

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD U.P.N. 142



**ESTRATEGIAS DIDACTICAS QUE AYUDEN AL
NIÑO DE TERCERO DE PREESCOLAR A FORMAR
HABITOS ALIMENTICIOS ADECUADOS**

**PROPUESTA PEDAGOGICA
QUE PARA OBTENER EL TITULO DE
LICENCIADO EN EDUCACION PREESCOLAR
PRESENTA
MARIA DEL CARMEN MURILLO ALMODOVAR**

TLAQUEPAQUE, JALISCO, JULIO DE 1998

03-2001 L-6.

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD U.P.N. 142 TLAQUEPAQUE

CONSTANCIA DE TERMINACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACION

TLAQUEPAQUE, JAL., A 20 DE JUNIO DE 1998

C. PROFR. (A) MARIA DEL CARMEN MURILLO ALMODOVAR
P R E S E N T E

Después de haber analizado su trabajo intitulado: IMPLEMENTAR ESTRATEGIAS QUE AYUDEN AL NIÑO DE 3er. AÑO DE PREESCOLAR A FORMAR HABITOS ALIMENTICIOS ADECUADOS.

Opción PROPUESTA PEDAGOGICA, comunico a usted que lo estimo terminado, por lo tanto, puede ponerlo a consideración de la H. Comisión de Titulación de la Unidad U.P.N., a fin de que, en caso de proceder, le sea otorgado el Dictamen correspondiente.

ATENTAMENTE

ASESOR: PROFR. (A) FLORENCIO MARTINEZ ECHEVERRIA

C.c.p. Comisión de Titulación de la Unidad U.P.N. para su conocimiento.

DICTÁMEN DE TRABAJO DE TITULACION

Tlaquepaque, Jal., 11 de JULIO 1998

C. PROFRA. MARIA DEL CARMEN MURILLO ALMODOVAR

PRESENTE.

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

"¿COMO APLICAR ESTRATEGIAS DIDACTICAS QUE AYUDEN AL NIÑO DE TERCERO DE PREESCOLAR A FORMAR HABITOS ALIMENTICIOS ADECUADOS?"

Opción : PROPUESTA PEDAGOGICA a propuesta del asesor
C. PROFRA. FLORENCIO MARTINEZ ECHEVERRIA manifiesto a
usted que reúne los requisitos académicos establecidos al respecto por la
Institución.

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

ATENTAMENTE



PROFR. JOSE NESTOR ZAMORA DE LA PAZ
PRESIDENTE DE LA COMISION DE TITULACION
DE LA UNIDAD UPN 142 TLAQUEPAQUE.



UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL
UNIDAD UPN 142
TLAQUEPAQUE

INDICE

	Pag.
INTRODUCCION.....	1
CAPITULO I. DESCRIPCIÓN Y AUTODIAGNÓSTICO DE LA PROBLEMÁTICA DOCENTE.	
a) Descripción de los problemas que inciden en mi práctica docente.....	3
b) Descripción de la Escuela (social, institucional y cultural).....	5
c) Autodiagnóstico del problema central.....	9
d) Formulación del problema.....	14
e) Justificación y Objetivos.....	16
CAPITULO II. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.	
a) Conceptos importantes.....	19
b) Estudio teórico del niño.	
1) Bases psicológicas.....	28
2) Bases sociológicas.....	31
3) Bases pedagógicas.....	33

CAPITULO III. PROPUESTA DE SOLUCIÓN.

a) Estrategias metodológicas a seguir..... 35

b) Recursos y evaluación..... 41

CAPITULO IV. INFORME DE RESULTADOS.

a) Planeación.....42

b) Surgimiento del proyecto y actividades.....45

CONCLUSIONES..... 69

BIBLIOGRAFIAS..... 71

ANEXOS.....72

INTRODUCCIÓN

Una de las acciones del docente es la de proponer mecanismos y procesos adecuados que le permitan actualizar permanentemente los planes y programas de estudios, para que correspondan cada vez mas a las necesidades de sus educandos y de su contexto social.

Por lo anterior esta propuesta esta orientada a que los padres de familia conozcan mas sobre sus hijos y sobre la alimentación de sus hijos y sobre todo que los niños formen hábitos alimenticios a través de la práctica de actividades propiciadas en el jardín.

Dentro del Capitulo 1º se hace una descripción y autodiagnóstico de la problemática, mencionando los problemas que inciden en mi practica docente, una descripción de la escuela dentro del contexto social, institucional y cultural. Se realizó un autodiagnóstico del problema central que dio como resultado el problema de que no existen hábitos alimenticios en los niños de 3ro. "B" de preescolar, del Jardín de Niños : "Salvador M. Lima T/V. Ubicado en la Colonia Lomas de Oblatos de esta ciudad. Al mismo tiempo se justifica, se plantean objetivos del mismo.

La fundamentación teórica se encuentra en el Capitulo II, nos da un panorama sobre la definición de conceptos. En la fundamentación psicológica se menciona la teoría psicogenética de Jean Piaget. Dentro de lo social se hace mención de la teoría estructural funcionalista. El modelo pedagógico esta basado en la pedagogía operatoria.

El Capitulo III, considera la propuesta de solución, siguiendo el método de proyectos como estrategia metodológica, los recursos necesarios para llevar a cabo los objetivos y la evaluación meramente cualitativa.

La Planeación nos da una visión general sobre las actividades a realizar para llevar a cabo dicha propuesta.

El capítulo IV, contempla el informe de resultados, donde se especifican las actividades realizadas y una sección de fotografías como evidencias de las mismas actividades.

Los siguientes apartados contemplan las conclusiones y la bibliografía.

CAPITULO I

**DESCRIPCIÓN Y
AUTODIAGNÓSTICO DE LA
PROBLEMÁTICA DOCENTE**

I DESCRIPCIÓN Y AUTODIAGNÓSTICO DE LA PROBLEMÁTICA DOCENTE

a) DESCRIPCIÓN DE LOS PROBLEMAS QUE INCIDEN EN MI PRACTICA.

Dentro de la práctica docente inciden varios problemas como: la socialización, agresividad, bajo rendimiento escolar, deserción escolar deficiencias en el aprovechamiento, hábitos alimenticios etc. Me enfoque mas al último de los problemas mencionados, ya que por medio de la observación a los niños primeramente pude apreciar la falta de hábitos alimenticios adecuados.

Esto me motivo para indagar y cerciorarme con la aplicación de encuestas, entrevistas a padres de familia y niños de que el problema en realidad existe.

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

La falta de una buena alimentación que no contenga todos los nutrientes que necesita nuestro organismo provoca muchos trastornos en el individuo principalmente en la edad preescolar, (de 0 a 6 años). tales como: desnutrición, anemias, parasitosis entre otras.

La mala alimentación de un individuo se manifiesta con frecuencia por cambios en el carácter y comportamiento, se vuelve triste, aburrido, pierde el gusto por los juegos, su actividad se reduce y su crecimiento es lento.

En este estado de malnutrición y por las condiciones ambientales generalmente malas en que vive el niño, esta mas expuesto a sufrir toda clase de enfermedades en especial diarreas y parásitos intestinales, trastornos que naturalmente agraven su situación.

También pueden observarse otros signos o síntomas, tales como alteraciones en la piel, mal desarrollo de los músculos y del esqueleto, retardo en su maduración o desarrollo mental, etc.

La falta de hábitos alimenticios en los niños causa problemas tanto en la salud de los niños como en el trabajo en el aula, porque los niños faltan con frecuencia o asisten al jardín enfermos e indispuestos para el trabajo, en ocasiones con diarrea, desganados afectando principalmente la planeación, pues al elegir un proyecto no se rescatan los intereses generales, sino parcialmente, de pequeños grupos, de igual forma las investigaciones que se hacen al respecto no se realizan con buenos resultados ya que no se hacen las confrontaciones, ni es uniforme el aprendizaje por que asisten unos niños unos días otros días otros, tardo mas tiempo en planear y prever los recursos didácticos que utilizare; por lo que es prioritario resolver el problema ayudando a los niños que para que practiquen hábitos alimenticios tanto en el grupo como en el hogar.

b) DESCRIPCIÓN DE LA ESCUELA (SOCIAL, INSTITUCIONAL Y CULTURAL)

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

El sujeto real, refiriéndonos al educando, en el cual se basará la presente propuesta pedagógica, asiste al Jardín de Niños "Salvador M. Lima" T.V. Ubicado en la comunidad de Lomas de Oblatos, se localiza al Oriente de la Ciudad de Guadalajara. Lomas de Oblatos es una colonia de aproximadamente 25 años de haber sido creada.

La descripción que de ella se puede hacer es:

Los servicios públicos existentes son: electricidad, agua potable, drenaje, teléfono, pavimentación, que solo existe en esta colonia mientras que alrededor de ella se encuentran calles empedradas y otras de pura terracería.

Las fincas o viviendas son construcciones de diferentes materiales, como son: ladrillo, adobón, tejas, hasta tejabanés de lamina de cartón.

En el aspecto económico y laboral sus habitantes se desempeñan primeramente como dueños de sus propios negocios: tiendas de abarrotes,, pintores, herreros, etc.. Pero la gran mayoría son trabajadores, albañiles, cargadores, vendedores ambulantes, panaderos, las mujeres en su mayoría son amas de casa, y/o desempeñan labores de cocineras, afanadoras, fuera del hogar.

En el aspecto educativo la colonia cuenta con Instituciones pertenecientes a los tres niveles, pero que en algunos no satisfacen la demanda escolar por lo que llevan a los niños a otras escuelas de alrededor de la colonia.

Existen en un mismo núcleo un Jardín de Niños, una Primaria y cerca una Secundaria.

En el aspecto cultural los habitantes de Lomas de Oblatos no son muy afectos a tener contacto con eventos sociales o culturales porque de hecho el tiempo, el dinero y las ganas no alcanzan para poder hacerlo. La colonia en si no cuenta con ninguna actividad cultural ni social que oriente a los habitantes de la localidad. Los jóvenes, niños se les ve fuera del turno al que asisten a la escuela y si no trabajan en algo se la pasan vagando por las calles, invaden locales donde hay maquinas de videojuegos, forman pandillas en las esquinas. A veces estas situaciones se ven provocadas por la ignorancia que impera en algunos padres de familia, porque al desconocer los daños y prejuicios que sus hijos pueden recibir por andar sin control y sin orientación dan origen a una problemática de tipo social.

En el aspecto social, al igual que en otras colonias de la periferia, en Lomas de Oblatos se han detectado problemas causados por desintegración familiar, alcoholismo, drogadicción, prostitución, hijos abandonados por sus padres; algunos niños, sufren maltrato por tener madrastra o padrastro, etc.. A esto unimos el hecho de que cuando los niños trabajan o intentan trabajar, se exponen al peligro de toda magnitud.

En esta comunidad es común contar que los habitantes pertenecen a la religión católica, muy pocos pertenecen a otro tipo de religión.

En general la vida de los habitantes de la colonia Lomas de Oblatos pasa desarrollándose de acuerdo a las características antes señaladas.

El Jardín de Niños "Salvador M. Lima" - T.V. Con clave 14DJN1393T, ubicado en la colonia Lomas de Oblatos perteneciente a la zona escolar 128, sector 02. Se encuentra ubicado entre las calles Heliodoro Hernandez Loza y Hacienda las Flores s/n.

El Jardín de Niños empezó a funcionar con una directora y tres educadoras, completamente al aire libre, pues no tenía edificio la fundación consistía también en conseguir legalmente un terreno y reunir alumnos suficientes para poder mantenerla dentro del presupuesto. La labor que la escuela tenía que hacer ante la comunidad era profunda y sobre todo de convencimiento pues la gente no creía en su legalidad; se hicieron muchos esfuerzos pero finalmente se tuvo la aceptación de algunas familias. Fue aumentando notablemente la población escolar gracias a que por ahí no se encontraba ningún Jardín de Niños.

Actualmente el Jardín de Niños cuenta con sus seis grupos y funcionando el doble turno, sus instalaciones son favorables para el desarrollo y aprendizaje de los niños preescolares. Cuenta con áreas verdes, juegos infantiles, chapoteaderos, salón de música, cocina, dos direcciones, baños para los turnos respectivos.

El personal docente que labora en el Jardín de Niños "Salvador M. Lima" T.V. es muy cooperador y participativo en el trabajo que se planea para la superación y desarrollo del educando, el ambiente es favorable entre compañeras y directora, esto permite que rinda mas en el trabajo el cuerpo educativo.

El nivel de preparación en las compañeras es bueno, algunas tienen la licenciatura en U.P.N. otras algunas especialidades etc.. Esto hace que el personal nos entendamos y se cree un ambiente favorable para el alumno.

Se cumple además con comisiones, guardias, festivales, campañas hacia la comunidad, etc.. Se toman las medidas correspondientes en cuestiones de disciplina, cuando algún caso requiere ser tratado con atención psicológica se canalizan a lugares adecuados donde les puedan prestar atención que en una escuela común no se le puede dar, se han llegado a recibir apoyos satisfactorios por parte de un psicólogo.

El grupo de 3ro. "B" de preescolar esta formado por 6 niños y 18 niñas, la edad de ellos cuando fueron inscritos al iniciar el ciclo escolar 97-98 era de cinco años y cinco años cuatro meses.

Sus intereses son todavía los mismos pues se rigen por las características propias de la etapa preoperatoria en que se encuentran, aunque todos vivan en un mismo contexto comunitario, sus necesidades económicas, sociales y culturales no son iguales. Hay quienes están verdaderamente comprendidos y son atendidos por sus padres, que les proporcionan una buena alimentación, vestido y vivienda.

Otros por el contrario tienen poco afecto o comprensión porque sus padres trabajan, ocasionando que la atención que como niños necesitan, sea menor. Dentro del aula son un grupo de niños inquietos y juguetones, alegres, peleones en momentos pero unidos. Demuestran la cooperación que en el grupo puede prestarse entre todos, en su mayoría han superado la etapa del egocentrismo, empiezan a ser autónomos, a no depender tanto del maestro y sobre todo a comprender las cosas.

En cuanto al trabajo académico, el grupo en general tiene dificultades para la adquisición de contenidos matemáticos, de lenguaje, en cuanto a las ciencias naturales es más fácil que la entiendan porque son curiosos por naturaleza. En algunos momentos muestran apatía para desempeñar el trabajo, cuando esto sucede se buscan estrategias o juegos para desarrollar dichas actividades y que sean más atractivas para el alumno.

c) AUTODIAGNÓSTICO DEL PROBLEMA CENTRAL (ESTADÍSTICA).

Cuando observe que había una gran relación entre ausencia de hábitos alimenticios y el poco desempeño o rendimiento de mi grupo, me di a la tarea de aplicar una encuesta primeramente con niños y posteriormente a padres de familia.

Las características de los alimentos, las posibilidades y formas de obtenerlos, de prepararlos y de consumirlos, son a su vez una fuente muy rica de conocimiento que el niño va estructurando sobre aspectos socio-culturales y naturales que caracterizan el medio en que se desarrollan.

De lo anteriormente dicho surgen las preguntas.

- ¿ Por que no nos alimentamos adecuadamente?
- ¿ Como ayudar a niños y a padres de familia a la formación de hábitos alimenticios adecuados?

Considerando el porcentaje de la encuesta aplicada a padres de familia podemos decir que el 68% de las personas encuestadas acostumbran tener un horario para darles los alimentos al igual que para darles comida a sus hijos antes de ir a la escuela. El 52% no acostumbra a comer en la calle, mientras que el 48% lo hace algunas veces. Respecto al consumo de chatarras el 84% lo hace algunas veces, mientras que el 16% lo hace diario. Es relevante que el 76% algunas veces acostumbra a darles productos que anuncian en la televisión, mientras que el 20% no lo hace y un 4% si lo hace.

El que ocasiona comer poco o que sucede si comemos en exceso el 24% no sabe y el 76% respondió que principalmente provoca enfermedades.

El 68% sabe que debemos comer tres veces al día y el 100% conoce que debemos consumir los alimentos limpios.

De la encuesta aplicadas a los niños los resultados fueron los siguientes:

El 60% come antes de ir a la escuela y el 40% no lo hace. El 52% come en la calle, y el 24% es igual en la respuesta de no y algunas veces. Es claro precisar que el 92% si desayuna, el 76% consume productos que anuncian en la T.V. y el 88% le gustan las verduras; refiriéndonos a la pregunta siete que se refiere a que toma durante las comidas el 80% respondió que refresco, mientras que el 20% aguas frescas de frutas de la estación. En los anexos se podrán apreciar las gráficas.

Jardín de Niños: " Salvador M. Lima T.V."

Los invitamos a compartir con nosotros estos cuestionamientos, que ayudaran apoyar el trabajo con los niños.

DATOS GENERALES:

Nombre de la mamá: _____

Nombre del niño: _____

Conteste de acuerdo con los hábitos alimenticios de su hijo.

1.- Acostumbra tener un horario para darles los alimentos a su hijo?

si () no() algunas veces ()

2.- Come su hijo antes de irse a la escuela?

si () no() algunas veces ()

3.- Acostumbra su hijo a comer en la calle?

si () no() algunas veces ()

4.- Acostumbra su hijo a desayunar algunos de estos alimentos?

Leche () pollo () legumbres ()

Huevo () cereales () raíces ()

Carne () frutas () otros ()

5.- Con que frecuencia acostumbra su hijo a comer comida chatarra:
lonches, tacos, sabritas, gansitos, dulces, refrescos, pan, etc.

diario () algunas veces () nunca ()

6.- Acostumbra darle de comer productos que anuncian en la t.v. ?

si () no () algunas veces ()

7.- Que ocasiona comer poco?

8.- Que sucede si comemos en exceso?

9.- Cuantas veces debemos comer al día?

1 () 3 () 5 () ó más. cuantas ()

10.- Como deben ser los alimentos que consumimos:

limpios () artificiales () llamativos ()

Nombre del niño: _____

1.- Acostumbras a comer antes de venirte a la escuela?

si () no () algunas veces ()

2.- Que es lo que comes más seguido?

Leche () pollo () legumbres ()
Huevo () cereales () raíces ()
Carne () frutas () otros ()

3.- Te gusta comer en la calle?

si () no () algunas veces ()

4.- Acostumbras desayunar?

si () no () algunas veces ()

5.- Te gusta consumir los productos que anuncian en la t.v.?

- si () no () algunas veces ()

6.- Te gustan las verduras ?

si () no ()

7.- Durante las comidas tomas con los alimentos:

- a) refrescos
- b) Aguas frescas de frutas de la estación.
- c) Algunos líquidos, preparados artificiales.

d) FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.

La comunidad "Lomas de Oblatos" socioeconómicamente baja, como otras tantas comunidades ubicadas en la periferia de la Ciudad de Guadalajara, presentan diversos problemas como: drogadicción, pandillerismo, higiene ambiental, desintegración familiar, desnutrición, alimentación, hábitos alimenticios inadecuados entre muchos otros, afectando principalmente a los niños, pues propician que estos mueran o queden en el abandono sin atención alguna y no solo por la pobreza sino por otros factores que influyen en ello, como la falta de preparación en los padres, por la baja escolarización con que cuentan, y el desempleo y la misma situación económica en que se encuentra el país.

En si son muchos los problema que afectan a los niños y hay bastante por hacer en esta comunidad principalmente por que es en la que realizo mi labor docente y como docente tengo la necesidad de auxiliar a los educados a mejorar en algo la situación en que viven.

Con los resultados arrojados en la encuesta a padres se puede verificar que en realidad el problema existe ya que un 84% consume algunas veces productos chatarra y el consumo en el desayuno es de leche y huevo.

Los niños , el 52% le gusta comer en la calle así como el consumo de productos que anuncian en la t.v. fue de un 76%. Al igual que en la encuesta de padres el consumo de huevo en el desayuno es elevado, igualmente que el refresco durante las comidas.

Es por eso que al realizar mi práctica docente observe varios problemas como: la socialización, agresividad, bajo rendimiento escolar, deficiencias en el aprovechamiento, hábitos alimenticios etc. que afectaban mas que nada la tarea educativa con resultados nulos en el proceso enseñanza aprendizaje; llamándome mas la atención o siendo de mayor interés personal el que los

niños del grupo que atiendo de tercero "B" no manifiestan hábitos alimenticios adecuados para su desarrollo físico y mental.

Por lo tanto es necesario buscar la solución al problema y mi cuestionamiento es el siguiente:

¿Cuales o que estrategias implementar para que ayuden al niño de tercer año de preescolar a formar hábitos alimenticios adecuados?

e) JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA

La alimentación sintetiza mas que otros factores que intervienen en la vida del niño elementos esenciales para su seguridad básica tanto física como emocional, así como aquellos que le permiten trascender su marco familiar hacia conocimientos cada vez más organizados y estructurados de la vida social de la comunidad, de los bienes que la naturaleza le brinda y de la forma de preservar y explotar sus recursos.

Realizar una propuesta pedagógica sobre implementar estrategias didácticas que ayuden al niño de tercero de preescolar a formar hábitos alimenticios adecuados, se motivo porque se encontró que en dicho grupo a la hora del refrigerio, que aunque el docente marque lo que pueden llevar de alimentos, los niños llegan con alimentos chatarra que ningún provecho les trae. Las educadoras hacemos caso miso de los alimentos que llevan, continuando así sin darle la importancia que requiere. Algunos padres de familia se preocupan, pero no saben como preparar alimentos económicos y nutritivos.

Cuando se realizó la encuesta, me di cuenta que en verdad existe el problema, ya que por falta de recursos económicos e ignorancia de los padres de familia, hacen que la falta de hábitos alimenticios adecuados ocasionen complicaciones graves y afecte mas a los niños que son lo maspreciado para el desarrollo social, porque juntos formamos la sociedad de este país.

Considerando y tomando en cuenta nuestra cultura influye de manera determinante, pues del nivel cultural de los padres de familia y de la misma sociedad depende la formación de los hábitos alimenticios adecuados. El factor económico es importante ya que nuestro país los salarios de los obreros no se ajustan a las necesidades principales y la gente come por comer lo mas rendidor sin poder balancear los alimentos que consumen, hablando de política, si el gobierno y la ética profesional del docente brindaran educación adecuada al pueblo, la sociedad crecería en cultura y esta a su vez con hábitos alimenticios adecuados y así sucesivamente en lo económico y social.

Si los primeros seis años de vida son de gran importancia en el desarrollo del niño, son los años en que el niño adquiere la mayoría de los conocimientos básicos como son: su autonomía, identidad personal, socialización, creatividad etc.

Es entonces imprescindible que a esta edad se inicie la formación de hábitos alimenticios adecuados. Será muy productivo ya que en años posteriores, si dichos hábitos están bien fundamentados e interiorizados, se reflejarán en un desarrollo armonioso e integral del individuo.

174776

OBJETIVOS

- Que el niño desarrolle prácticas que lleven a la formación de hábitos alimenticios adecuados.
- Orientar a los padres de familia sobre la importancia de practicar hábitos alimenticios adecuados.
- Favorecer el proceso enseñanza-aprendizaje a través de la formación de hábitos alimenticios.
- Fomentar los hábitos alimenticios en niños y padres de familia.

CAPITULO II
FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

a) CONCEPTOS IMPORTANTES.

Dentro del programa de educación preescolar se marca el bloque de juegos y actividades de relación con la naturaleza. Las actividades correspondientes a este bloque permiten que el niño desarrolle una sensibilidad responsable y protectora de la vida humana, así como del mundo animal y la naturaleza en general, con el fin de inscribirse en una lógica que implica formas de preservación y cuidado de la vida en su sentido más elevado.

Así mismo que desarrolle prácticas que lleven a la formación de hábitos de higiene y cuidado de su cuerpo en general, de su alimentación y del ambiente donde vive. Entendiendo por hábito una constante facilidad adquirida por la continúa práctica.

“El hábito es ligado a las situaciones en las que se genera (conducta y contexto), y por eso es disposición a conducirse o comportarse. La Ley estructural del hábito operativo es su orientación natural y de modo necesario a la operación.

Por ello, la especificidad de las respuestas humanas es compatible con la presencia de los hábitos porque estos son disposiciones, no repetición exacta e inevitable de respuestas aprendidas.

El valor pedagógico de los hábitos es, por tanto, incuestionable, porque sustentan el proceso educativo”. (1)

Durante la edad preescolar, el niño tiene mayor capacidad de selección e independencia con respecto a los alimentos, por lo que es importante la formación de hábitos alimenticios.

Los hábitos alimentarios son actos que se realizan repetidamente y se empiezan a adquirir en la edad preescolar, por lo que es importante que se establezca correctamente.

(1) Diccionario de las Ciencias de la Educación Volumen 1. Santillana.

La información y ejemplo de los padres así como la educación nutricional que se imparte en los jardines de niños influye para que estos hábitos sean adecuados.

La publicidad de productos chatarra incita al niño a consumirlos por lo que desplaza el consumo de alimentos nutritivos preparados en casa.

La alimentación entendiéndose por esta el suministrar a alguna persona lo necesario para su manutención y subsistencia; es el factor mas importante para asegurar la salud. Luego entonces es indispensable que procuremos tener buenos hábitos alimenticios como:

- Comer alimentos frescos, limpios y bien preparados.
- Comer despacio y tranquilamente, masticar bien, establecer un horario regular de comidas y tomar agua en abundancia, limpia y hervida.
- Comer solo lo suficiente; comer poco ocasiona desnutrición y comer en exceso causa obesidad.
- No comer demasiado de algunos alimentos y por mucho tiempo porque podemos enfermarnos para toda la vida.
- No comer, o mejor dicho comer tres veces al día y no comer entre comidas, porque ello quita el apetito.

La vida intrauterina y los 2 primeros años de vida tienen gran importancia ya que el cerebro se desarrolla mas pronto que el resto del cuerpo. Durante su crecimiento, que principia en los tres últimos meses de vida fetal y prosigue durante los primeros 18 y 24 meses de vida, una desnutrición aún cuando sea ligera en la madre o el niño influye sobre el peso, número de células y la composición química de este órgano.

Las calorías suficientes para la supervivencia normal de una persona es por lo menos de 2,500 calorías diarias.

La desnutrición según algunos autores es: La depauperación del organismo por trastornos tróficos o por falta de alimentos.

Trastornos tróficos que consisten en algún defecto de asimilación o exceso de desasimilación.

DEPAUPERACIÓN. Empobrecimiento, debilitación del organismo.

TRÓFICO: Relativo a la alimentación.

Desasimilación.- Privar de los elementos asimilados.

La desnutrición es la debilitación del organismo por falta de alimentos nutritivos. Es un trastorno de la alimentación ya sea por sobrealimentación o hipoalimentación.

La nutrición es el proceso de todos aquellos alimentos nutritivos de los cuales recibe el organismo para un mejor sostenimiento de la vida.

Para llevar una vida normal necesitamos alimentos nutritivos para recuperar las energías que perdemos.

Unos de los problemas más serios es la desnutrición infantil que en medicina se le conoce con el nombre de POLICARENCIA INFANTIL o sea falta de alimentos nutritivos, esto trae consigo muchas enfermedades tanto físicas como mentales.

Las lesiones que trae como consecuencia la desnutrición a veces hay respuestas positivas, pero dejando daños irreversibles, algunos de los factores que influyen son: la falta de orientación por parte de los padres ó problemas económicos.

La desnutrición empieza cuando el niño deja el seno y pasa a la obtención de alimentos insuficientes para su desarrollo.

Los síntomas empiezan cuando el niño pierde peso, no crece, se vuelve más torpe en sus movimientos y en si , no muestra un estado emocional normal.

A veces los padres, ya sea por ignorancia no toman importancia al estado físico del niño, solo cuando ya lo ven grave, entonces si acuden a tratamiento, pero esto ocasiona que el niño no quede bien del todo, en particular del hígado.

A veces creen que la falta, de apetito es por los parásitos y cuando se presenta una diarrea, es atribuida a ellos, por lo cual son sometidos a tratamientos contra las lombrices; seguido de dietas, las cuales hacen mucho daño.

Por causa de las dietas a que son sometidos los niños se presentan las diarreas que son debido a la desnutrición formándose un círculo vicioso.

DESNUTRICION

DIETA

DIARREA

Para prevenirla hay que dar al niño siempre las cantidades requeridas de proteínas.

En los medios proletarios son necesarios algunos programas educativos encaminados a mejorar las condiciones de vida y la cultura de esta población.

MALNUTRICION:

El buen estado nutricional es la base de una buena vida.

Una persona nutrida es activa, su organismo funciona bien, es más resistente a las enfermedades, alcanza mejor desarrollo físico y mental y sus posibilidades de alcanzar la vejez aumenta considerablemente.

Las manifestaciones de la malnutricion son los cambios en la conducta y comportamiento. En el niño se manifiesta con frecuencia por cambios en el carácter y comportamiento.

Se vuelve triste, aburrido, pierde el gusto por los juegos, su actividad se reduce y su crecimiento es lento.

Simultáneamente a estos cambios el niño deja de ganar peso e incluso, si la malnutricion es mas seria, pierde peso.

Si el estado se prolonga durante un tiempo suficiente, el niño deja de crecer y desde luego la perdida de peso aumenta.

En este estado de malnutrición y por las condiciones ambientales generalmente malas en que vive el niño, está más expuesto a sufrir toda clase de enfermedades en especial diarreas y parásitos intestinales, trastornos que naturalmente agravan su situación.

También puede observarse otros signos o síntomas. Tales como alteraciones en la piel, mal desarrollo de los músculos y el del esqueleto, retardo en su maduración o desarrollo mental, etc.

En la práctica y sobre todo cuando se requiere valorar el estado nutricional de grupos de niños, las medidas de peso y de talla pueden ser suficientes.

El peso es el índice más fiel. Dichas medidas se comparan con valores correspondientes a niños normales de la misma edad.

Estas formas ligeras de malnutrición, que se acompañan de una menor resistencia a las enfermedades, son la causa de que un gran número de nuestros niños mueran a temprana edad.

Los que logran sobrevivir son niños débiles, decaídos, que no pueden aprovechar bien la educación escolar y no alcanzan a llegar a la edad adulta, la constitución física que habría podido tener, si hubieran estado bien nutridos.

La mejor alimentación no es la más cara sino la más completa.

Para que el preescolar crezca y se desarrolle adecuadamente se sugiere que su alimentación diaria cumpla con las siguientes características:

a) **COMPLETA Y EQUILIBRADA:** Que al niño se le proporcionen alimentos de los tres grupos en cada comida para asegurarle el consumo de todos los nutrimentos.

- Cereales y tubérculos(energía) hidratos de carbono y lípidos.
- Leguminosas y alimentos de origen animal (proteínas).

- Frutas y verduras(minerales) vitaminas y nutrimentos inorgánicos.

Todos los alimentos que el hombre consume contienen distintas sustancias que provienen de los reinos animal, vegetal y mineral y son:

CARBOHIDRATOS: Su importancia es fundamental, ya que forman y mantienen los elementos de oxidación y de reserva , el organismo mantiene una reserva de ellos bajo la forma de glucosa en la sangre, y de glucógeno en el hígado y los músculos. Los azúcares, el almidón y las gomas vegetales contienen carbohidratos. Estos se encuentran principalmente en los granos.

LÍPIDOS: Son las grasas y aceites que le dan al organismo energía en forma mas concentrada; ayudan a absorber vitaminas como la A, D, E y K . Los lípidos están formados por unas sustancias llamadas ácidos grasos y existen dos tipos de grasas: saturadas e insaturadas.

PROTEÍNAS: Son la base del armazón estructural de todas las células. Son sustancias nitrogenadas. Las proteínas también forman otras sustancias como los anticuerpos, que sirven para combatir infecciones.

VITAMINAS: Son sustancias que intervienen en el crecimiento, en la fijación de minerales, en los tejidos y en los procesos de osificación y de cicatrización; influyen también en la resistencia del organismo a las infecciones y en la fisiología de los sistemas circulatorio, nervioso y digestivo; ayudan al buen funcionamiento de diversas partes del cuerpo como los ojos, encías, piel, sangre, etc.

MINERALES: Forman parte del organismo como: el calcio en los huesos; el fósforo en muchos tejidos, principalmente del cerebro; el hierro, el potasio y el cobre en la composición de la sangre y de la hemoglobina que fija el oxígeno en el pulmón y lo lleva a los tejidos ; también es importante el yodo que se encuentra en el agua potable.

EL AGUA: Mantiene el equilibrio de los demás nutrimentos ; controla la temperatura del cuerpo; forma parte de los tejidos y líquido del organismo. Ofrece un medio de disolución y transporte de las sustancias alimenticias, entre otras funciones.

LAS VITAMINAS : Según algunos autores de las vitaminas depende el substrato o esencia de la vida y porque todos contienen el enlace químico llamado AMINA (cuerpo derivado del amoniaco).

VITAMINA "A": Gracias a este elemento vitamínico nuestra retina percibe la luz y se acomoda a los cambios bruscos de luminosidad. Actúa como protector de la piel y mucosas.

Los alimentos de origen animal, como los pescados, mantequilla, huevo, leche, lo contienen en abundancia.

VITAMINA "D": Tiene gran valor en la vida del niño por ser la que gobierna su crecimiento óseo. Su deficiencia acarrea fatalmente el raquitismo, caracterizado por, retraso en la erupción dentaria y en el crecimiento, descalcificación, desviación de las extremidades acompañado de enfermedades que esperara su desarrollo y salud del pequeño.

VITAMINA "C" : Interviene en la formación de las estructuras intercelulares de huesos y tejidos; intervienen en la formación de los glóbulos blancos.

La avitaminosis da lugar al escorbuto. Su escasez repercute sobre la salud del pequeño ya que pierde su desarrollo corporal y defensas inmunitarias y en casos extremos pueden producir un cuadro hemorrágico en la piel y encías. Se encuentra en la fruta y verdura fresca.

COMPLEJO VITAMINICO "B": Estas se descomponen en dos vitaminas.

La vitamina B1 la cual acarrea el ya mencionado beriberi y la B2 estimulante del crecimiento. Esta se fue desintegrando en una larga serie de sustancias distintas designadas por la letra B seguida de un número: B2, B6, B12, etc. Al conjunto de esta se le da el nombre de complejo B.

VITAMINA "B2" : Se halla en el hígado, huevos, leche, espinacas y tomates.

VITAMINA "PP" : Vitamina antipelagrosa;

VITAMINA "B6" : Interviene en la función neuro-muscular.

VITAMINA "H" : Interviene en la conservación de la piel.

VITAMINA "B12" : Acción antiatómica e influye en el crecimiento.

VITAMINA "B15" : Antitóxica celular.

VITAMINA "E" : Interviene en el funcionamiento de músculos y nervios, así como en la formación de los órganos reproductores.

Abunda en el germen de trigo, aceites de cacahuete.

VITAMINA "K" : Formación de la protombina, sustancias que hace posible la coagulación de la sangre. Se encuentra en la alfalfa y el hígado de los animales alimentados de este forraje.

VITAMINA "P" : También desempeña una función antihemorrágica. Abunda en los frutos de colores vivos.

VITAMINA "F" : Esta compuesta de ácido grasos esenciales, con acción protectora contra el eczema (inflamación local de la piel caracterizada por vesículas).

VITAMINA "T" : Favorece el crecimiento y la asimilación celular.

b) SUFICIENTE: Que el niño consuma la cantidad de alimentos necesarios para su adecuado desarrollo y para la realización de sus actividades.

c) VARIADA Y COMBINADA : Que se le proporcionen diferentes alimentos y platillos en cada comida para que conozca y disfrute la gran variedad de alimentos de cada grupo en sus diferentes preparaciones.

d) HIGIÉNICA: Que el consumo de la dieta no implique riesgos para la salud; es decir, que los alimentos se preparen con limpieza.

b) ESTUDIO TEÓRICO DEL NIÑO

BASES PSICOLÓGICAS

Para buscar la manera de hacer llegar al niño el conocimiento, nos apoyaremos en la teoría psicogenética de Jean Piaget, pues el programa de educación preescolar esta fundamentado en dicha teoría.

De la obra de Piaget solo se tomaran aquellos aspectos que realmente vengan a apoyar y a fundamentar este trabajo.

“La obra piagetana pretende construir una epistemología que (...) analice la construcción evolutiva del conocimiento como producto de la interacción del sujeto con el objeto (...). El conocimiento que adquiere dependerá de la actividad que el sujeto realice para acercarse al objeto. Así mismo su ambiente abra de influir en él durante su desarrollo (2).

Por tal motivo es indiscutible que el docente tenga pleno dominio de cómo el niño va construyendo el conocimiento, de cómo va pasando por una serie de estadios que se caracterizan por la utilización de distintas estructuras.

La psicología genética consigue la estructura del conocimiento a través de la acción llegando a la adaptación (El organismo se adapta construyendo materialmente formas nuevas esto desde el punto de vista biológico y psicológicamente sucede lo mismo con la diferencia de que esas formas no son materiales).

La adaptación es un proceso que tiene dos momentos: La asimilación o acción del organismo sobre los objetos que lo rodean, es decir, incorporación y transformación del medio.

(2) Ruiz Larragivel Estela. Reflexiones en torno a las teorías de aprendizaje en: UPN/SEP. Teorías de Aprendizaje. México 1986 pp. 237.

Remitiéndolo a los hábitos alimenticios, el niño tiene que realizarlo dentro del marco lógico-matemático por ejemplo; para comprender la desnutrición el debe establecer relación de una persona nutrida y otra desnutrida, observar las consecuencias de no realizar o no tener hábitos alimenticios; y la acomodación es la modificación del organismo por efecto de la influencia del medio. Ejemplo; se da cuando realizamos o ponemos en práctica los hábitos a la hora del refrigerio, el lavado de manos antes de comer y después de ir al baño, tomar los alimentos a una hora determinada, etc.

Como ya había señalado Marx. El hombre mediante sus acciones y a través del trabajo, transforma la naturaleza, pero a su vez se modifica él mismo.

Los esquemas permiten actuar sobre el medio, realiza una actividad asimiladora, pero al mismo tiempo en esa asimilación, se modifica dando lugar a esquemas nuevos mediante un proceso de acomodación. La asimilación y acomodación, son las responsables del desarrollo de la conducta. Los esquemas son unidades en continua modificación a través de ese proceso de asimilación y acomodación.

La compensación o equilibrio entre la asimilación y acomodación es inestable; el niño no puede compaginar lo nuevo con lo viejo.

Realismo: Lo hace usando principalmente imágenes concretas o mediante la replicación o repetición de acciones concretas, y no por medio de signos abstractos o símbolos. Las cosas se interpretan según la apariencia que tienen.

Cada una de estas características del niño en la etapa preoperacional deben ser aprovechadas y tomadas en cuenta para la formación de hábitos alimenticios, de una manera abstracta los niños no comprenderán, pero si en cambio utilizamos imágenes concretas o mediante la repetición de acciones concretas para el niño será más sencillo apropiarse al conocimiento.

El aprendizaje no es una manifestación dada surge del proceso de asimilación y acomodación, el equilibrio existente, permite que el individuo se adapte al medio cognocente que le rodea.

Los principales estadios o etapas de desarrollo intelectual reconocidas por Piaget son :

- Etapa sensoriomotora (de 2 a 7 años aproximadamente.)
- Etapa de las operaciones concretas (de 7 a 11 años aprox.)
- Etapa de las operaciones formales (de 11 años en adelante).

Las características del niño de tercer grado de preescolar se encuentran en la etapa preoperatoria y alrededor de la cual se circunscribe el desarrollo de este trabajo.

En este aspecto se puede concluir, que el programa de educación preescolar, al contemplar y tomar en cuenta los fundamentos que ofrece una teoría del desarrollo, como la psicogénetica de Piaget, pone de manifiesto la necesidad de colocar al niño en el aspecto pedagógico en un plano central, de acuerdo a sus posibilidades de realizar el trabajo y construir su conocimiento.

Para los maestros ofrece la posibilidad de hacer uso de su creatividad e inventiva para propiciar el trabajo o actividades de acuerdo a lo que sus alumnos son; pues desde siempre se ha sabido que los programas son factibles de ser aplicados o reajustados, con bases principalmente en las necesidades del niño aunadas a las del lugar o región.

BASES SOCIOLOGICAS

Parson desarrollo un análisis estructural funcionalista de la realidad, distingue la interdependencia que hay entre los sistemas de personalidad y de cultura y el sistema social.

Según Parson, la estructura social esta compuesta por grupos de sujetos que desempeñan papeles diferenciados que objetivamente, se han consolidado en base a los valores aceptados en el proceso de interacción social, y subjetivamente a partir de los procesos de interiorización de las normas a las que se hallan sometidos dichos sujetos.

De aquí que las instituciones aparecen dentro de la estructura social y son quienes transmiten a través de su acción los hábitos alimenticios adecuados para la preservación de la salud física y mental del individuo y en general de la sociedad. Estos aprendizajes se obtienen por medio de vivencias cuando se observa el comportamiento ajeno y cuando se participa e interactúa con los otro en los diversos encuentros sociales.

Emilio Durkheim (1979) Opina: "La educación es ejercida por las generaciones adultas (...) tienen por objeto suscitar y desarrollar en el niño estados físicos, intelectuales y morales, que exige del medio especial, al que está particularmente destinado". (3)

Por ello desde que el alumno ingresa al Jardín de Niños, el principal objetivo es que este participe directamente en su propio proceso de socialización para que por medio de-esta actividad, sea capaz de adaptarse a tal o cual situación o función que le corresponda desempeñar en su vida futura.

De esto surge la necesidad de conocer ante que postura se puede situar al hombre, para estudiar y conocer el desarrollo de la sociedad y los cambio que genera. Si tomamos en cuenta la opinión de Durkheim, como la de T. Parson, nos damos cuenta que sus obras se circunscriben dentro del contexto estructural-funcionalista para la cual es importante:

“Plantear entre sus premisas la necesidad de analizar las sociedades a partir de un tratamiento sistemático de las posiciones y papeles de los actores en una situación social, así como de las normas institucionales aplicadas”. (4)

En la actualidad, el papel socializador de la educación esta tratando de hacer surgir la conciencia del individuo, para que con base en las capacidades que cada uno de ellos tenga, funcione como elemento participativo dentro de las situaciones de cambio que se dice lograr. Por supuesto que este deseo se vera coronado cuando la escuela cambie su manera de llevar a cabo su trabajo, de renovar las metodología que propicien la preparación de los sujetos para que puedan actuar como realmente se espera que lo hagan o sea creadores y no solo reproductores de una cadena de enseñanza que se han venido transmitiendo de generación en generación.

Si la escuela como institución, pretende crear individuos con conciencia propia, deberá de pensar en dar el conocimiento de acuerdo a lo que el sujeto necesita para poder aplicarlo en el desarrollo de su vida y tomando en cuenta el rol o papel que le corresponde desarrollar o desempeñar.

De ahí la necesidad de retomar la problemática de hábitos alimenticios adecuados, porque en el grupo de tercero de preescolar no se manifiestan dichos hábitos y es una necesidad del educando practicarlos para un mejor desarrollo.

(3) DURKHEIM, Emilio. La educación, su naturaleza y su función en:UPN/SEP. México 1990 p.p 81 Antología, la Sociedad y el Trabajo en la Práctica Docente.

(4) DE IBARROLA María. Talcott Parson. En Antología de las Dimensiones Sociales de la Educación. EP. EDIC. El Caballito, 1985 México pp 77.

BASES PEDAGOGICAS

Surgida de los estudios que Piaget realiza, se ha dado origen a una nueva corriente pedagógica conocida como pedagogía operatoria. La pedagogía operatoria sustenta el método de proyectos el cual surge durante la etapa del movimiento de la escuela activa cuyos precursores pretendían abolir las practicas escolares caracterizadas por el autoritarismo, el verbalismo, la disciplina basada en el castigo, el dogmatismo y el mecanismo. Se trata de centrar el trabajo en el niño y no en el docente.

La pedagogía operatoria sostiene que la adquisición del conocimiento se da a través de la experiencia. En donde el sujeto es un ser activo que se interrelaciona y transforma al sujeto por medio de la acción. Esta pedagogía tiene el propósito de elaborar consecuencias didácticas con bases de la teoría psicológica. También nos muestra como para llegar a la adquisición de un concepto, es necesario pasar por estadios intermedios que marcan el camino de su construcción y que permiten posteriormente generalizarlo.

Los ejes en torno a los que gira esta pedagogía es “operar” de aquí su nombre que significa establecer relaciones entre los datos y acontecimientos que suceden a nuestro alrededor para obtener una coherencia que se extienda no solo al campo de lo llamado intelectual sino también a lo afectivo y social.

El papel del maestro se centrara en recoger toda la información que recibe del niño y en crear situaciones que le ayuden a ordenar los conocimientos que posee y avanzar en el largo proceso de construcción del pensamiento.

Esta pedagogía subraya la importancia de la acción, pero se trata de una acción interiorizada, atendiendo a los intereses del niño en sus diversas etapas evolutivas. Estos mecanismos interiorizados es lo que Piaget llama operaciones, de ahí el nombre de operatoria que señala que el aprendizaje parte del interior del niño.

“ La pedagogía operatoria intenta aportar una alternativa para la mejora cualitativa de la enseñanza. Pretende establecer una estrecha relación entre el mundo escolar y el extraescolar posibilitando que todo cuanto se hace en la escuela tenga utilidad y aplicación en la vida real del niño y que todo lo que forma parte de la vida del niño tenga cabida en la escuela convirtiéndose en objeto de trabajo”. (5)

Sus conceptos fundamentales son los siguientes:

- La base de todo aprendizaje se constituye por una operación entendida esta como una acción interiorizada y reversible de naturaleza lógico-matemática. Esto significa que operar con la realidad requiere de una serie de acciones coordinadas que tienen resultados e implicaciones en el comportamiento del individuo. En este sentido, una operación es una acción que ocurre en la mente y no se reduce solo a la manipulación física de objetos.

- Otro principio más, es el de la importancia que tienen las relaciones afectivas y sociales en el aprendizaje. Piaget rechaza abiertamente la arbitraria dicotomía entre pensar y sentir, considero que es imposible encontrar conductas que solo sean afectivas sin elementos cognoscitivos, y a la inversa, es imposible encontrar conductas que solo sean cognoscitivas sin elementos afectivos. Señala que los sentimientos se construyen junto con la estructuración del conocimiento.

La congruencia entre los objetivos de la educación preescolar y los que plantea la pedagogía operatoria, es que en ambos destaca el carácter formativo mas que informativo de la educación, la necesidad de que el niño aprenda a pensar de tal forma que durante toda su vida construya el mismo su conocimiento y el desarrollo de sus capacidades de reflexión y critica.

El alumno al enfrentarse al problema , debe sentir su necesidad. Y antes de que le den la solución, debe encontrar la suya propia, aunque sea menos económica.

(5) MONSERRAT, Moreno ¿Que es la Pedagogía Operatoria? en: UPN/SEP. México 1990 p.p 6-7 Contenidos de Aprendizaje.

CAPITULO III

PROPUESTA DE SOLUCIÓN

a) ESTRATEGIAS METODOLOGICAS A SEGUIR.

¿Qué es la Metodología?

Hablar de metodología es ubicar, como realizo la práctica docente antes, durante y después.

Esto es muy complejo ya que la práctica no se desliga de los saberes y aprendizajes que se han tenido en el transcurso de la vida.

En el programa de educación preescolar se ha elegido la estructura metodológica del Método de Proyectos con el fin de responder al principio de globalización.

“La globalización considera el desarrollo infantil como un proceso integrador, en el cual los elementos que lo conforman (afectivos, motrices, cognitivos y sociales) se interrelacionan entre sí”(6).

El principio de globalización se explica desde tres perspectivas: psicológica, social y pedagógica.

Desde el punto de vista psicológico, es importante tener en cuenta las características del pensamiento del niño, que se muestra sincrético, captando el todo, no en partes, del mundo que le rodea.

(6) SEP-PEP 92. DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN PREESCOLAR: PAG. N° 17.

“El conocimiento es producto de las conexiones y relaciones entre lo nuevo y lo ya conocido, donde el conocimiento “será mas rico si ofrece la posibilidad de que las relaciones que establezca con los conocimientos construidos sean amplios y diversificado”(7).

Desde la perspectiva social, se encuentran los elementos que conforman el conocimiento de la realidad desde diferentes puntos de vista. Las relaciones entre los individuos permiten aprender e intercambiar opiniones, fomentando la socialización, la tolerancia y comprensión.

La globalización desde una perspectiva pedagógica, implica la participación activa del niño, en la estructuración de los conocimientos que le permitirán formular las múltiples relaciones entre lo que ya sabe y lo que esta aprendido.

El método de proyectos sustenta que los niños deben dar y encontrar la respuesta a una pregunta o solucionar los problemas que se le presentan.

El desarrollo de los proyectos comprenden diferentes etapas como son: surgimiento, elección, planeación, realización, evaluación. El surgimiento, es a través de los intereses de los niños que se expresen libremente, con relación de sucesos de la vida cotidiana. La elección dependerá de el interés compartido por todos, donde se implementen sugerencias guidoras del proceso. La planeación del proyecto, por medio de los cuestionamientos de para que fin se escogieron las actividades, estableciendo relaciones de juegos que ayuden a llevar a cabo los mismos. La realización corresponde a llevar a cabo aquello que se ha planeado.

(7) SEP. Bloques de juegos y actividades. 1993. pp. 26

El término y la evaluación se realiza al considerar que un proyecto ya no es significativo o que ya se agotaron las actividades que lo conformaron. Buscando continuamente que exista continuidad y globalización en todas las actividades. Vinculando de manera activa a padres de familia, comunidad y escuela en general. Por tal motivo, la duración de los proyectos es variable.

En esta metodología la función del docente es observar las diferentes manifestaciones de los niños en los juegos y las actividades que sean realizadas en el transcurso del proyecto. Con la finalidad de guiar, promover, orientar, y coordinar de manera lógica el proceso educativo.

El PEP-92, propone la realización de juegos y actividades por medio de los bloques, favoreciendo de manera equilibrada los diferentes aspectos del desarrollo del niño.

Los bloques de juegos y actividades de contenidos que favorecerán los procesos de desarrollo en los niños. Estos contenidos se refieren al conjunto de conocimientos, hábitos, habilidades, actitudes, aptitudes y valores a partir de la acción y la reflexión en relación directa con los esquemas previos, a través de la interacción y participación.

Los niños tendrán por su parte, momentos de búsqueda y experimentación, donde se relacionaran los instrumentos del entorno con la resolución de las problemáticas.

Con base a lo anterior se nos presenta una panorámica alentadora para el docente y para el alumno donde uno y otro en correlación directa, son capaces de participar activamente y con respecto a las decisiones de las dos partes.

Nos ubicaremos concretamente en el bloque de juegos y actividades de relación con la naturaleza. Cuyos contenidos son:

salud, ecología y ciencia.

Por lo tanto el objetivo de esta propuesta pedagógica es :

Implementar estrategias didácticas que ayuden al niño de preescolar a formar hábitos alimenticios adecuados.

SURGIMIENTO DEL PROYECTO

Para dar inicio al proyecto de hábitos alimenticios, se relatará un cuento sobre un niño que se enfermaba continuamente y otro que se alimentaba adecuadamente y no padecía enfermedades, sobre la marcha iré cuestionando a los niños para constatar qué es lo que saben sobre el tema. Al terminar el cuento haré las siguientes preguntas:

- ¿Qué debemos de comer?
- ¿Cómo se deben de comer los alimentos?
- ¿Cuáles alimentos se deben ingerir en mayor cantidad, y cuáles en menor cantidad?
- ¿Cuándo y dónde debemos de comer?
- ¿Para qué nos sirven los alimentos nutritivos?
- ¿Qué nos pasa cuando comemos alimentos chatarra?

Después procederán a investigar en cualquier fuente sobre hábitos alimenticios, para que posteriormente comenten sus investigaciones.

PLANEACIÓN GENERAL DE JUEGOS Y ACTIVIDADES

Dialogarán sobre lo que saben de los hábitos alimenticios.

- Objetivo:** Detectar lo que saben sobre hábitos alimenticios.
Desarrollo: Por binas comentarán sobre los hábitos alimenticios y después en forma grupal aportaran conclusiones.
Evaluación: Graficarán lo comprendido.
Duración: Un día.
Materiales: Hojas, cartoncillo, pinturas, crayolas, revistas etc.

Investigarán sobre los hábitos alimenticios.

- Objetivo:** Lograr la comprensión de hábito y alimentación.
Desarrollo: Leerán las investigaciones con todo el grupo y se llegará a una conclusión.
Evaluación: Graficando las conclusiones por equipos.
Duración: Dos días.
Materiales: Las investigaciones, diccionario, libros y láminas.

Prepararán sencillas recetas con alimentos nutritivos.

- Objetivo:** Desarrollar prácticas que lleven a la formación de hábitos alimenticios.
Desarrollo: Prepararán por equipos un receta diferente cada día.
Evaluación: Observarán, recortarán ó dibujarán los alimentos utilizados, clasificándolos en los grupos correspondientes.
Materiales: Los ingredientes de las recetas y los utensilios necesarios.
Duración: Una semana.

Dramatizarán el juego del restaurante.

- Objetivo:** Fomentar los hábitos alimenticios en niños y padres de familia.
Desarrollo: Los niños acomodarán el mobiliario e intercambiarán los personajes.
Evaluación: Dialogarán sus experiencias.
Materiales: Todo lo necesario para la dramatización.
Duración: Una semana.

Invitarán a padres de familia a conferencias sobre el tema.

Objetivo: Orientar a padres de familia sobre la importancia de practicar hábitos alimenticios.

Desarrollo: Con los conocimientos previos los niños prepararán su conferencia.

Evaluación: Comentarán experiencias con los logros y dificultades que presentó la actividad.

Materiales: Periódico mural, láminas, recortes, dibujos etc.

Duración: Una semana.

Realizarán una campaña sobre los hábitos alimenticios.

Objetivo: Fomentar la práctica de hábitos alimenticios en la comunidad.

Desarrollo: Se realizará un pequeño desfile, se pegaran los carteles y se entregarán los volantes.

Evaluación: Comentando los logros y dificultades de la actividad.

Duración: Una semana.

Materiales: Cartulinas, dibujos, recortes, pinturas, hojas etc.

b) RECURSOS Y EVALUACIÓN.

Los recursos son todos aquellos de los cuales me apoyare para lograr mi objetivo y serán tanto humanos como materiales, por mencionar algunos serán: Las investigaciones que realicen los niños en libros, revistas, folletos, películas, preguntando a las personas mayores, las visitas que realicemos al mercado, doctor, a los demás grupos, pancartas material didáctico hacia como los mismos alimentos y utensilios de cocina que utilicemos al preparar los alimentos, ect.

La evaluación se considera implícita en cada una de las actividades y explícita al constar que se realizan las actividades, tendrá carácter meramente cualitativo, pues el objetivo es rescatar el proceso y no cuantificar acciones.

La evaluación en el nivel preescolar es considerar para reencaminar acciones, rescatando niveles de desarrollo y no productos cuantitativos.

La evaluación es un proceso, por cuanto se realiza en forma permanente, con el objeto de conocer no solo logros parciales o finales, sino obtener información acerca de como se han desarrollado las acciones educativas, cuales fueron los logros y cuales los principales obstáculos.

En preescolar realizamos una evaluación permanente de cada uno de los niños y en forma grupal se realiza una al término de cada proyecto, la cual nos dará la pauta para considerar puntos importantes que ayudaran en el desarrollo integral del niño.

La forma en que evaluamos es mediante la observación, la cual se realiza en forma natural, anotando los aspectos mas relevantes de las actividades y en las diferentes situaciones, se realiza un análisis de lo que hacen los niños en las actividades grafico-plasticas, los padres de familia juegan un papel importante ya que pueden acceder visitando el Jardín, promoviendo reuniones para que comuniquen sus opiniones sobre lo que observan en sus hijos, sus sugerencias y posibles aportes.

CAPITULO IV
INFORME DE RESULTADOS

OBJETIVO	ACTIVIDADES	TIEMPO	R. MATERIALES	EVALUACION
<p>DETECTAR LO QUE SABEN SOBRE LOS HÁBITOS ALIMENTICIOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> - QUE EL NIÑO DIALOGUE SOBRE LOS HÁBITOS ALIMENTICIOS. - DIGA QUE ALIMENTOS NO LE NUTREN, SOLO LE MITIGAN EL AMBRE. - RECORTE O DIBUJE ESOS ALIMENTOS. 	<p>3 DIAS</p>	<p>UN CUENTO SOBRE EL TEMA ILUSTRADO EN CARTONCILLO.</p>	<p>GRAFICANDO LO COMPRENDIDO SOBRE HÁBITOS ALIMENTICIOS.</p>
<p>LOGRAR LA COMPRESIÓN DE LOS CONCEPTOS: HÁBITOS. ALIMENTACIÓN.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - INVESTIGUE SOBRE LOS HÁBITOS ALIMENTICIOS ADECUADOS EN CUALQUIER FUENTE DE INFORMACIÓN. - VISITE UN CENTRO DE SALUD PLATIQUE CON EL Dr. ACERCA DE QUÉ PRODUCTOS PUEDE CONSUMIR PARA MANTENERSE EN BUEN ESTADO. - PREGUNTE QUE PUDE SUCEDER EN CASO DE NO NUTRIRSE ADECUADAMENTE. 	<p>5 DIAS</p>	<p>ELABORAR UN CUESTIONARIO PARA EL Dr. DICCIONARIO. LAS INVESTIGACIONES LIBROS Y REVISTAS</p>	<p>EXPRESA EN FORMA GRÁFICA LAS CAUSAS Y CONSECUENCIA SPOR NO PRACTICAR HÁBITOS ALIMENTICIOS ADECUADOS.</p>
<p>DESARROLLAR PRÁCTICAS QUE LLEVEN A LA FORMACIÓN DE HÁBITOS ALIMENTICIOS.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - QUE EL NIÑO PREPARE SENCILLAS RECETAS CON ALIMENTOS NUTRITIVOS. - QUE EL NIÑO ABSERVE LOS ALIMENTOS QUE LLEVAN DE REFRIGERIO. - REUNIRSE EN EQUIPO PARA COMENTAR LO OBSERVADO. - VISITE UN MERCADO Y OBSERVE QUE SE VENDE AHÍ EN LOS DIFERENTES PUESTOS. - COMENTE LO QUE SE VENDE EN CADA PUESTO. 	<p>1 SEMANA EVENTUALMENTE DURANTE EL CURSO ESCOLAR.</p>	<p>LO NECESARIO PARA REALIZAR LO ACORDE AL MENÚ.</p>	<p>A TRAVÉS DE LA PREPARACION DEL MENÚ CLASIFICANDO LOS INGREDIENTES EN LOS GRUPOS ALIMENTICIOS CORRESPONDIENTES.</p>

		TIEMPO	R. MATERIALES	EVALUACION
<p>ORIENTAR A PADRES DE FAMILIA SOBRE LA IMPORTANCIA DE PRÁCTICAR HÁBITOS ALIMENTICIOS ADECUADOS.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - INVITAR A PADRES DE FAMILIA A CONFERENCIAS SOBRE EL TEMA. - PREPARE LA CONFERENCIA AUXILIÁNDOSE DE: PERIÓDICO MURAL, LÁMINAS Y LOS MISMOS ALIMENTOS NATURALES CLASIFICÁNDOLOS EN GRUPOS DE CEREALES Y GRANOS, FRUTAS Y VERDURAS, CARNES Y CARBOHIDRÁTOS. - CLASIFICAR LOS ALIMENTOS CHATARRA DE LOS NUTRITIVOS. - MENCIONAR LAS ENFERMEDADES QUE PROVOCA EL NO LAVARSE LAS MANOS ANTES DE COMER Y DESPUES DE IR AL BAÑO, EL COMER CORRECTAMENTE, A UNA HORA DETERMINADA Y TRES VECES AL DIA ETC. 	<p>1 SEMANA</p>	<p>LÁMINAS RECORTES DIBUJOS CRAYOLAS PAPEL DE DIFERENTES COLORES ALIMENTOS NATURALES.</p>	<p>A TRAVÉS DE LA PARTICIPACIÓN DE LOS NIÑOS.</p>

<p>FOMENTAR LOS HÁBITOS ALIMENTICIOS EN NIÑOS Y PADRES DE FAMILIA.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - DRAMATIZAR EL JUEGO DEL RESTAURANTE. - INTERCAMBIE PERSONAJES. - ELABORE LETREROS, LA CARTA, DINERO, VESTIMENTA DEL COCINERO. - PREPARE DOS MENÚS CON ALIMENTOS BALANCEADOS. - INVITAR A PADRES DE FAMILIA A PARTICIPAR EN LA DRAMATIZACIÓN. 	<p>3 DIAS</p>	<p>LOS ALIMENTOS PARA LOS MENÚS.</p> <p>UTENCILIOS DE COCINA NECESARIOS</p> <p>CARTONCILLO MARCADORES CRAYOLAS ETC.</p>	<p>DIALOGARÁN SOBRE LA EXPERIENCIA AL JUGAR.</p> <p>SE RESCATARÁN LAS OPINIONES DE PADRES DE FAMILIA.</p>
<p>FOMENTAR LA PRÁCTICA SOBRE HÁBITOS ALIMENTICIOS EN LA COMUNIDAD.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - PLENEÉ Y REALICE UNA CAMPAÑA SOBRE HÁBITOS ALIMENTICIOS CON LOS NIÑOS DEL JARDÍN. - PEDIR LA PARTICIPACIÓN DE LOS DEMÁS GRUPOS. - ELABORAR PANCARTAS QUE SERVIRÁN PARA MOTIVAR A LOS PADRES DE FAMILIA PARA QUE ALIMENTEN BIEN A SUS HIJOS. - ELABORE VOLANTES. 	<p>1 SEMANA</p>	<p>CARTONCILLO DIBUJOS RECORTES DE REVISTAS Ó PERIÓDICO CRAYOLAS PINTURAS ETC.</p>	<p>A TRAVÉS DE LA PARTICIPACIÓN DE LOS NIÑOS EN LA CAMPAÑA.</p>

SURGIMIENTO DEL PROYECTO

Fue idóneo el momento en que llegó la propaganda para la campaña de vacunación, pues de aquí inicio el proyecto.

Se leyeron los volantes y les pregunte ¿por qué era necesario vacunarnos?

Jonathan contesto; que para no enfermarnos, les dije que si solo con las vacunas no nos enfermábamos y Alejandro dijo; que él a veces se enfermaba del estómago y la tos, les dije que si querían escuchar un cuento, empecé a contarle sobre un niño sucio, ellos le pusieron el nombre de Luis, que solo se alimentaba con comida de la calle y que esta comida se contaminaba con todos los microbios que arrastraba el aire (les mostré una lámina de un puesto con alimentos, sucio y con moscas, después otra lámina con comida chatarra y un niño gordo). Todo esto originaba que Luis se enfermara continuamente y que no con vacunarse ya no se enfermaba, sino que también lo que comemos y como lo comemos nos traía muchas enfermedades, después del cuento lo comentamos y les propuse que si podíamos investigar ¿qué es lo que debemos hacer para mantenemos y desarrollarnos sanos?. Del cuento iniciamos el diálogo para detectar lo que los niños saben sobre el tema de ahí se iniciaron las actividades que fueron:

ACTIVIDADES

Dialogue sobre los hábitos alimenticios.

Objetivo: Detectar lo que los niños saben sobre los hábitos alimenticios.

Desarrollo: En esta actividad después de leído el cuento surgieron cuestionamientos que indujeron a la elaboración del friso y fueron:

¿qué vamos a hacer?

¿Cómo lo vamos a hacer?

¿Dónde lo vamos a hacer?

¿Qué ocupamos?

¿Quiénes van a ayudar?

¿Cuándo lo realizaremos?

De los cuales los niños contestaron y graficaron las actividades, Francisco fue uno de los niños que mas participó dando su

punto de vista, les comente si un doctor nos podría ayudar, el cual incluyeron en el friso.

De acuerdo a la pedagogía operatoria el maestro crea situaciones que ayuden a ordenar los conocimientos que posee el niño y avanzar en el largo proceso de construcción del pensamiento. Por eso el diálogo es importante para hacer un sondeo sobre lo que sabe el niño del tema y de ahí partir. Por conocimiento anticipado los niños saben que siempre iniciamos con investigaciones sobre la problemática.

Evaluación: Los niños plasmaron gráficamente lo comprendido de los hábitos alimenticios.

Materiales: Hojas, crayolas, cartoncillo, lápices un cuento ilustrado etc.

Duración: Tres días.

Investigar sobre los hábitos alimenticios.

Objetivo: Lograr la comprensión del concepto: hábito alimenticio.

Desarrollo: El niño investigo en libros, láminas y con sus familiares el significado de hábito alimenticio. Se formó el grupo en círculo y se comentaron las investigaciones, la mayoría participó y juntos llegamos a una conclusión.

Pedro Javier llevo una lámina la cual explico sobre la alimentación y las enfermedades que provoca el no comer alimentos nutritivos.

Mencionando la psicogenética el niño a través de asimilación establece la relación de nutrición y desnutrición. Con las investigaciones se observa el comportamiento ajeno y participación e interacción con otras personas, ya que algunas investigaciones se basaron en experiencias de las personas. Se visitó el centro de salud el cual fue motivante pues la platica con el doctor enriqueció mas los conocimientos de los niños, Francisco que es muy inquieto fue el que mas pregunto sobre el tema. Al evaluar pude constatar que la mayoría del grupo comprendió el significado de hábito que definieron, como la forma de realizar o hacer las cosas bien para nuestra salud, y la alimentación es, comer lo que necesita nuestro cuerpo para crecer sanos y fuertes y no comer alimentos chatarra.

Evaluación: Decidieron la forma de graficar su concepto con diversos materiales.

Duración: cinco días.

Materiales: Diccionario, láminas y diferentes materiales para graficar.

Preparar sencillas recetas con alimentos nutritivos.

Objetivo: Desarrollar practicas que lleven a la formación de hábitos alimenticios.

Desarrollo: Con ayuda de los padres de familia se llevaron algunas recetas las cuales fueron leídas y seleccionada las mas completas para su preparación, cada día se preparó una receta diferente, los niños traían lo que les tocaba de ingrediente y por equipos se organizaron para lavar, picar las frutas o alimentos de las recetas todos participaron y al terminar la preparación se lo comieron, analizábamos lo que nos proporcionaban los alimentos que consumíamos.

Con anterioridad en forma de cuento recortaron un triángulo en donde clasificaron los alimentos, poniendo en la parte inferior los granos y cereales que son alimentos que debemos consumir en mayor cantidad, siguiendole las frutas y verduras, después carnes, huevos, leche, queso y mantequilla, y por último en la parte superior y mas pequeña del triángulo los alimentos que debemos consumir en menor cantidad como son los dulces, malteadas, chocolate, pastelillos etc.

Los niños con recortes clasificaron y ubicaron cada alimento en su lugar.

La psicogenetica nos dice que es necesaria la utilización de imágenes y acciones concretas para que sea mas sencillo el apropiarse del conocimiento. En esta actividad se manifiesta cómo el niño interactua con al objeto de conocimiento.

Evaluación: En forma gráfica representaron lo realizado y directamente observaron el tipo de refrigerio que acostumbran llevar, se comento sobre su valor nutritivo.

Esta actividad será permanente, ya que una vez en la semana la realizaremos.

Materiales: Lo necesario para preparar las recetas.

Duración: Una semana.

Invitar a padres de familia a conferencias sobre el tema.

- Objetivo:** Orientar a los padres de familia sobre la importancia de practicar hábitos alimenticios adecuados.
- Desarrollo:** El equipo formado por Andrea, Brenda, Pedro y Francisco, fueron los que se organizaron para dar el mensaje a sus papas, otro equipo pegó las láminas que se utilizaron, otros recortaron y dibujaron diferentes mensajes, otros clasificaron los alimentos de acuerdo al triángulo. Entre todo el grupo se organizo la conferencia y Alejandro fue quien quiso explicar auxiliándose de Francisco. A grandes rasgos los niños comunicaron sus nuevos aprendizajes.
- La escuela a través de la acción forma hábitos alimenticios para una salud física y mental, primeramente el individuo, que se reflejara posteriormente en la sociedad, así es como el estructural funcionalismo analiza las sociedades a partir de las posiciones y papeles de los actores.
- A través de la educación hace surgir la conciencia del individuo, haciendo sujetos creadores y no reproductores.
- Entre los conceptos de la pedagogía operatoria nos señala que los niños operan con la realidad y aquí en estas actividades esta en contacto directo con la realidad que le rodea. Y también la participación de los padres ayuda con las relaciones afectivas que son importantes en el proceso enseñanza-aprendizaje.
- Evaluación:** Graficando todo lo observado en la conferencia y comentándolo para corregir errores.
- Duración:** Una semana.
- Materiales:** Todo lo necesario para el desarrollo de la conferencia.

Dramatizar el juego del restaurante.

- Objetivo:** Fomentar los hábitos alimenticios en niños y padres de familia.
- Desarrollo:** Primeramente los niños elaboraron gorros, letreros, dinero, la carta, respetando siempre la decisión de ¿como representar las cosas?. Para la preparación de los menús elaboraron tres madres de familia, contando la carta con dos platillos, ensalada de verdura con pollo, cocktail de frutas y agua de jamaica. Maricela les propuso como acomodar las mesas y sillas, Berenice puso la caja donde cobrarían, los meseros decidieron ser Christian, Francisco y Perla, las cocineras Nancy, Suguey y Evelin, el resto del grupo fueron los comensales. Las mamás comentaron como los niños se organizaban y respetaban mejor que los adultos. Al evaluar los niños se percataron de los que les había hecho falta como fueron charolas, servilletas y adornos del restaurante. La psicogenética menciona la acomodación y es en esta actividad donde se da y se modifican aprendizajes anteriores, pues ahora ya se lavan las manos antes de comer y después de ir al baño, comen correctamente, comen alimentos nutritivos haciendo a un lado la comida chatarra. Ellos mismos señalaban o les decían a sus compañeros de otros grupos lo que llevaban de refrigerio y que no les servía para crecer sanos y fuertes.
- Evaluación:** Se realizó en forma de diálogo para comentar las experiencias compartidas.
- Duración:** Tres días.
- Materiales:** Lo requerido para la dramatización.

Realizar una campaña sobre hábitos alimenticios.

Objetivo: Fomentar la práctica sobre hábitos alimenticios en la comunidad.

Desarrollo: Por equipos se organizaron, coordinando el trabajo cada jefe de equipo, se hicieron pancartas con dibujos, utilizando diferentes técnicas, también volantes con mensajes alusivos a los hábitos alimenticios. Con la participación de los demás grupos organizamos un desfile en la comunidad, donde se repartieron los volantes y se pegaron las pancartas en la Iglesia, tortillería, lechería y escuelas de la comunidad.

Para realizar todas las actividades planeadas, de acuerdo a la teoría psicogenética, se colocó al niño en un plano central acorde a sus posibilidades de realizar el trabajo y construir su conocimiento.

El estructural funcionalista considera que tanto familia y escuela integran al niño a la sociedad, por eso la importancia de crear y practicar hábitos alimenticios adecuados.

Si el trabajo está centrado en el niño es importante retomar la pedagogía operatoria, pues con las actividades realizadas el aprendizaje partió del interior del niño, fueron acciones interiorizadas, con resultados en el comportamiento del mismo. Es por eso importante que partamos de la necesidad e interés de los niños para que el niño piense, construya sus conocimientos y tenga capacidad de reflexión y crítica.

Duración: Una semana.

Materiales: Pancartas, volantes etc.

INFORME CON FOTOGRAFÍAS

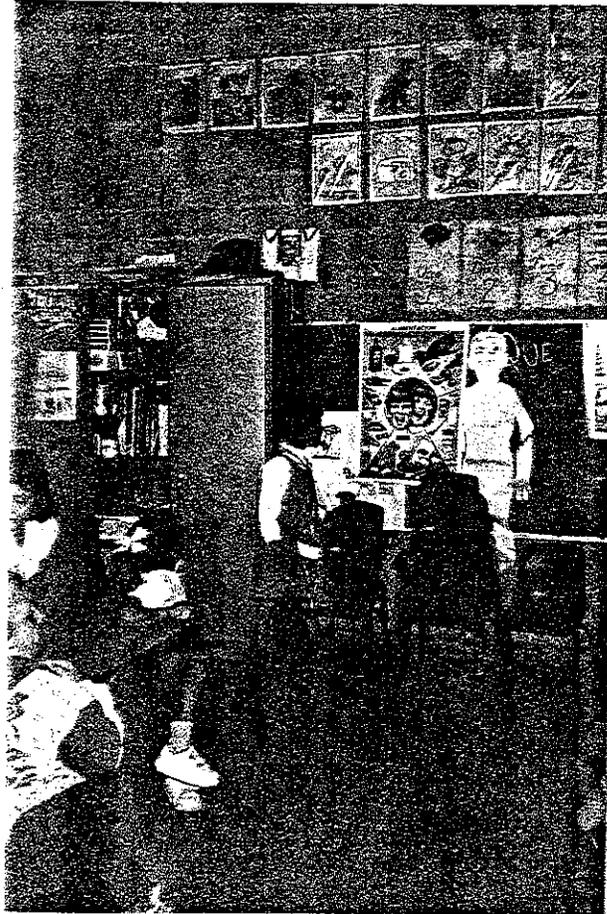
Si el objetivo de la educación es promover el desarrollo armónico del individuo es indispensable que el educador guíe, oriente el aprendizaje y el educando con la ayuda del primero critique, reflexione y construya sus propios aprendizajes que son tomados de las experiencias que le brinda su medio ambiente, de esta manera el alumno tiene la posibilidad de participar de una forma activa en su propio aprendizaje. Con esto el conocimiento no se da por terminado sino que se considera como un proceso dinámico de interacciones: educadora-alumno- padres de familia.

Para poder llevar a cabo el proceso enseñanza -aprendizaje con los alumnos, primeramente los motivo con una conversación que parte después de haber observado intereses comunes, experiencias individuales y poco a poco a inducir la problemática a tratar, aquí surge el proyecto y se elige, posteriormente se realizan investigaciones donde se recaba toda la información sobre esa inquietud o problema, después procedemos a plasmar las actividades que nos ayudaran a darle solución al problema o sea la planeación general del proyecto, para que en una segunda etapa (realización del proyecto) se lleven a cabo todas esas actividades y juegos planeados (aquí el niño discute, compara, explora, trabaja en equipos y el docente observa, sugiere, prevé acciones considerando los bloques de juegos y actividades, promueve la reflexión,) etc.

Por último en la tercera etapa se realiza una autoevaluación grupal, se culmina con dramatizaciones o ponencias según lo planeado para rescatar las dificultades y logros sobre dicha problemática.

Andrea invita a sus compañeros a reflexionar sobre la practica de hábitos alimenticios.

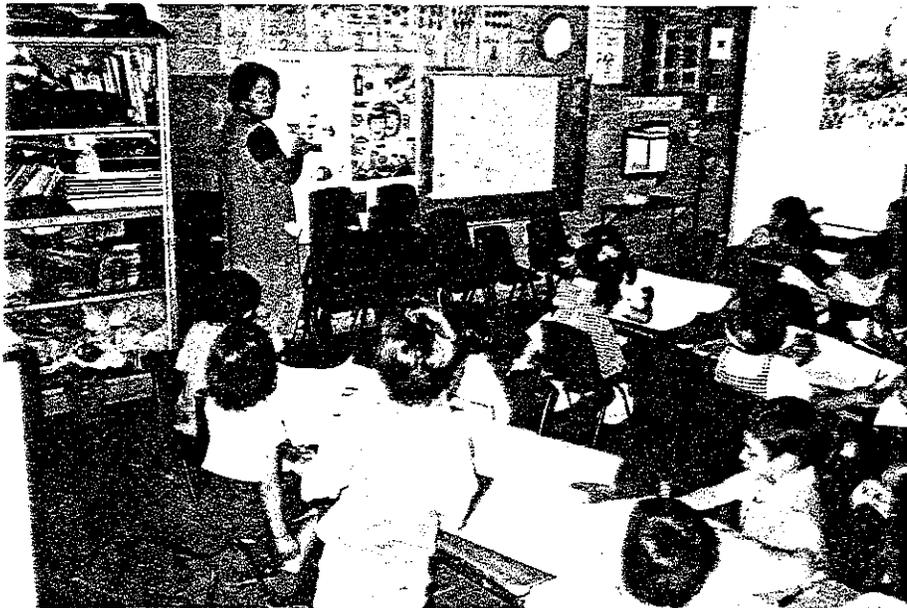
Llevando una lámina, explicada con anterioridad por sus papas Andrea expone sobre los alimentos que debemos consumir, los que nos proporcionan grasas, carbohidratos, vitaminas, minerales y proteínas. Con esto me base para comentar sobre los alimentos que nos aportan calor y energía.



La educadora invitándolos a reflexionar sobre la importancia de practicar hábitos alimenticios adecuados. Los niños cuestionaron, opinaron y dieron su punto de vista llegando a la conclusión de la importancia de practicar estos hábitos.

El aprendizaje es dinámico de interacción entre educadora-alumno padres de familia por ello se invito a los niños a participar reflexionando y opinando y elaborando su propio conocimiento. Manejando así el lenguaje oral con el propósito de que comunique sus ideas, sentimientos y conocimientos.

A través de dibujos los niños elaboraron su concepto de hábitos alimenticios, no hubo problema ya que se desglosaron con sinónimos las palabras no comprendidas.



Los niños reflexionan sobre la importancia de mantener una buena alimentación.

Mi rol fue de guía, donde ayude a los niños a coordinar la asamblea en donde empezamos a concientizar a niños de otros grupos sobre la importancia de llevar una alimentación adecuada.

Se visitaron a todos los grupos del jardín para darles la orientación sobre las consecuencias de no consumir alimentos nutritivos, en estas asambleas no hubo coordinación del que dirigía lo cual se presto a desorden a la hora de explicar.



El lavado de las manos antes de comer y después de ir al baño; lavar la fruta y verdura con ayuda del jabón y observar los refrigerios fueron algunas de las practicas realizadas en el Jardín de Niños.

Esta actividad es permanente, en un principio los niños solo metían las manos a la pila del agua, sin utilizar jabón, cosa que en pocos días se soluciuonó ya que por equipos salían a lavarse las manos antes de comer y por si solos observaron que se realizará adecuadamente.



En la preparación de los menús se tuvo el cuidado de lavar muy bien los alimentos y utensilios.

Con estas actividades se cubre de alguna forma con el bloque de juegos y actividades con relación a la naturaleza, con el propósito de que el adquiera hábitos relacionados con la salud y seguridad personal.

Se reflexionó sobre el recorrido que hacen los alimentos para llegar a nuestro hogar y los millones de microbios que sin lavarlos los consumimos, trayendo como consecuencia las diarreas, parásitos, y otros.



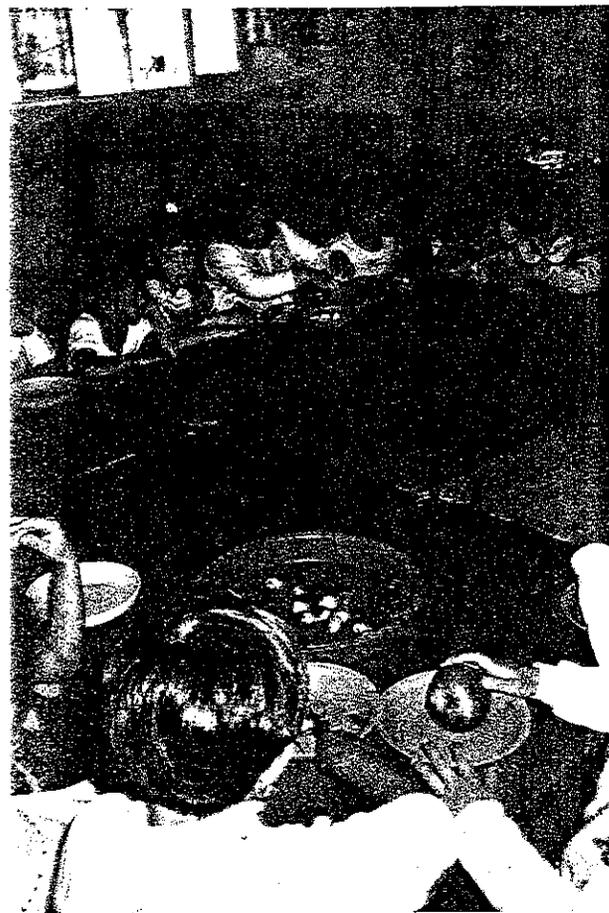
Mi inquietud fue propiciar un ambiente favorable dentro y fuera del aula para poder desarrollar las actividades planeadas, estableciendo una comunicación adecuada y llevando a los niños a la preparación de menús balanceados, donde la practica enriqueció mas sus conocimientos sobre las propiedades de los alimentos utilizados.

Para realizar esta actividad se pidieron varias recetas sencillas y nutritivas, de las cuales se leyeron y se eligió una la cual se preparó, el problema surgido fue que muy pocos papas participaron ayudando a los niños con las recetas.



Los niños preparan con entusiasmo la receta del día.

Se invitaron a niños de otros grupos a observar la preparación, un niño les mencionaba los minerales y vitaminas que nos proporcionan las frutas y la forma en que iban preparando la receta elegida, este día prepararon cocktail de frutas y "bionicos".



Los niños comiendo el menú preparado, tomando en cuenta el estar bien sentados, masticar despacio y no hablar cuando tenemos comida en la boca.

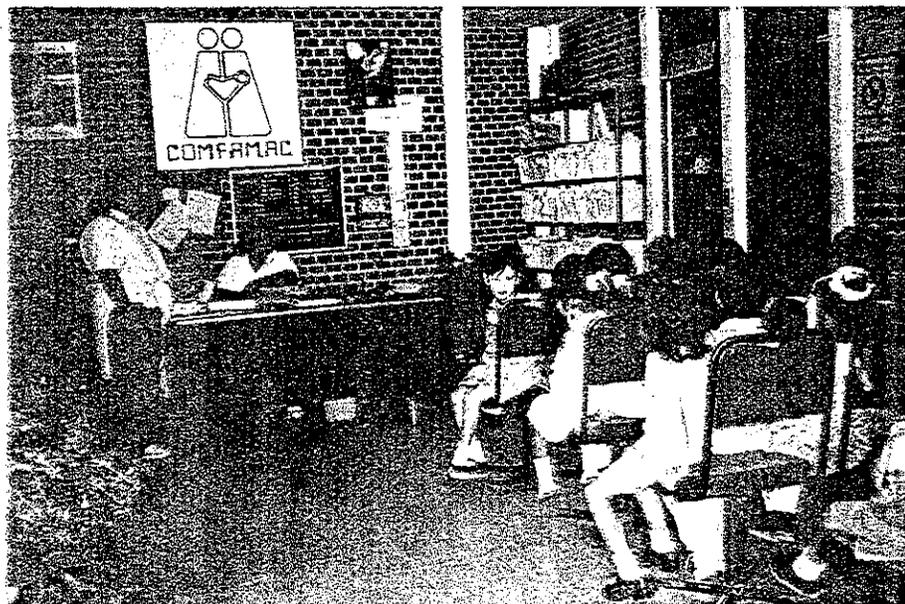
Aquí el niño practica hábitos alimenticios y reflexiona sobre la importancia que tienen los alimentos para nuestro organismo, puede observar como algunos niños empezaron a comer con la mano, chupándose los dedos para no utilizar la servilleta, otros masticando y hablando, se les mostró un lámina del aparato digestivo mencionando la importancia de masticar bien para no atragantarse.



Visita al centro de salud.

Las enfermeras con disposición platicaron con los niños sobre el tema. Fue de mucho beneficio ya que después se hizo extensivo al visitar el Jardín.

Primeramente los niños elaboraron una carta donde pedían autorización al doctor y directora para visitar la clínica, previamente visite al doctor para comentar sobre lo que pretendía en esa visita y era que él les comentará más sobre las consecuencias por no practicar hábitos alimenticios. todo se realizó con resultados satisfactorios ya que el personal estuvo con disposición.



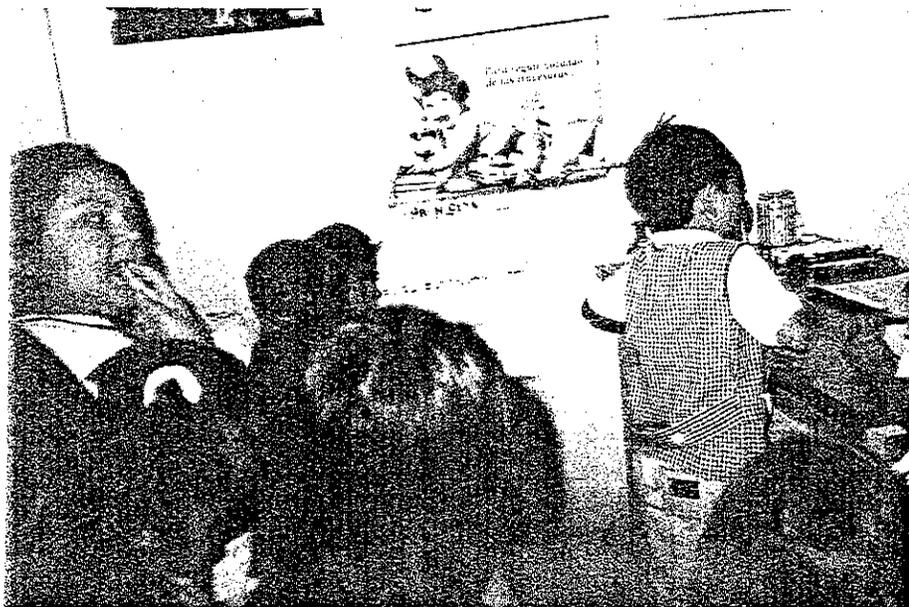
El doctor conversando y respetando el punto de vista de los alumnos y de una manera adecuada les hizo llegar la importancia de mantener nuestro cuerpo sano alimentándonos adecuadamente y sobre todo las enfermedades que nos provoca el no practicar hábitos alimenticios adecuados.

Los niños conversaron sobre lo que hasta el momento sabían y el Doctor con mucha paciencia disipó sus dudas, les mostró algunos folletos con niños desnutridos y las enfermedades que nos ocasiona como desnutrición, caries, obesidad. De aquí salieron más motivados y al llegar al Jardín lo comentaban con la directora y compañeros de otros grupos.



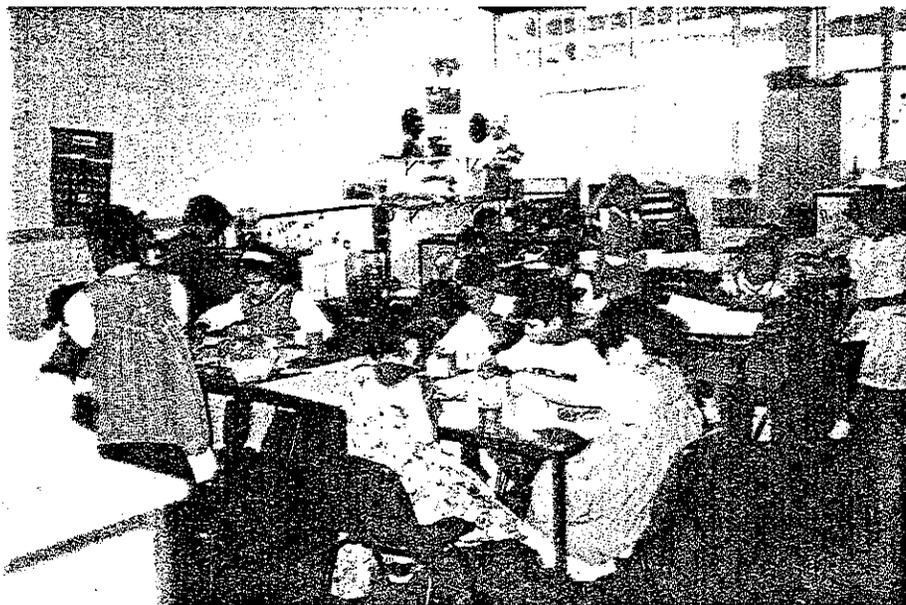
Francisco cuestionando al doctor sobre lo que nos puede pasar sino comemos alimentos nutritivos.

Antes de realizar la visita elaboramos un cuestionario con preguntas que causaban inquietud o duda en los niños, se organizó el grupo y diferentes niños hicieron los cuestionamientos, se respondió a todas ellas y de alguna manera al llegar al Jardín, a través de la expresión gráfica elaboraron sus respuestas y sobre todo lo que mas llamó su atención en la entrevista.



Vivencias que comprueban el trabajo de los niños en la elaboración de mensajes que se utilizaran en la campaña sobre las prácticas de hábitos alimenticios adecuados.

En forma coordinada se formaron equipos en donde cada uno tuvo su comisión, ya que algunos prepararon carteles, otros volantes y de esta forma ellos emittian a través de estos medios su aprendizaje sobre la practica de hábitos alimenticios adecuados.



Participación de padres de familia sobre la importancia de darles a sus hijos alimentos balanceados.

En la conferencia preparada por el grupo, asistieron Padres de familia y niños de otros grupos.

Estuvieron atentos y sobre todo satisfechos ya que aquí pude dar a conocer de alguna forma la importancia que tiene la educación preescolar algunos niños hicieron preguntas las cuales fueron contestadas por el mismo exponente.



Alejandro dando su punto de vista a los padres de familia sobre sus nuevos conocimientos.

Con el mismo periódico mural y basándonos en un cuento sobre los grupos de alimentos se dio a conocer el tema.

Auxiliado por la educadora y directivo el niño da una pequeña conferencia donde los resultados fueron satisfactorios tanto para los papas como para el personal docente y niños.



Los niños platicando con educadora y alumnos de otros grupos, haciendo extensiva la comunicación de traer refrigerios adecuados y no comida chatarra.

Con lo investigado con sus familiares y los comentarios realizados en el grupo los niños pudieron comentar y demostrar que los alimentos chatarra no sirve de nada a nuestro organismo ya que es mejor consumir granos, frutas y verduras frescas y no cosas enlatadas ya que contienen quimicos que perjudican al organismo.



Las actividades de educación musical fueron de gran ayuda, ya que a través de la música los niños inventaron, cantaron, jugaron con los hábitos alimenticios, estas actividades ayudaron mas al desarrollo psicomotor, al lenguaje, naturaleza, matemáticas, en si un conocimiento globalizando todos los bloques de juegos y actividades del programa de educación preescolar.

Al realizar ejercicios nuestro organismo se mantendrá mejor, mas sano. La música o el aprender utilizando juegos es la parte esencial, ya que el preescolar se encuentra en la etapa lúdica y es a través del juego como las actividades se deben desarrollar en el Jardín de niños.



Con las actividades realizadas respetando y atendiendo los diferentes intereses del niño, buscando educadora y padres de familia establecer continuidad entre el hogar-escuela, se favoreció así el proceso enseñanza-aprendizaje.

Los resultados fueron positivos con esta interacción hogar-escuela, informando en la reunión del mes de febrero los alcances y la labor que realiza el Jardín de Niños en pro de los educados y de la misma comunidad.

CONCLUSIONES

El conocer como aprende el niño es de gran importancia ya que como docentes debemos de dominarlos, pues de aquí nos apoyaremos para dirigir el proceso enseñanza-aprendizaje con mejores resultados.

Los objetivos planteados fueron logrados con éxito, pues las orientaciones a los padres de familia y niños ayudo a comprender la importancia de la práctica de hábitos alimenticios adecuados para una mejor supervivencia. Al igual que el poner al niño en contacto directo con los alimentos adecuados e inadecuados que debe consumir y las consecuencias de cada uno de ellos provoca, ayudo a reflexionar sobre la importancia de alimentarnos en una forma balanceada.

Con las anteriores actividades se llevo a los niños a reflexiones que ayudaron a fomentar las practicas sobre los hábitos alimenticios adecuados y también a la formación e interiorización para la transmisión a su hogar y realización de estos hábitos.

Considero de gran importancia la vinculación de la teoría con la practica ya que de esta unión surge la praxis. Dependerá la comprensión o reflexión que el docente haga sobre los procesos por los cuales el educando pasa.

La oportunidad de preparación que se nos presenta es relevante ya que de ella rescatamos las innovaciones o mejor dicho el deber ser, pues de otra manera no saldríamos de las practicas rutinarias y tradicionalistas aun existentes.

Lo trascendental aquí es que las cosas tengan su continuidad, de otra manera no se manifestaran los cambios que se pretenden lograr. Al igual que nos conlleva a proponer nuevas formas de trabajo y no actuar solamente por lo que nos marcan los programas, sino renovar o incluir nuevas estrategias didácticas.

El mexicano y más las clases de bajos recursos económicos por diversas circunstancias digase sociales, políticas, económicas y culturales, tenemos una alimentación desbalanceada, pues nuestra pobre cultura nos enajena y por falta de hábitos alimenticios, ingerimos alimentos poco nutritivos, es por eso que como docentes propiciemos cambios dentro de cada institución, implementando programas de hábitos alimenticios y de nutrición.

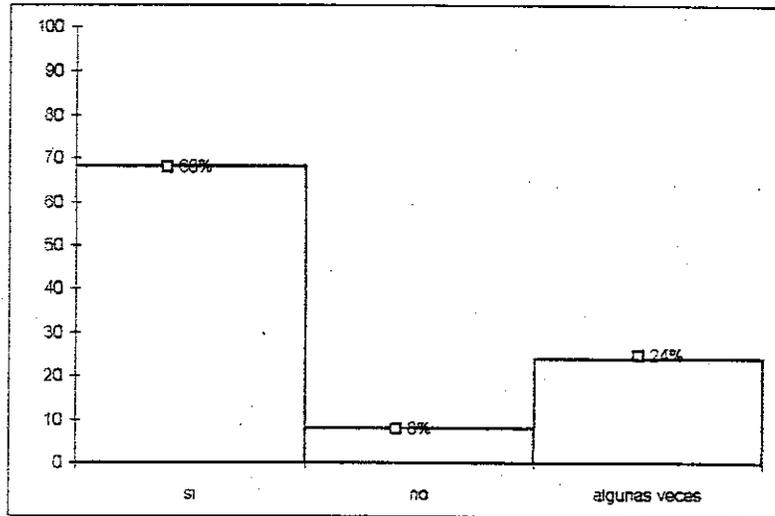
El método de proyectos que se lleva en el nivel preescolar da resultados positivos, siempre y cuando se considere o se lleve a cabo como es, ya que este método o mejor dicho las educadoras lo hemos considerado malo por permitir el libertinaje incontrolado, donde la educadora solo observa o simplemente deja que el niño haga lo que se le antoje sin encaminar su aprendizaje con un propósito educativo.

BIBLIOGRAFÍAS

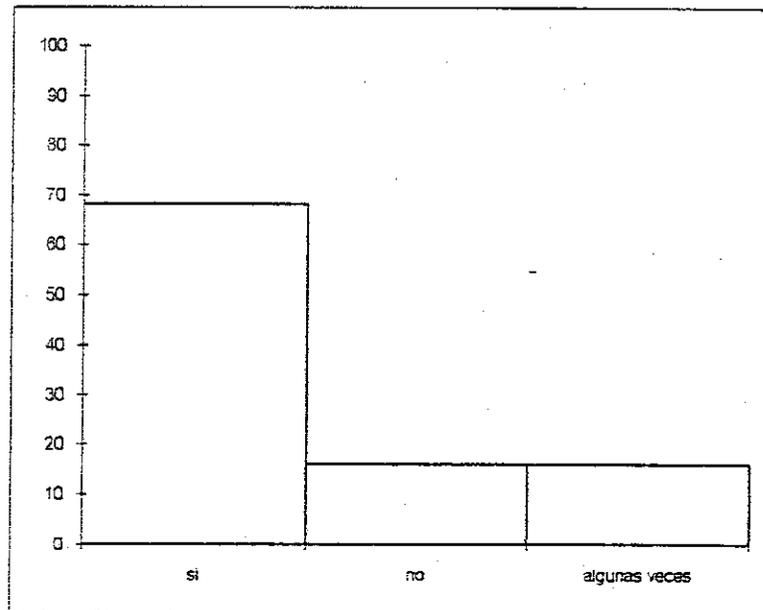
- Dr. Craviet M.D.M.P.H.
R. de Licarde Elsa M. SC.
Rosales Lidia.
Desnutrición, ambiente social y desarrollo mental del niño.
- Contenidos de Aprendizaje.
UPN/SE
- De Ibarrola María. Antología de las Dimensiones sociales de la educación. E. p. Edit. EL CABALLITO, Edic. 1985. México.
- Diccionario de las Ciencias de la Educación.
Volumen 1. Santillana.
- Dr. Hamerly Marcelo. Enciclopedia Médica Moderna. Ediciones Interamericanas.
- Helen Bee. Ewl Desarrollo del Niño. Edit. Harla.
- Dr. Pérez Ortiz Bartolomé. Tratamiento del Niño Desnutrido.
Desnutrición Infantil.
- S. E . P . Programa de Educación Preescolar 1992.
- S . E . P . Bloques de Juegos y Actividades.
- U . P . N . Antología de la Sociedad y el Trabajo en la Práctica Docente.
S . E . P .
- U . P . N . Antología. Teorías de Aprendizaje. S.E.P. 1987.

ANEXOS

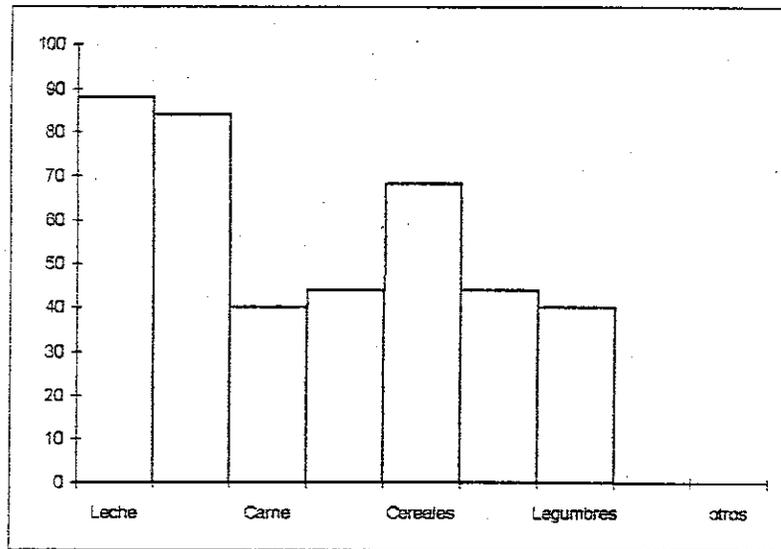
1.- Acostumbra a tener un horario para darle los alimentos a su hijo?



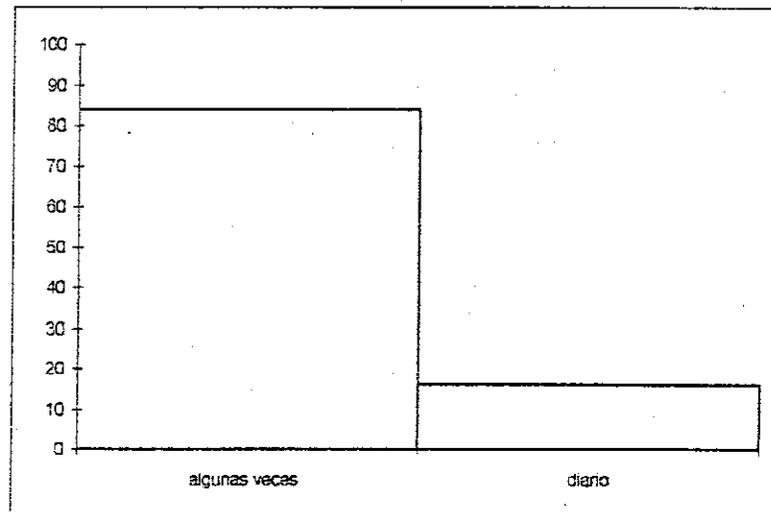
2.- come su hijo antes de irse a la escuela?



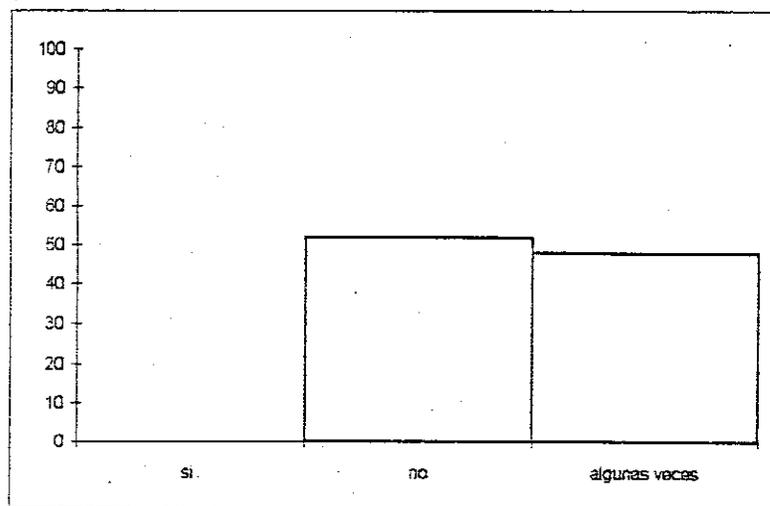
4.- Acostumbra su hijo a desayunar algunos de estos alimentos?



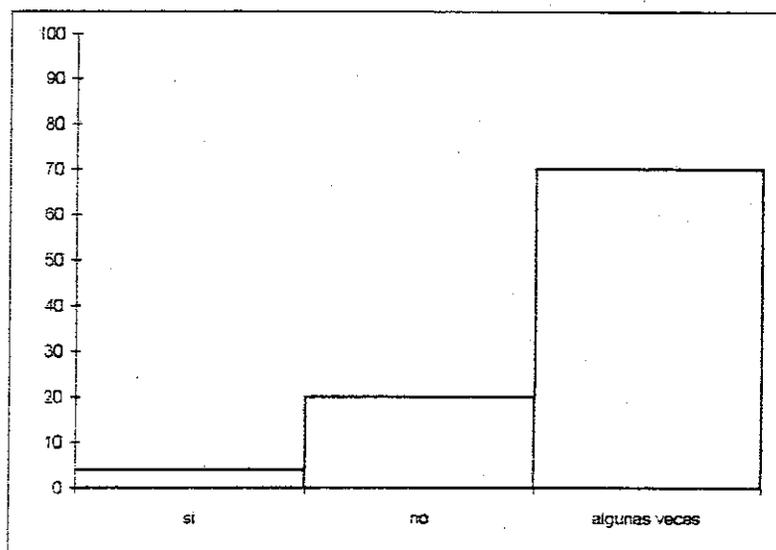
5.- Con que frecuencia acostumbra su hijo a comer comida chatarra como: lonches, tacos, sabritas, gansitos, dulces, refrescos, pan, etc.



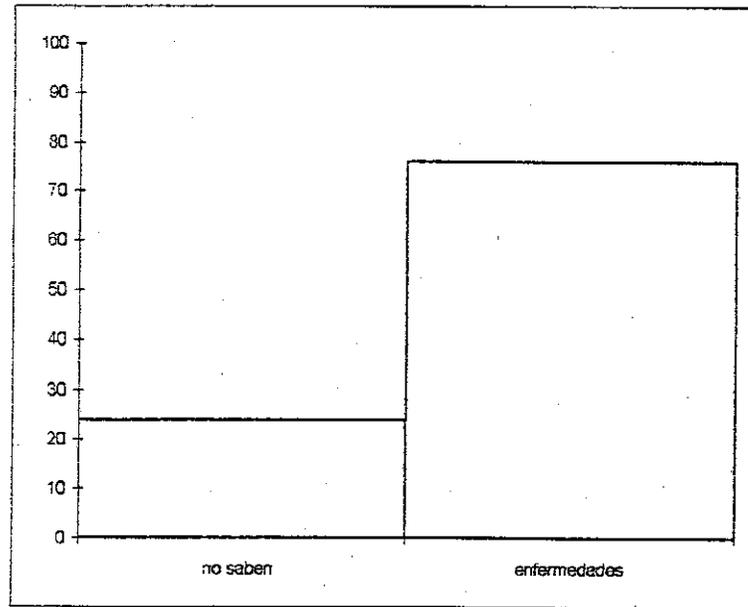
3.- Acostumbra su hijo a comer en la calle?



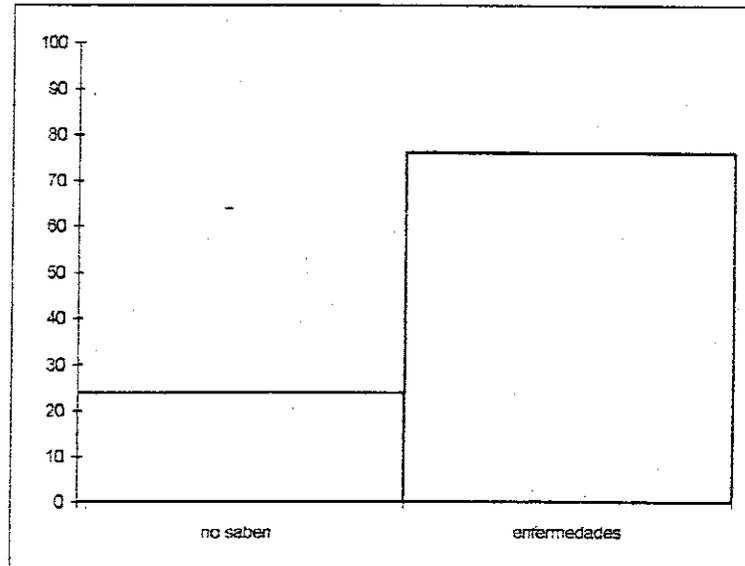
6.- Acostumbra darle de comer productos que anuncian en la t.v.



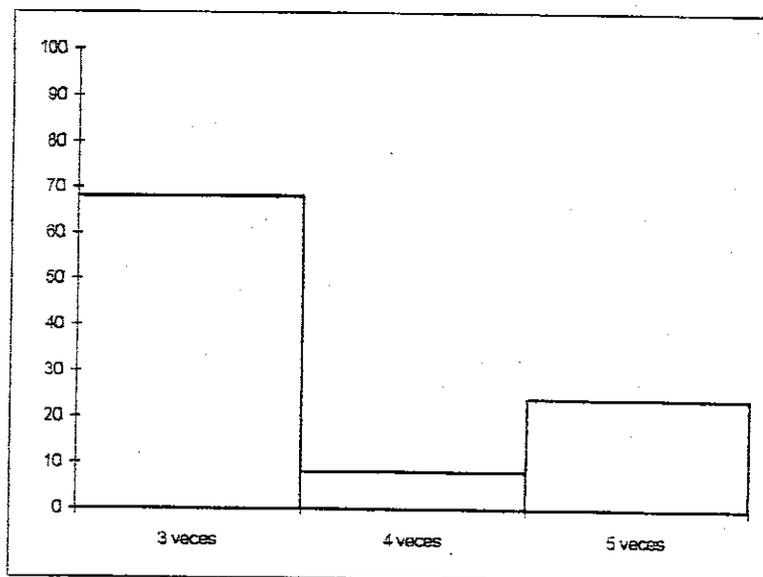
7.- Que ocasiona comer poco?



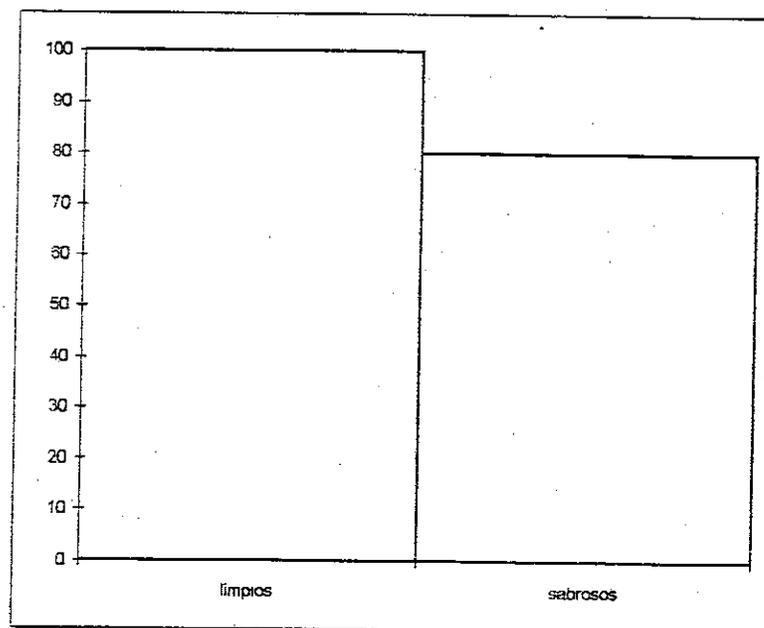
8.- Que sucede si comemos en exceso?



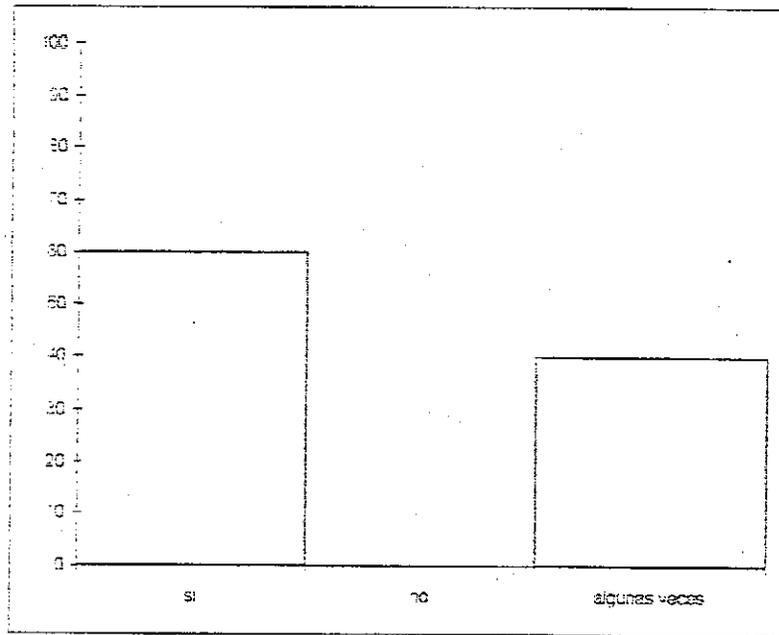
9.- Cuantas veces debemos comer al día?



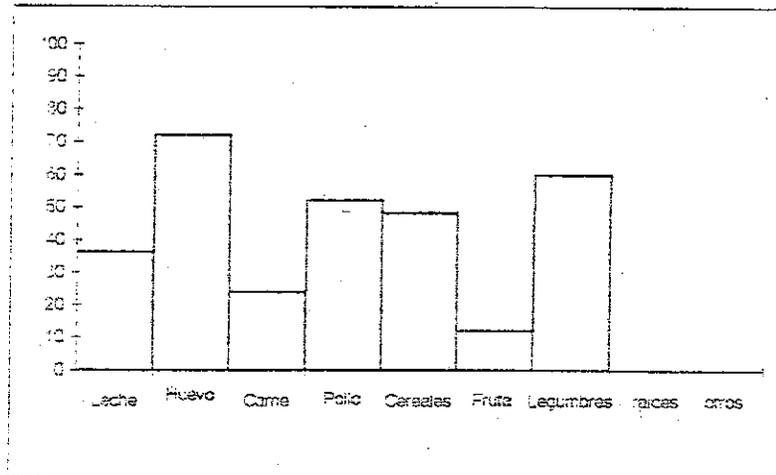
10.- Como deben ser los alimentos que consumimos?



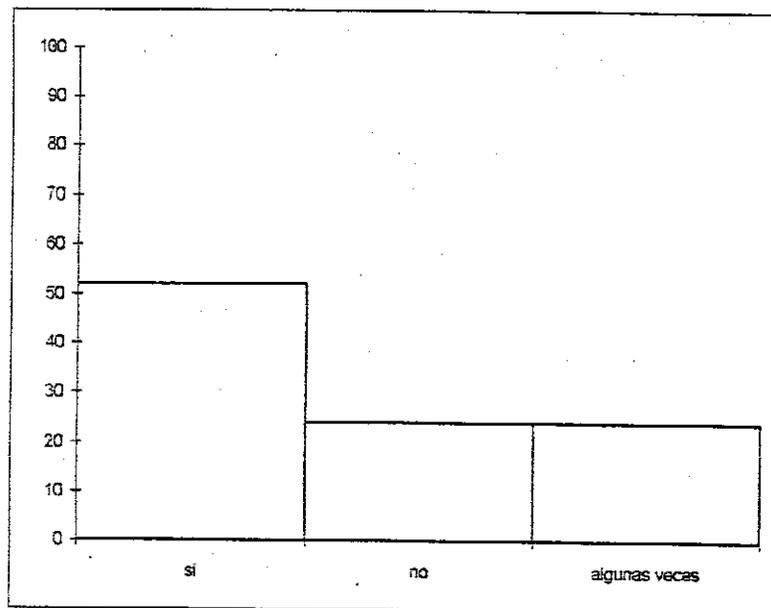
1.- Acostumbras a comer antes de venir a la escuela?



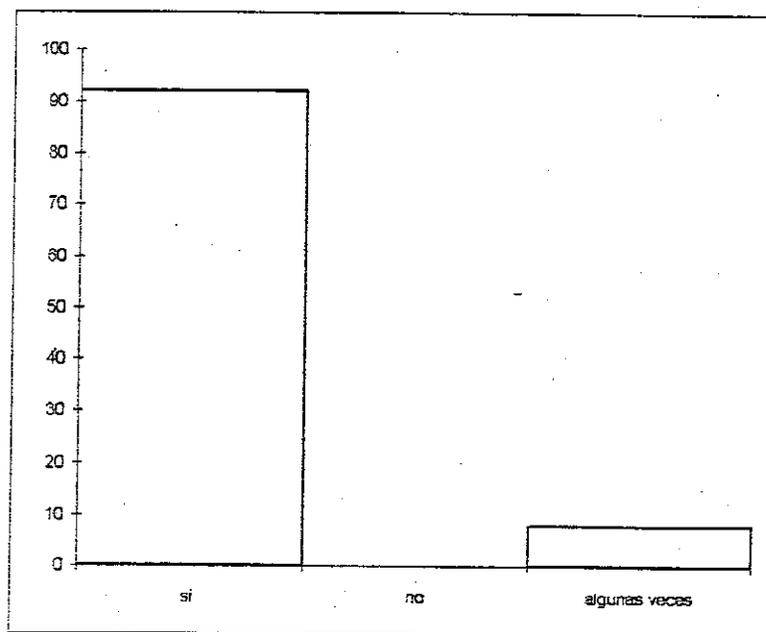
2.- Que es lo que comes mas seguido?



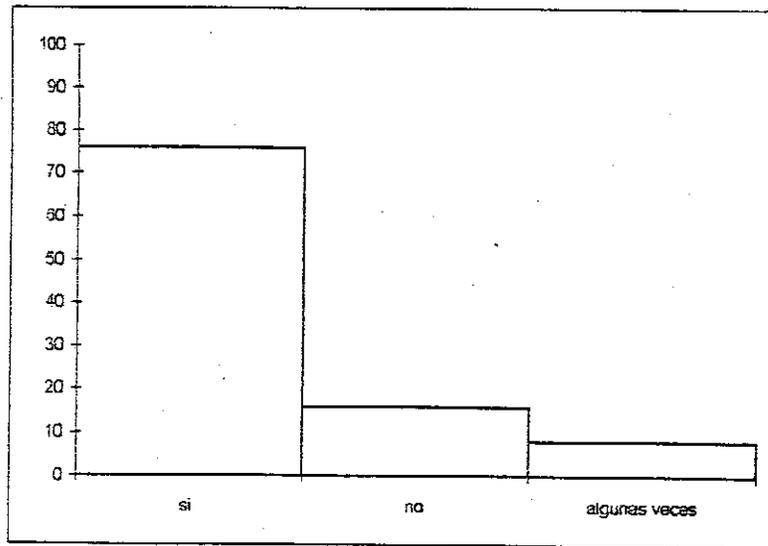
3.- te gusta comer en la calle?



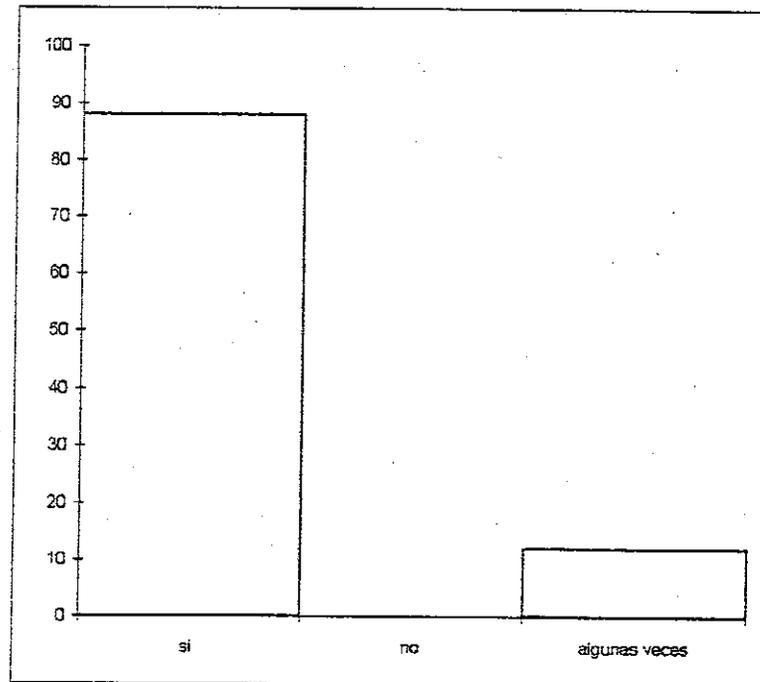
4.- Acostumbras a desayunar?



5.- Te gusta consumir los productos que anuncian en la T.V?



6.- Te gustan las verduras?



7.- Durante las comidas que tomas con los alimentos?

