alimentación completa, con los grupos de alimentos			

“Comiendo en casa, en la vida aprendo de amores y sabores”

ACTIVIDADES DE DESARROLLO

Nombre de la actividad: Tutifruiti		Fecha de aplicación: /Junio/2021		Numero de sesión: 3/10	
Objetivo general del Proyecto de Desarrollo: Generar un proyecto de intervención educativa para los alumnos del Preescolar “Puebla”, mediante el aprendizaje basado en proyectos (ABP), con la finalidad de fomentar la sana alimentación en los alumnos del 2° “A” en la educación a distancia.					
Propósito de la sesión: Que el alumno conozca la variedad de frutas que puede comer, y la importancia de su consumo por la mañana.					
Organizador curricular:	1) Mundo natural 2) Cuidado de la salud	Campo Área:	o Exploración y comprensión del mundo natural y social.	Ámbito o dimensión de desarrollo:	Socio Afectivo
Aprendizajes esperados: Reconoce la importancia de una alimentación correcta y los beneficios que aporta al cuidado de la salud					
Descripción de la actividad:					
“Partir de la Realidad” (5min).	“Analizar y Reflexionar” (10min).		“Manos a la Obra” (20min).	“Comunicar y Transferir” (10).	
Jugar la ruleta de las frutas y verduras (Apéndice V) Preguntar al pequeño: ¿sabías que la fruta se come por la mañana principalmente? ¿Sabes por qué? ¿Conoces los distintos tipos de frutas y colores que tienen? ¿Cuál es su fruta favorita?	Observaremos el siguiente video: ¿Por qué es importante tener una alimentación correcta? https://www.youtube.com/watch?v=9_F9UBNE9sc&ab_channel=Nestl%C3%A9porN%C3%B1osSaludables Platicar el ¿Por qué es importante tener una alimentación correcta? Y el cómo se pueden prevenir enfermedades comiendo sanamente		Hacer manualidad con platos de cartón, elegir una fruta y la harás como tu imaginación y tú quieras. Puede ser del color que prefieras. Observa el ejemplo (Anexo 8)	Realizar hoja de trabajo (Anexo 9), recortar y colocar como se imagina un desayuno saludable. Nota: Mami y papi, es importante que lo que aprendamos en las sesiones lo llevemos a practica en la vida diaria en casita.	

	<p>Con ayuda de un recipiente con agua, coloca distintos tipos de fruta de temporada, dentro de ella.</p> <p>Con una cuchara de cocina, clasificaras cada alimento con su color, pueden ser distintos tipos de alimentos.</p> 				
<p>Recursos didácticos</p>	<p>Evaluación</p>			<p>Producto de la sesión:</p>	<p>Evidencia</p>
<p>Bandeja, agua, frutas de distintos tipos y colores. Dispositivo para ver video, Platos de Cartón, tijeras, pegamento Pinturas Hoja de trabajo Aplicación de WhatsApp Internet</p>	<p>Tipo: Heteroevaluación</p>	<p>Técnica: Análisis de desempeño</p>	<p>Instrumento: Lista de Cotejo</p>	<p>Clasifica las frutas y verduras</p>	<p>Hoja de trabajo Frutiplato Clasificación por color</p>

“Comiendo en casa, en la vida aprendo de amores y

ACTIVIDADES DE DESARROLLO

Nombre de la actividad: Limpiecito y sanitario		Fecha de aplicación: /Junio/2021		Numero de sesión:	4/10
Objetivo general del Proyecto de Desarrollo: Generar un proyecto de intervención educativa para los alumnos del Preescolar “Puebla”, mediante el aprendizaje basado en proyectos (ABP), con la finalidad de fomentar la sana alimentación en los alumnos del 2° “A” en la educación a distancia.					
Propósito de la sesión: Que el niño reconozca los hábitos generales de higiene, y así poder cuidar su salud, al tener correctos hábitos de higiene personales, los tendrá también a la hora de elaborar alimentos o consumirlos.					
Organizador curricular:	1) Mundo natural 2) Cuidado de la salud	Campo o Área:	Exploración y comprensión del mundo natural y social.	Ámbito o dimensión de desarrollo:	Socio Afectivo
Aprendizajes esperados: Practica hábitos de higiene personal para mantenerse saludable.					
Descripción de la actividad:					
“Partir de la Realidad” (5min).	“Analizar y Reflexionar” (10min).	“Manos a la Obra” (20min).	“Comunicar y Transferir” (10min).		
Preguntar al pequeño: ¿Sabes que son los hábitos de higiene? Dibujar un hábito de higiene que crea que es importante para estar sano Explicar que los hábitos son acciones que repetimos constantemente y de	Observar el video: Medidas de higiene para niños https://www.youtube.com/watch?v=R9fW1kx3ZbA Contestar las siguientes preguntas: ¿Qué debemos de realizar constantemente para no enfermarnos? ¿si no tenemos agua y jabón para lavarnos las manos con que nos podemos limpiar las manos? Recortar los letreros (Anexo10) y pegar en distintos lugares de tu casa.	En una bolsa, caja o lo que tengas en casa, meter artículos de limpieza personal escoger un objeto. Antes de sacar sentir y mencionar: ¿cómo es su textura? (dura, suave porosa) ¿qué forma tiene? ¿para qué crees que sirve? ¿Qué te imaginas que es?	Exponer con la familia porque es importante realizar cada hábito de higiene diariamente, y reforzar que en estos tiempos de contingencia es importante el lavado continuo de manos y las medidas preventivas para su salud.		

<p>forma automática como el lavarnos las manos antes y después de ir al wc</p>	<p>colocar tu objeto en el letrero que corresponde</p> <p>Ahora lava tus manos y realizaras un borrego comestible.</p> <p>En un pan blanco, con ayuda de bombón blanco y chocolate derretido. Elabora y lava tus manos, cada vez que sea necesario, si no las lavas observarás que tu borrego no será blanco, y comprenderás la importancia de lavar tus manos.</p>				
<p>Recursos didácticos</p>	<p>Evaluación</p>			<p>Producto de la sesión:</p>	<p>Evidencia</p>
<p>Dispositivo para ver video Tijeras, Pegamento, Caja o bolsa, artículos de limpieza Pan blanco, bombón blanco, chocolate, plato. Aplicación de WhatsApp Internet</p>	<p>Tipo: Heteroevaluación</p>	<p>Técnica: Análisis de desempeño</p>	<p>Instrumento: Lista de Cotejo</p>	<p>Practica habito de higiene</p>	<p>Foto o video de actividad Dibujo Borrego Limpio o sucio</p>



“Comiendo en casa, en la vida aprendo de amores y sabores”

PLANEACION DE DESARROLLO

Nombre de la actividad: No puedo vivir sin agua		Fecha de aplicación: /Junio/2021		Numero de sesión: 5/10	
Objetivo general del Proyecto de Desarrollo: Generar un proyecto de intervención educativa para los alumnos del Preescolar “Puebla”, mediante el aprendizaje basado en proyectos (ABP), con la finalidad de fomentar la sana alimentación en los alumnos del 2° “A” en la educación a distancia.					
Propósito de la sesión: Que el alumno conozca los beneficios de tomar agua y conozca que es la deshidratación					
Organizador curricular:	3) Mundo natural 4) Cuidado de la salud	Campo o Área:	Exploración y comprensión del mundo natural y social.	Ámbito o dimensión de desarrollo:	Socio Afectivo
Aprendizajes esperados: Reconoce la importancia de una alimentación correcta y los beneficios que aporta al cuidado de la salud					
Descripción de la actividad:					
“Partir de la Realidad” (5min).	“Analizar y Reflexionar” (10min).	“Manos a la Obra” (20min).	“Comunicar y Transferir” (10min).		
<p>Iniciar con el juego de las sillas, cada que pierda el pequeño realizar las preguntas.</p> <p>Preguntar al pequeño:</p> <p>¿Sabes que es la deshidratación?</p> <p>¿Sabías que si no tomas agua te podrías sentir mal?</p> <p>¿Te gusta tomar agua?</p> <p>¿Crees que tu cuerpo podría vivir sin agua?</p>	<p>Observar el siguiente video Consumo diario de agua.</p> <p>https://youtu.be/u7vLNBfo5PM</p> <p>Explicar qué es importante hidratarse para sentirse mejor, y tener un mejor funcionamiento del cuerpo</p> <p>Observar y jugar la ruleta de la jarra del buen beber (Apéndice V)</p> <p>Pegar la jarra del buen beber (Anexo 13) en un lugar visible que te ayude a recordar su importancia en tu día.</p>	<p>Elabora una vaca con cartón, con ayuda de un adulto pintaras y le pondrás nombre a tu vaquita.</p> <p>Coloquen un guante con leche y con una aguja harán un hoyo para ordeñar tu propia vaca.</p> 	<p>Compartir con tu familia lo que aprendiste y observar el video juntos</p> <p>https://drive.google.com/file/d/1D1stLncOrXwBMPHdEIGUUPZz1sYv/view?usp=sharing</p> <p>Analizar y reflexionar sobre la importancia de mantenerse hidratado</p>		

		Identificar las bebidas y en qué nivel se encuentran (Anexo 11) Recortar y acomodar según sea la bebida que corresponde (Anexo 12)	
Recursos didácticos	Evaluación		Producto de la sesión:
Cartón, pintura negra, blanca, guante blanco, leche, cubeta. Tijeras, pegamento, cinta Dispositivo para ver video Aplicación de WhatsApp Internet	Tipo: Heteroevaluación	Técnica: Análisis de desempeño	Instrumento: Lista de cotejo
			Reconoce la importancia de hidratarse
			Hoja de trabajo Vaquita lechera

“Comiendo en casa, en la vida aprendo de amores y sabores”

ACTIVIDADES DE DESARROLLO			
Nombre de la actividad: El agua es salud y vida		Fecha de aplicación: /Junio/2021	Numero de sesión: 6/10
Objetivo general del Proyecto de Desarrollo: Generar un proyecto de intervención educativa para los alumnos del Preescolar “Puebla”, mediante el aprendizaje basado en proyectos (ABP), con la finalidad de fomentar la sana alimentación en los alumnos del 2° “A” en la educación a distancia.			
Propósito de la sesión: Que el alumno reconozca la importancia de tomar agua simple para su salud			
Organizador curricular:	1) Mundo natural 2) Cuidado de la salud	Campo o Área: Exploración y comprensión del mundo natural y social.	Ámbito o dimensión de desarrollo: Socio Afectivo
Aprendizajes esperados: Reconoce la importancia de una alimentación correcta y los beneficios que aporta al cuidado de la salud			
Descripción de la actividad:			
“Partir de la Realidad” (5min).	“Analizar y Reflexionar” (10min).	“Manos a la Obra” (20min).	“Comunicar y Transferir” (10min).
<p>Iniciar con el juego simón dice: Realizar instrucciones cotidianas (Raca la cabeza, etc)</p> <p>Preguntar al pequeño: ¿Sabes que es agua?</p> <p>¿sabes de donde viene el agua que tomas?</p> <p>¿Conoces para que te sirva tomar agua?</p> <p>¿Sabías que el agua tiene muchos beneficios para tu cuerpo?</p> <p>¿Conoces cuánta agua debes tomar?</p>	<p>Observar el siguiente video La jarra del buen beber: https://drive.google.com/file/d/1FR-D5MECaGVEEh653Gmqa0Pg2K6vVot9/view?usp=sharing</p> <p>Reflexionar si tu consumo diario de líquidos es saludable.</p> <p>Colocar un vaso con agua utilizar para medir la cantidad de vasos que toma al día.</p> <p>Nota: En esta ocasión la jarra simulara el cuerpo, y para estar sano necesita una cantidad considerable como lo has aprendido.</p> <p>Observar y reflexionar si tomas mucha o poca agua para estar sano.</p>	<p>Coloca las flores en un vaso transparente en donde puedas distinguir que contiene cada uno.</p> <p>En un vaso colocarás agua, en otro refresco de cola, y en el tercero nada.</p> <p>En el transcurso del día observa la diferencia de cada flor.</p> <p>Reflexiona la importancia de tomar agua natural, y como ayuda a mantener tu cuerpo saludable.</p>	<p>Colocar en el refrigerador de tu casa o en un lugar que no olvides, la hoja de trabajo (Anexo14) en donde anotarás cuantos vasos de agua simple tomas al día.</p> <p>Recordar que el agua es muy importante para tu cuerpo y salud.</p>

	Marcar con cinta cuanto tomas, y otra marca cuanto deberías tomar.				
Recursos didácticos	Evaluación			Producto de la sesión:	Evidencia
Jarra de plástico, un vaso, y agua, cinta Flores, agua, refresco, vasos. Dispositivo para ver video Aplicación de WhatsApp Internet	Tipo: Heteroevaluación	Técnica: Análisis de desempeño	Instrumento: Lista de Cotejo	Coloca la cantidad de agua necesaria para su cuerpo	Hoja de trabajo, foto jarra

“Comiendo en casa, en la vida aprendo de amores y sabores”

PLANEACION DE DESARROLLO			
Nombre de la actividad: A lavarse las manos, la salud es mejor		Fecha de aplicación: /Junio/2021	
		Numero de sesión: 7/10	
Objetivo general del Proyecto de Desarrollo: Generar un proyecto de intervención educativa para los alumnos del Preescolar “Puebla”, mediante el aprendizaje basado en proyectos (ABP), con la finalidad de fomentar la sana alimentación en los alumnos del 2º “A” en la educación a distancia.			
Propósito de la sesión: Que el alumno reconozca que es importante la higiene personal, y la higiene en los alimentos para tener una mejor salud			
Organizador curricular:	1) Mundo natural 2) Cuidado de la salud	Campo o Área: Exploración y comprensión del mundo natural y social.	Ámbito o dimensión de desarrollo: Socio Afectivo
Aprendizajes esperados: Practica hábitos de higiene personal para mantenerse saludable.			
Descripción de la actividad:			
“Partir de la Realidad” (5min).	“Analizar y Reflexionar” (10min).	“Manos a la Obra” (20min).	“Comunicar y Transferir” (10min).
<p>Iniciar con la dinámica de la papa caliente, cuando el pequeño pierda preguntar:</p> <p>¿Sabes que es importante tener una buena higiene?</p> <p>¿Conoces por qué es importante lavarse las manos antes y después de comer?</p> <p>¿Sabías que las frutas y verduras es importante lavarlos antes de comerlos?</p>	<p>Observar el siguiente video Capitán Nutrición 16 la importancia de lavar las frutas y verduras y Sésamo:</p> <p>Lavado de manos antes de comer:</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=8R0UY4He70&ab_channel=DIFEstatalOaxaca</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=I_J_Nmb6WIA&ab_channel=S%C3%A9samo</p> <p>Comentar lo importante de tener una correcta higiene, para tener una buena salud.</p> <p>Colocar frutas y verduras, con ayuda de un cepillo o esponja, jabón y agua, lavarlas muy bien cada una, colocando en un recipiente</p>	<p>Realizar experimento.</p> <p>Con ayuda de una bandeja con suficiente agua.</p> <p>Coloca una cucharada cafetera de pimienta en polvo.</p> <p>En un vasito pequeño pon unas 5 gotas de jabón, y un chorrito de agua.</p> <p>Sumerge tu dedo en la bandeja con pimienta, observa lo que sucede.</p> <p>Ahora sumerge tu dedo en el jabón, y después sumerge tu dedo en la bandeja con pimienta.</p>	<p>Colorear la hoja de trabajo (Anexo15-16), recortar y pegar los alimentos saludables que no dañan nuestros dientes y los alimentos chatarra que los dañan.</p> <p>Reflexionar la importancia de tener una higiene completa para estar sanos, y crecer fuertes.</p>

	<p>con vinagre, desinfectaras las frutas pequeñas.</p> <p>Nota: Conforme ayudas a mamá y papá aprenderemos la importancia de que los alimentos estén limpios al igual que nosotros para estar sanos.</p>	<p>Observa lo que sucede, y reflexiona con un adulto lo importante que es lavarse las manos y tener unos correctos hábitos de higiene ya que, ayudan a alejar los microbios, virus, bacterias, y nos mantenemos limpios y saludables.</p> 			
Recursos didácticos	Evaluación			Producto de la sesión:	Evidencia
<p>Dispositivo para ver video Pimienta, recipiente hondo, jabón de trastes, agua. Tijeras, pegamento Aplicación de WhatsApp Internet</p>	<p>Tipo: Heteroevaluación</p>	<p>Técnica: Análisis de desempeño</p>	<p>Instrumento: Lista de cotejo</p>	<p>Pone en práctica la higiene</p>	<p>Hoja de trabajo foto</p>



“Comiendo en casa, en la vida aprendo de amores y

Evaluación para actividades de desarrollo.

Nombre del estudiante: _____.

Fecha: _____ Grado y Grupo: _____

El siguiente instrumento es el análisis de desempeño que tiene como propósito identificar si el estudiante ha logrado la concreción de ciertos aprendizajes o actividades en un determinado tiempo.

Instrucciones: Con ayuda de la madre o padre de familia, el estudiante deberá elegir y colorear el nivel de concreción de los aprendizajes esperados de preescolar en el campo formativo de exploración y comprensión del mundo natural y social, en los organizadores curriculares mundo natural y el cuidado de la salud.

Aprendizaje	Logrado	En proceso	Por lograr
El alumno conoce las distintas bebidas, e identifica cual es mejor consumir			
El alumno identifica la importancia del agua en su día a día			
El alumno reconoce los hábitos de higiene y su importancia para la salud			
El alumno reconoce la importancia de estar limpio a la hora de comer y preparar alimentos			

El alumno identifica los alimentos saludables			
El alumno conoce los beneficios de tener una correcta alimentación			
¿El alumno conoce la importancia de la jarra del buen beber?			
¿El alumno identifica los beneficios de una ingesta adecuada de líquidos para su salud?			
¿El alumno conoce que es importante tener una higiene correcta?			
¿El alumno identifica los beneficios de tener una correcta higiene personal y en los alimentos?			

“Comiendo en casa, en la vida aprendo de amores y sabores”

ACTIVIDADES DE CIERRE

Nombre de la actividad: Alimentos saludables vs alimentos chatarra	Fecha de aplicación: /Junio/2021	Numero de sesión:	8/10
---	---	--------------------------	------

Objetivo general del Proyecto de Desarrollo: Generar un proyecto de intervención educativa para los alumnos del Preescolar “Puebla”, mediante el aprendizaje basado en proyectos (ABP), con la finalidad de fomentar la sana alimentación en los alumnos del 2° “A” en la educación a distancia.

Propósito de la sesión: Conocer las diferencias de los alimentos saludables y chatarra y la importancia de su consumo y no consumo

Organizador curricular:	1) Mundo natural 2) Cuidado de la salud	Campo o Área:	Exploración y comprensión del mundo natural y social.	Ámbito o dimensión de desarrollo:	Socio Afectivo
--------------------------------	--	----------------------	---	--	----------------

Aprendizajes esperados: Reconoce la importancia de una alimentación correcta y los beneficios que aporta al cuidado de la salud

Descripción de la actividad:

“Partir de la Realidad” (5min).	“Analizar y Reflexionar” (10min).	“Manos a la Obra” (20min).	“Comunicar y Transferir” (10min).
<p>Comenzar con el juego de la ruleta de la comida saludable vs chatarra (Apéndice V)</p> <p>Preguntar al pequeño:</p> <p>¿Sabes la importancia que tienen los alimentos saludables y que pasa cuando comemos demasiados alimentos chatarra?</p> <p>¿Sabes cuáles son los alimentos saludables?</p> <p>¿Sabes cuáles son los alimentos chatarra?</p>	<p>Observaremos el siguiente video Cerremos la Puerta a la Comida Chatarra:</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=-qBiOtOiMkk&ab_channel=sodepaz</p> <p>Comentar lo importante de tener una y correcta alimentación</p> <p>Con apoyo de la hoja de trabajo (Anexo 17,18) colorear y recortar el cartel de comida saludable y comida chatarra.</p> <p>Colocar recortes de los alimentos en cada grupo.</p>	<p>-En una bandeja coloca una cantidad suficiente de frijol.</p> <p>-En hoja de color naranja, realiza dibujos de zanahorias de distintos tamaños</p> <p>-Realiza dibujos de distintas verduras utiliza tu imaginación.</p> <p>-Necesitaras una cuchara o tenedor, ya que simularas desenterrar las hortalizas.</p> <p>Aprenderás como cultivar y de donde sales distintos tipos de alimentos</p>	<p>Colorear las frutas medianas y delinearlas las frutas grandes. (Anexo19)</p> <p>Crear acuerdo para poder tener una mejor alimentación.</p> <p>En una hoja anotar o dibujar tu compromiso de un alimento que ya no consumirás o disminuirás su consumo</p>

	Nota: Puedes apoyarte de recortes de revista, dibujos, o la plantilla anexada.	saludables.				
Recursos didácticos	Evaluación			Producto de la sesión:	Evidencia	
Bandeja Frijol y hojas de colores, utensilios. Dispositivo para ver video Colores, tijeras, pegamento Aplicación de WhatsApp Internet	Tipo: Heteroevaluación	Técnica: Desempeño de los alumnos	Instrumento: Pregunta Reflexiva sobre el procedimiento	Compromiso y acuerdo para mejorar su alimentación	Hoja de trabajo Acuerdo	

“Comiendo en casa, en la vida aprendo de amores y sabores”

ACTIVIDADES DE CIERRE			
Nombre de la actividad: Reconozco que es la buena alimentación		Fecha de aplicación: /Junio/2021	Numero de sesión: 9/10
Objetivo general del Proyecto de Desarrollo: Generar un proyecto de intervención educativa para los alumnos del Preescolar “Puebla”, mediante el aprendizaje basado en proyectos (ABP), con la finalidad de fomentar la sana alimentación en los alumnos del 2° “A” en la educación a distancia.			
Propósito de la sesión: Promover la buena alimentación en los pequeños y su familia			
Organizador curricular:	1) Mundo natural 2) Cuidado de la salud	Campo o Área: Exploración y comprensión del mundo natural y social.	Ámbito o dimensión de desarrollo: Socio Afectivo
Aprendizajes esperados: Reconoce la importancia de una alimentación correcta y los beneficios que aporta al cuidado de la salud			
Descripción de la actividad:			
“Partir de la Realidad” (5min).	“Analizar y Reflexionar” (10min).	“Manos a la Obra” (20min).	“Comunicar y Transferir” (10min).
<p>Iniciar con juego Me gusta porque...</p> <p>Sentados en un círculo decir lo que les gusta de la cocina, comida, etc.</p> <p>Niño: Me gusta la fruta, Guía: ¿Por qué?, Niño: Es rica, Guía: ¿Por qué?</p> <p>Nota: Él objetivo es conocer todo lo que sabe el alumno</p>	<p>Observar el siguiente video LA COCINA:</p> <p>Episodio 2, utensilios de cocina - Episodio 1: https://www.youtube.com/watch?v=4QjSaFK0t4Q&ab_channel=SmileandLearn-Espa%C3%B1ol https://www.youtube.com/watch?v=mQHEGZ0Ryu4&ab_channel=SmileandLearn-Espa%C3%B1ol</p> <p>Preguntar al pequeño:</p> <p>¿Sabías que es un cocinero?</p> <p>¿Te gustaría ser un gran cocinero?</p>	<p>Realizar vestuario necesario para ser un chef a la moda.</p> <p>Pedir el apoyo de mama o papa, se marcan para recortar:</p> <ul style="list-style-type: none"> • una abertura para la cabeza • dos aberturas laterales para los brazos <p>Realizar gorro de chef, ver ejemplo (Anexo 21)</p> <p>-Parte una papa a la mitad -Con ayuda de un lápiz dibuja algo que te gustaría plasmar repetidas veces -Con ayuda de un adulto quitaras lo de afuera de tu dibujo.</p>	<p>Colorear la hoja de trabajo (Anexo 22) y pedir a mamá que te ayude a leer.</p> <p>Pegar en un lugar visible para ti en donde puedas llevar a cabo los hábitos de higiene personal y en los alimentos.</p> <p>Ayudar a mamá con los alimentos, puedes ayudar a preparar el agua o alguna receta (Anexo23) o lavar los alimentos para el postre, lavar tu plato. Y posteriormente toma una foto de los alimentos sanos que consumen en casa para tener una sana alimentación</p>

	<p>¿Qué crees que necesitas para ser un gran cocinero?</p>	<p>Con pintura coloca su sello y plasma tu creación en hojas de colores.</p> 			
Recursos didácticos	Evaluación			Producto de la sesión:	Evidencia
<p>Dispositivo para ver video Tijeras, pegamento, bolsa grande, foammy, marcadores, cartulina, papel china. Aplicación de WhatsApp Internet</p>	<p>Tipo: Heteroevaluación</p>	<p>Técnica: Desempeño de los alumnos</p>	<p>Instrumento: Pregunta reflexiva sobre el proceso</p>	<p>Practica siendo un cocinero responsable</p>	<p>Hoja de trabajo Foto actividad</p>



“Comiendo en casa, en la vida aprendo de amores y sabores”

Evaluación para actividades de cierre.

Nombre del estudiante: _____.

Fecha: _____ **Grado y Grupo:** _____

Instrucciones: Con ayuda de la madre o padre de familia evaluara al pequeño sobre como resolvió el problema planteado, con los datos de la vida cotidiana, usando la técnica de la pregunta como un recurso. Para ello elaboro una lista de preguntas que se plantearan al estudiante.

Proposito	Pregunta
Hcaer reflexionar al estudiante sobre los pasos que sigui para resolver las actividades	¿Qué pasos siguió para resolverlo? ¿Cómo lo hizo?
Guiar al estudiante para que reflexione si hizo lo correcto	¿Esta seguro o segura de lo que hizo? ¿Habrá otras soluciones?
Permitir que el alumno busque distintas soluciones a un mismo problema	¿Por qué lo hizo así? ¿Ha pensado en una solución distinta?
Promover la verificación personal de lo aprendido	¿Es correcto lo que hiciste? ¿Elegiste la mejor solución?
Ayudar al estudiante a aplicar la misma estrategia a otras situaciones	¿Qué hizo cuando comparo? ¿Puede demostrar lo que hizo?

“Comiendo en casa, en la vida aprendo de amores y sabores”

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Nombre de la actividad: De compras en el super		Fecha de aplicación: /Junio/2021		Numero de sesión:		10/10	
Objetivo general del Proyecto de Desarrollo: Generar un proyecto de intervención educativa para los alumnos del Preescolar “Puebla”, mediante el aprendizaje basado en proyectos (ABP), con la finalidad de fomentar la sana alimentación en los alumnos del 2° “A” en la educación a distancia.							
Propósito de la sesión: Recabar los aprendizajes adquiridos por medio de las sesiones, para reconocer si se lograron los objetivos esperados.							
Organizador curricular:		1) Mundo natural 2) Cuidado de la salud		Campo o Área:		Exploración y comprensión del mundo natural y social.	
				Ámbito o dimensión de desarrollo:		Socio Afectivo	
Aprendizajes esperados: Reconoce la importancia de una alimentación correcta y los beneficios que aporta al cuidado de la salud							
Descripción de la actividad:							
“Partir de la Realidad” (5min).		“Analizar y Reflexionar” (10min).		“Manos a la Obra” (20min).		“Comunicar y Transferir” (10min).	
<p>Jugar a ser mamá o papá por un día</p> <p>Comenzar por preguntar al pequeño:</p> <p>¿Te gustaría comprar en el super?</p> <p>¿Sabes que alimentos comprar?</p>		<p>Observar el siguiente video EL SUPERMERCADO Mini Disco:</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=Y9Ai2V-Xczk&ab_channel=KidsSongs-MiniDisco-KidsDisco</p> <p>Explicar qué existen muchos tipos de alimentos y que es necesario comprar lo adecuado para tener en casa y poder alimentarse sanamente</p>		<p>Recortar y pegar en la lista de compras (Anexo24), los alimentos saludables, qué creas que son necesarios comprar para tener una alimentación adecuada.</p> <p>Nota: Dejar que el niño identifique solo los alimentos</p>		<p>Leer el cuento anexo, escuchar con mucha atención y al finalizar reflexionar y comentar la importancia de los alimentos.</p> <p>Dejar que el niño ayude a colocar la mesa, para crear un buen habito con ayuda de su carpeta (Anexo 28)</p>	

<p>¿conoces los alimentos necesarios para alimentarte?</p> <p>¿Sabes la importancia de comprar despensa?</p>					
<p>Recursos didácticos</p>	<p>Evaluación</p>			<p>Producto de la sesión:</p>	<p>Evidencia</p>
<p>Tijeras, Pegamento. Dispositivo para ver video Aplicación de WhatsApp Internet</p>	<p>Tipo: Heteroevaluación</p>	<p>Técnica: Análisis del desempeño</p>	<p>Instrumento: Lista de cotejo</p>	<p>Responsabilidad de los alimentos adecuados</p>	<p>Hoja de trabajo</p>



APENDICE (R)
Secretaría de Educación Pública
Universidad Pedagógica Nacional
Unidad 212 Teziutlán, Puebla
Jardín de Niños "Puebla"
C. C. T.: 21DJN0014W



“Comiendo en casa, en la vida aprendo de amores y sabores”

Evaluación para situación didáctica de Evaluación del proyecto.

Nombre del estudiante: _____

Fecha: _____ Grado y Grupo: _____

Instrucciones: Con ayuda del padre o madre de familia, piensen muy bien en el trabajo que han realizado durante el proyecto “Comiendo en casa, aprendiendo de amores y sabores” y marca con una X aquellas oraciones que digan la verdad acerca de cómo trabajaste.

Criterios de Evaluación	Si	No
Elaboro las actividades utilizando distintos materiales		
Asocio los hábitos de higiene con la correcta alimentación.		
Conoce que es importante tener una higiene correcta		
Identifica los beneficios de tener una correcta higiene personal y en los alimentos		
Organizo correctamente los aprendizajes adquiridos en cada actividad		
Promueve lo aprendido en este proyecto		
Identifica los beneficios de tener una correcta alimentación para ser saludable		



APENDICE (S)
Secretaría de Educación Pública
Universidad Pedagógica Nacional
Unidad 212 Teziutlán, Puebla
Jardín de Niños “Puebla”
C. C. T.: 21DJN0014W



“Comiendo en casa, en la vida aprendo de amores y sabores”

Lo que aprendí en el proyecto “Comiendo en casa, en la vida aprendiendo de amores y sabores”:

Lo que quiero seguir aprendiendo sobre la sana alimentación, la salud y la correcta higiene: _____

Lo que más me gusto fue:

Lo que no me gusto fue:

Todavía tengo dudas acerca de:

Comentario sobre el proyecto:



APENDICE (T)
Secretaría de Educación Pública
Universidad Pedagógica Nacional
Unidad 212 Teziutlán, Puebla
Jardín de Niños "Puebla"
C. C. T.: 21DJN0014W



“Comiendo en casa, en la vida aprendo de amores y sabores”

Nombre del alumno/a: _____
Fecha: _____
Evaluador: _____

Instrumento de evaluación del portafolio

Durante el periodo de evaluación , el progreso de su hijo/a a sido _____
_____ especialmente en las siguientes áreas:

_____ donde ha demostrado alto dominio de las competencias que se han trabajado en las sesiones.

Los siguientes trabajos incluidos en el portafolio muestran este dominio.

En el área de: _____ su hijo/a necesita trabajar un poco más pues ha presentado algunas dificultades. Los siguientes trabajos, incluidos en su portafolio, muestran en que aspectos necesita mejorar.

Basado (a) en mi evaluación durante este periodo, el estilo de aprendizaje de su hijo/a se describe mejor como:

Auditivo _____ Táctil _____ Visual _____

Los hábitos de trabajo de su hijo/a están:

En proceso y requiere refuerzo en casa _____

Adecuados al grado y edad _____

Excelentes _____

Firma Evaluador: _____

Firma del padre o tutor: _____



APENDICE (U)
 Secretaría de Educación Pública
 Universidad Pedagógica Nacional
 Unidad 212 Teziutlán, Puebla
 Jardín de Niños "Puebla"
 C. C. T.: 21DJN0014W



“Comiendo en casa, en la vida aprendo de amores y sabores”

Instrumento de autorreflexion para los padres y madres de familia.

Acciones	Nunca	Pocas veces	Casi siempre	Siempre
Designo un espacio con condiciones apropiadas para favorecer el aprendizaje de mi hija o hijo.				
Evito distractores alrededor de los espacios designados para el trabajo de las sesiones.				
Establezco horarios específicos de trabajo académico.				
Estoy atento a los horarios y trabajos designados en las sesiones				
Ofrezco palabras de aliento y motivación a mi hija o hijo cuando identifico algún problema o dificultad				
Reconozco con una felicitación los avances y mejoras académicas y personales de mi hija o hijo				
Mantengo comunicación constante con mi hija o hijo				
Externo mis dudas referentes a las actividades				
Propongo mejoras para el aprendizaje de mi hijo/a				



Secretaría
de Educación
Gobierno de Puebla

APENDICE (V)
Secretaría de Educación Pública
Universidad Pedagógica Nacional
Unidad 212 Teziutlán, Puebla
Jardín de Niños "Puebla"
C. C. T.: 21DJN0014W



“Comiendo en casa, en la vida aprendo de amores y sabores”

Links de actividades interactivas

- **Sesión de alimentación sana:**

<https://drive.google.com/file/d/14ahAFITSVNNT6N4p9ZXxvV6qc0H-0sIp/view?usp=sharing>

- **Activación física diaria:**

https://drive.google.com/file/d/188eQl_PYWckB633hh3YZ_Hu-FWQjfA80/view?usp=sharing

- **Identificación de frutas y verduras:**

https://drive.google.com/file/d/16p95jqDFnPlwpIPa2kLd_azFon_XBmcU/view?usp=sharing

- **Ruleta jarra del buen beber:**

<https://drive.google.com/file/d/1UtnAsDWpJwsR6rOLLph3i4V2-bFm0sJ5/view?usp=sharing>

- **Ruleta alimentos chatarra vs sanos:**

<https://drive.google.com/file/d/1TA0TigLC6yK7lqEkEwAJ7dDjYWRiZZly/view?usp=sharing>

