



SEP
SECRETARÍA DE
EDUCACIÓN PÚBLICA



SECRETARIA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD UPN 096 CDMX- NORTE

“La promoción y el cuidado de la salud en el niño preescolar de 3 a 4 años del
jardín de niños Melymar”

PROYECTO DE INTERVENCIÓN PEDAGÓGICA

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
LICENCIADO EN EDUCACIÓN PREESCOLAR PLAN 2008

PRESENTA:
MARIA FERNANDA ROJAS MONDRAGÓN

ASESOR (A)
DRA. OLGA ROCIO DÍAZ CANCINO

ÍNDICE

ÍNDICE	2
Introducción	5
Capítulo 1 Contexto Nacional e internacional.....	16
1. Marco contextual	16
1.1 Políticas Educativas internacionales.....	16
1.2 Políticas educativas Nacionales	19
1.2.1 Historia del preescolar en México	19
1.2.2 Reformas educativas en México	22
1.2.3 Programas educativos en México en el siglo XXI	23
1.2.4 Programa de Educación Preescolar 2004	23
1.2.5 Programa de Estudio Preescolar 2011	26
1.2.6 Nuevo Modelo Educativo.....	30
1.2.7 Aprendizajes Clave:.....	31
1.2.7 Nueva Escuela Mexicana	35
1.2.8 Programa con el cual se trabajará este proyecto	39
1.3 Contexto particular	40
1.3.1 Distribución del kínder Melymar	41
1.3.2 Organización laboral en el personal docente	41
1.3.3 Perfiles de los padres de familia	42
Capítulo 2 Marco teórico del cuidado de la salud y la actividad física	44
2. Marco teórico	44
2.1 Desarrollo del niño preescolar	44
2.1.1 Desarrollo físico	44
2.1.3 Desarrollo motriz.....	45
2.1.4 Desarrollo cognoscitivo	46
2.1.5 Desarrollo del lenguaje	46
2.1.6 Vocabulario	47
2.1.7 Gramática y sintaxis.....	47
2.1.8 Desarrollo psicosocial	48

2.2 Aprendizaje	48
2.2.1 Teorías del aprendizaje	49
2.2.2 Aprendizaje significativo	49
2.2.3 Ventajas del aprendizaje significativo	50
2.2.4 Tipos de aprendizajes significativos	50
2.2.5 Evaluación del aprendizaje	51
2.2.6 La importancia de la salud en el aprendizaje del niño preescolar	52
2.2.7 Participación de los niños en el aprendizaje	52
2.3 Definición de algunos autores con respecto a la promoción y cuidado de la salud y educación física	53
2.4 La alimentación	54
2.4.1 Alimentación correcta	55
2.4.2 Nutrición	57
2.4.3 Requerimientos nutrimentales	57
2.4.4 Energía	57
Prieto (2010) nos dice que	57
El requerimiento energético de un niño varía en función de la edad, tamaño, peso, velocidad de crecimiento y actividad física (Intensidad y duración). La energía se obtiene a partir de los hidratos de carbono, proteínas y lípidos. En una dieta balanceada y equilibrada.	57
Conforme el niño va creciendo necesitará alimentos que le proporcionen la energía que requiere su cuerpo.	57
2.4.5 Hidratos de carbono	58
2.4.6 Proteínas	58
2.4.7Lípidos o grasas	58
Los lípidos ayudan al desarrollo del sistema nervioso y del sistema inmunológico, los encontramos en alimentos que tienen omega 3 como mariscos, pescado y aceites.....	58
2.4.8 Micro nutrimentos	59
2.5 Actividad física	59
2.5.1 El docente como promotor del cuidado de la salud y educación física	60
2.6 Orientación de las estrategias de trabajo	61
2.7 Objetivos de las estrategias de trabajo	61

Capítulo 3 Diseño metodológico	63
3.1 Método	63
3.1.1 Método científico	63
3.2 Metodología	63
3.2.1 Estrategias metodológicas	63
3.2.2 Estrategia metodológica cualitativa	64
3.2.3 Técnicas de investigación	64
3.2.4 La Investigación Acción	64
3.3 Instrumentos de investigación	65
3.5 Objetivo general	65
3.6 Objetivos específicos	65
3.7 Propuesta de transformación/ intervención	66
Planeación	66
Implementación	66
Instrumentos de Evaluación	66
4 Actividades	68
5. Resultados sobre actividades	109
Rubricas	109
5.1 Resultados planeación 1	112
5.2 Resultados de planeación número dos	113
5.3 Resultados de la planeación número tres	114
5.4 Resultados de la planeación número cuatro	115
5.5 Resultados de la planeación número cinco	116
Conclusiones	118
Bibliografía	120
Anexos	124

Introducción

El presente trabajo de intervención se habla sobre la importancia de crear conciencia en los alumnos para tener hábitos sobre el cuidado de la salud, alimentación y actividad física durante el periodo de preescolar.

Cuando hablamos de hábitos nos referimos a las practicas diarias que les debemos de inculcar a los niños para que ellos las desarrollen a lo largo de su vida sin ningún problema, en esta ocasión nuestro propósito es que tengan el conocimiento sobre los temas antes mencionados, por medio de actividades lúdicas para el aprendizaje significativo.

La mayoría de las personas piensa que por ser niños de preescolar no es necesario abordar estos temas con ellos, pero si lo hacemos desde pequeños los niños crecerán con una mentalidad diferente, les agradará más la comida sana que la comida chatarra, se les hará divertido y fácil realizar alguna actividad física y no causará pereza al llevarla a cabo.

Durante la edad de preescolar es cuando el cerebro se desarrolla en su totalidad, por esto es importante que los niños tengan una alimentación balanceada, que tenga todos los grupos de alimentos para poder obtener los nutrientes necesarios y así estar en condiciones aptas para realizar las actividades cotidianas.

Es por eso por lo que es muy importante trabajar estos temas con los niños de primero de preescolar del kínder Melymar.

Mi nombre es María Fernanda Rojas Mondragón, tengo 25 años y cuento con cinco años de experiencia en la docencia.

Durante mi poca experiencia adopté una estructura de trabajo en donde realizamos alguna actividad y la finalizábamos con un juego para ver el aprendizaje de los alumnos y me sentía cómoda al observar como la llevaban a cabo, pero esto no duró por mucho tiempo pues en marzo del 2020 por la pandemia las clases se cambiaron de manera virtual, es el reto más grande que he tenido durante mi experiencia, no es lo mismo explicar en presencial que explicar en virtual. Mis alumnos eran pequeños, sus padres seguían trabajando por lo cual no los podían

conectar a clases en el horario escolar, entonces se optó por grabar videos y mandárselos para que los niños los pudieran ver cuando sus papás estuvieran con ellos y así poder realizar las actividades que teníamos pendientes, al principio me tardaba mucho al realizar los videos pues me daba mucha pena, no tenía el material necesario para realizar una clase didáctica, me sentía muy rara al solo hablarle a un teléfono y no poder ver las caras de mis alumnos, me preocupaba el no saber si me habían entendido.

El siguiente ciclo escolar seria de manera virtual, por lo que me apure y realice material para poder hacer mis clases más didácticas, y que los niños se sintieran cómodos en las clases y pudieran adquirir conocimientos. Ya casi para finalizar el ciclo escolar los alumnos se veían cansados, así que cambie la dinámica para que en las clases implementara más juegos y experimentos, lo cual me funciono mucho y aprendíamos de una manera más divertida.

Me siento bien con mi práctica docente, pero eso no quiere decir que no trabajare para mejorarla, en las actividades que implemento quiero poner más atención en la actividad física, salud y nutrición de los alumnos.

En el jardín de niños Melymar, durante mi experiencia se ha observado que, durante los últimos años casi no se dan clases de educación física ni clases de promoción de la salud, debido a que no hay profesor encargado de dicha actividad, y los docentes del jardín de niños no tienen la capacitación necesaria para poder implementarlas, solo cuentan con un programa colateral llamado “salud” pero solo se hace una actividad cada dos meses, entonces no tiene el enfoque que se necesita para que los niños tengan un aprendizaje significativo sobre la promoción y el cuidado de la salud. Otro de los factores que observe es que en el centro de trabajo al que pertenezco cuenta con servicio de guardería y comedor, pero los alimentos que se les da a los alumnos no son los adecuados, ya que muchas veces hacen de prisa las comidas y no tienen un menú establecido y la cantidad no es la adecuada.

Tampoco existe algún taller o programa para padres de familia en donde se informe sobre la correcta alimentación que debe de tener los niños a la edad de preescolar, o actividades que se pueden realizar en casa para estimular la actividad física.

El objetivo que el niño preescolar tenga una buena alimentación es para asegurar un crecimiento y un desarrollo adecuado, tomando en cuenta también su actividad física. Debemos promover hábitos alimenticios saludables para poder prevenir algunas enfermedades a corto o largo plazo.

Es muy importante que el niño tenga una dieta equilibrada, evitar comida chatarra, ya que una mala nutrición derivará un pobre crecimiento en él.

El papel de los padres y educadores es primordial, ya que estos influyen totalmente en los buenos o malos hábitos alimenticios y deportivos.

Aunque sabemos que hay suficiente bibliografía sobre la alimentación del lactante y el adolescente, es muy cierto que en la etapa preescolar y escolar es muy poco el interés que se le da a este tema.

Hay ciertos alimentos que no son recomendados, ni apropiados para el preescolar, muchas veces se les alimenta al igual que los adultos, la única diferencia es que se les disminuye la ración.

Una mala alimentación puede repercutir en el rendimiento escolar de los niños, ya que no tendrán suficiente energía para realizar las actividades que se les indica, su cerebro no trabaja a su capacidad óptima por lo cual es muy importante el tipo de alimentación y lunch que los niños lleven a la escuela.

Por otro lado, el deporte o actividad física en los niños les ayuda a tener más conciencia y cuidado de su propio cuerpo, además de fomentar su autoestima, si la actividad física se realiza en un entorno social saludable, le ayudará también a socializar con mayor facilidad.

En la etapa preescolar la actividad física juega un papel fundamental ya que es el momento crucial en el desarrollo físico de una persona.

Al regresar a las clases presenciales por medio de los certificados médicos y la observación me di cuenta que la salud de los niños estaba mal, ya que no tuvieron un cuidado adecuado, abarcando la alimentación y la actividad física; pues debido a la pandemia mundial del 2020, los alumnos tenían que tomar clases por línea, esto implicó a que no se realizara actividad física en casa como se hacía en la escuela; muchos padres de familia seguían trabajando desde su casa por lo cual no tenían el tiempo necesario para hacer alimentos basados en una dieta equilibrada para los preescolares, algunos acudían a la comida rápida para alimentar a sus hijos, lo cual provocó que los niños no tengan hábitos de consumir alimentos que les ayuden a su desarrollo. A la hora del lunch los niños buscan los productos procesados que contienen mucha azúcar, como las galletas, leches de sabores, jugos, embutidos y postres, dejan a un lado la comida natural y saludable como las verduras, frutas y agua natural. Al tomar en cuenta lo anterior podemos percibir que al regresar a clases presenciales a los alumnos les cuesta mucho hacer alguna actividad física, tener acciones sobre el cuidado de su salud y alimentación adecuada.

Como docentes debemos darnos a la tarea de conocer más, investigar y estudiar más sobre el tema, ya que a veces no le damos la importancia que se requiere.

En cuanto al programa de educación preescolar el enfoque pedagógico que se le da a esta área de vida saludable se centra en las habilidades físicas de los niños como locomoción, coordinación, equilibrio y manipulación. Así como la consolidación de la conciencia corporal, pero realmente no se lleva a cabo este tipo de situaciones ya que los docentes le damos más importancia a los contenidos de pensamiento matemático y lenguaje y comunicación, son los que tienen más peso en nuestro programa, y en cuanto al campo de educación física y vida saludable el enfoque es muy nulo.

Nos encontramos en una época en donde el estilo de vida es modificado debido al contexto, por lo cual los tiempos cada día disminuyen, es más fácil consumir alimentos procesados, comida rápida, o comprada, por la cuestión de no tener tiempo para preparar y llevar a cabo una dieta equilibrada. Con los factores

mencionados se ha provocado que los niños de nuestra comunidad lleguen a tener algún problema de salud como obesidad, desnutrición, anemia, enfermedades crónicas o incluso pueden llegar a desarrollar diabetes. Como docentes y padres de familia necesitamos implementar estrategias para que los niños puedan mejorar su salud y por lo tanto mejorar su condición física y puedan desarrollarse de la mejor manera.

Tener buenos hábitos de higiene personal y una alimentación adecuada es una manera de fortalecer un crecimiento y desarrollo físico, cognitivo e intelectual adecuados, además de disminuir enfermedades a corto y largo plazo.

El que se practiquen diariamente normas y hábitos de higiene es primordial para lograr una salud individual y colectiva. La atención al desarrollo de los hábitos de higiene personal y la alimentación adecuada desde que el niño es pequeño es misión de los padres, pero yo como docente tengo la obligación de tratar esos temas y reforzarlos en clase. Los hábitos de higiene personal y tener una alimentación adecuada, son indispensables para todo ser humano, dado que es un aspecto que afecta radicalmente la salud.

La alimentación, es uno de los pilares fundamentales para el desarrollo óptimo del preescolar, una buena alimentación desde temprana edad permitirá reforzar el sistema inmunitario, es por esto por lo que es muy importante implementar una buena alimentación y a su vez, como complemento actividades físicas.

La edad preescolar es una edad muy adecuada para poder crear hábitos en el cuidado de la salud, en la alimentación y fomentar el deporte, ya que si realizan estos hábitos desde pequeños los tendrán presentes durante su vida. Teniendo esta base los niños estarán protegidos ante enfermedades como sobre peso, obesidad, anemia o desnutrición o alguna otra que se presente durante su vida.

Al presentar una dieta equilibrada los niños podrán tener los nutrientes que su cuerpo necesita para poder desarrollarse y adquirir aprendizajes significativos que le ayudarán a realizar sus actividades cotidianas. Durante la edad preescolar es vital que se tenga una buena alimentación porque el organismo del Niño se encuentra

en crecimiento, es fundamental tener una dieta equilibrada para el crecimiento, capacidad óptima de aprendizaje, comunicarse, pensar, adaptarse a nuevos ambientes y tener un desarrollo psicomotor bueno.

Si fomentamos el hábito de realizar actividad física diariamente, el niño crecerá y lo hará sin ningún problema, tendrá beneficios a largo plazo en su desarrollo como mejorar la condición física, motricidad, reducir el estrés, fomentar actitudes positivas, estimula la higiene y la salud.

La clave está en implementar actividades divertidas en donde aprendan la importancia de consumir alimentos de todos los grupos alimenticios para que puedan tener un buen rendimiento escolar y social. El alumno tendrá conocimientos y una cultura del cuidado de la salud, adquirirá hábitos que podrá utilizar a lo largo de su vida.

Como docentes es importante porque ayudaríamos a los alumnos y guiaríamos a los padres de familia a que los niños tengan un cuidado de su salud, basándose en una dieta equilibrada y actividad física. Como escuela sería una actividad extra que se maneja para el bienestar de los preescolares.

Para poder trabajar con los alumnos del jardín de niños antes mencionado se realizó un diagnóstico para poder partir de este y comenzar a organizar las actividades en base a sus necesidades.

El presente informe corresponde a las actividades que se llevaron a cabo para poder tener un análisis sobre la problemática que tenemos en este ciclo escolar, con la comunidad educativa que lo conforma: personal docente, directivo, padres de familia y alumnos. Diseñe una estrategia para poder aplicar el diagnóstico y por medio de este conocer el estado de desarrollo de los niños que integran el grupo que, atendiendo en este ciclo escolar, así mismo las relaciones que se dan en las familias y la escuela relacionados con los procesos de aprendizaje de los alumnos en relación con los dos campos formativos que se trabajará en este proyecto de intervención.

Es importante reconocer que este informe no solo se basa en dar a conocer información relacionada con los procesos de los alumnos del grupo, sino que también atiende otros ámbitos que están relacionados con el trabajo docente y que se relacionan con los procesos de aprendizaje de los alumnos integrados dentro de la ruta de mejora escolar y la estrategia de mejora escolar estos ámbitos son los siguientes: escolar, familiar y trabajo en la comunidad. Ya que la colaboración, trabajo en equipo y evaluaciones constantes permiten mejorar los procesos de enseñanza y aprendizaje de los alumnos dentro y fuera de la escuela para el beneficio de estos.

El diagnóstico se organizó en indicadores que atienden los ámbitos de intervención que son:

- Ambiente familiar y social
- Trabajo docente
- Niños

En este informe también se dará a conocer los resultados obtenidos de la evaluación diagnóstica en dos campos formativos que son:

- Lenguaje y comunicación
- Pensamiento matemático
- Desarrollo personal y social
- Desarrollo físico y salud
- Exploración y comprensión del mundo natural y social
- Artes

Ambiente familiar y social

El propósito de haber buscado información del ambiente social y familiar de los niños por medio de las entrevistas que se realizaron a los padres de familia fue con el objetivo de conocer y reflexionar sobre el contexto en el que se desenvuelve el niño.

El grupo de primero de kínder está integrado por cuatro alumnos, los cuatro son niños que abarcan las edades de 3 años, 3 años 6 meses, 3 años 7 meses y 3 años 8 meses respectivamente. 1 de ellos es el hijo mayor, 1 es el hijo menor mientras que 2 son hijos únicos.

Dos de los niños viven con sus dos padres y sus hermanos respectivamente, tienen horario de guardería ya que uno sale a las 16:30 horas y otro hasta las 18:00 horas, los dos padres de familia trabajan para solventar los gastos de la casa y la mamá también se encarga de las labores domésticas. En el caso de un alumno ambos padres van por el menor a la escuela. Mientras que por el alumno que sale más tarde pasa solo la mamá por él. Uno de los niños solo vive con su mamá ya que sus padres son separados, el papá lo ve cada quince días, así que la única que va a recogerlo es la madre. El último niño vive con la familia materna, debido a que su madre falleció hace dos años y sus abuelos y tía se hicieron responsables del niño.

De la población de 4 niños, 3 están al cuidado de la mamá durante las tardes, ya que trabajan y estudian por la mañana. El alumno restante está al cuidado de los abuelos maternos. Los padres de familia mencionaron que dedican parte de la tarde a la atención de los niños haciendo actividades libres como: ver películas, ver televisión, jugar, uso de teléfonos celulares y tabletas para ver videos y determinan un tiempo para las actividades relacionadas con la escuela e higiene personal.

Padres y madres coinciden en que saben sobre actividades deportivas, culturales y recreativas que se pueden realizar con los niños, pero no tienen el tiempo para salir a practicarlas por lo cual prefieren quedarse en sus casas y así poder ver películas, videos o distraerse en videojuegos. Los fines de semana prefieren pedir comida rápida por cuestión de pasar un buen rato con sus hijos.

Los padres de familia no le dan una importancia al desayuno y lunch de los niños, ya que normalmente les mandan alimentos poco saludables, normalmente mandan comida chatarra y la acompañan con jugos, dulces o frituras, al mandar lunch no se fijan en los gustos e intereses de sus hijos y no tienen el propósito de mandar

alimentos sanos para que los alumnos puedan tener un mejor aprendizaje y así poder evitar la obesidad infantil o alguna otra enfermedad.

La cena de los alumnos nos es buena porque sus padres trabajan y para ahorrar tiempo solo les dan cereal o compran algo rápido.

Las solicitudes que se han hecho en cuanto a materiales que apoyan el aprendizaje en el aula y tareas han sido de un 50% sin respuesta, lo que indica que tengo que trabajar con los padres de familia la importancia del compromiso y responsabilidad que tienen con la educación de sus hijos.

Trabajo docente

Durante estos días pude identificar mis fortalezas y zonas de oportunidad de trabajar con los niños, por lo que mi método es implementar más estrategias diversificadas que permitan la participación de los niños en aprendizajes, sin dejar a un lado la organización que como docente realizo, pero volviendo como la pieza principal las ideas de los niños siendo esto un estímulo para que asistan a la escuela de manera constante, considerando que es un compromiso para el aprendizaje de los niños.

La relación con los niños en estos meses de trabajo es buena, tienen confianza al realizar las actividades, la convivencia es buena, aunque el lenguaje no es muy bueno, pero ellos identifican que existe una buena relación entre la docente y el alumno.

En las actividades que realizamos en exploración y comprensión del mundo natural y social, en este campo formativo los alumnos no tienen los conocimientos previos de lo que es realizar hábitos de higiene personales como bañarse, lavarse los dientes y lavado de manos. Se les dificulta identificar como hacerlo, cuando hacerlo y con que herramientas se puede llevar a cabo, no conocen las medidas para evitar enfermedades. En cuanto a la alimentación no identifican alimentos saludables de alimentos chatarra, saben los nombres de algunas frutas y verduras, pero no logran identificarlas, no conocen los beneficios de comer sanamente.

Por otro lado, en las actividades de desarrollo físico y salud, en este campo formativo, los niños realizan movimientos básicos como caminar, correr, y gatear, pero al momento de pedirles saltar con un pie o los dos se le complica, tampoco dominan la coordinación y tienen muy poca flexibilidad en su cuerpo, se cansan rápido al hacer ejercicios físicos ya que en su casa no realizan ejercicio.

Escuela

En este centro de trabajo se cuenta con guardería desde las 7 am hasta las 7 pm, por lo cual hay alumnos que desayunan, comen y meriendan en la escuela, la comida que se da no está adaptada a un menú, cantidades y nutrientes necesarios, por lo cual no es buena, los alimentos se preparan de prisa y casi siempre desayunan y meriendan cereal con leche.

Alumnos

Debido a la pandemia del año 2020, los niños no tienen la maduración que se tiene a esta edad, hablan y repiten las palabras, pero no con claridad. También por esta situación incremento el consumo de comida chatarra.

El lenguaje de los alumnos es limitado, suprimen muchos fonemas, falta mucha claridad para que se les pueda entender lo que desean decir.

Los alumnos pueden contar del 1 al 5 pero no los identifican, les cuesta asociarlos. Tienen el conocimiento de los conceptos básicos como arriba, abajo, dentro, fuera, largo y corto.

Los alumnos tienen una buena convivencia, pero al momento de jugar pelean mucho por algunos juguetes, como dos alumnos son hijos únicos les cuesta compartir el material, pero después acceden y comienzan a trabajar bien. Cuando salen al receso con los demás niños del kínder, Ximena no juega con nadie, no socializa y solo se queda en el columpio durante todo el receso, mientras que los otros alumnos si juegan con sus compañeros.

El desarrollo físico de los niños no es el adecuado ya que al momento de realizar alguna actividad física o baile se les complican algunos movimientos, se cansan muy rápido y en algunas ocasiones no los quieren realizar.

En cuanto al lunch, los niños no quieren comer lo que les manda, solo comen una o dos porciones y después ya no quieren, algunas veces lo que les mandan lo les gusta, debido a que no están al tanto de sus intereses. Por lo cual la hora del lunch es complicada. Solo quieren consumir sus jugos, leches con sabor o los dulces.

Se deben implementar más estrategias donde el niño conozca como cuidar su salud, que sí y que no debe comer para poder tener un desarrollo físico optimo.

En cuanto a exploración y conocimiento del mundo los niños no tienen conocimientos previos de ningún fenómeno natural, ni de su contexto natural, solo reconocen algunos animales.

Cuando realizamos alguna actividad enfocada en artes los niños no quieren esforzarse para dibujar, moldear, rasgar, o realizar alguna técnica, solo quieren utilizar acuarelas para realizar sus trabajos. Colorean de una buena manera y utilizan el lápiz correctamente.

Capítulo 1 Contexto Nacional e internacional

1. Marco contextual

En el presente capítulo se pretende mostrar los antecedentes internacionales y nacionales sobre la educación, saber que instituciones avalan la obligatoriedad de esta en la primera infancia, y cómo influye para la creación de la sociedad.

1.1 Políticas Educativas internacionales

La educación es el fundamento básico para la construcción de cualquier sociedad. Es la inversión única que los países pueden realizar para construir sociedades equitativas, saludables y prósperas. El artículo 26 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos de 1948 señala que “Todos tenemos el derecho a la educación”. (ONU, 2021, párr.1)

Se entiende que la educación es lo más importante en lo que se debe invertir como sociedad, pues dependiendo de la educación que se maneje en ese territorio es como mejorará o seguirá la situación en la que se encuentran los países.

El artículo 26 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos nos menciona, 1. Toda persona tiene derecho a la educación. La educación debe ser gratuita, al menos en lo concerniente a la instrucción elemental y fundamental. La instrucción elemental será obligatoria. La instrucción técnica y profesional habrá de ser generalizada; el acceso a los estudios superiores será igual para todos, en función de los méritos respectivos.

Desde el momento en que nace una persona tiene derechos y obligaciones, la Declaración Universal de los Derechos Humanos nos dice que todo individuo tiene derecho a la educación, pero sabemos que no en todos los casos se puede cumplir este derecho, debido a muchos factores, como la falta de recursos económicos.

2. La educación tendrá por objeto el pleno desarrollo de la personalidad humana y el fortalecimiento del respeto a los derechos humanos y a las libertades fundamentales; favorecerá la comprensión, la tolerancia y la amistad entre todas las naciones y todos los grupos étnicos o religiosos, y promoverá el desarrollo de las actividades de las Naciones Unidas para el mantenimiento de la paz.
3. Los padres tendrán derecho preferente a escoger el tipo de educación que habrá de darse a sus hijos. (Declaración Universal de los derechos humanos, 1948, p. 7)

La Educación es un derecho humano fundamental que ocupa el centro mismo de la misión de la UNESCO y está indisolublemente ligado a la Declaración Universal de Derechos Humanos (1948) y a muchos otros instrumentos internacionales en derechos humanos. El derecho a la educación es uno de los principios rectores que respalda la Agenda Mundial Educación 2030, así como el Objetivo de Desarrollo Sostenible 4 (ODS 4), adoptado por la comunidad internacional. El ODS 4 está basado en los derechos humanos y tiene el propósito de garantizar el disfrute pleno del derecho a la educación como catalizador para lograr un desarrollo sostenible. (UNESCO, 2021, párr.,1)

Le educación corresponde al principal derecho como ser humano, este está respaldado por varias organizaciones internacionales, con el fin de tener metas conjuntas.

La UNESCO asiste a los Estados para que puedan elaborar marcos jurídicos e institucionales nacionales sólidos con miras a fomentar las bases y las condiciones para alcanzar una educación de calidad sostenible. A su vez, corresponde a los gobiernos el cumplimiento de las obligaciones, tanto de índole política como jurídica relativas al suministro de una educación de calidad para todos, así como a la aplicación y seguimiento más eficaces de las políticas y estrategias en los sistemas educativos. (UNESCO, 2021, párr., 5)

Los estados deben crear acuerdos o programas, en donde su meta sea alcanzar la calidad en educación, esto implica que los gobiernos tengan la responsabilidad de tener estrategias para tener los resultados deseados.

La Dirección de Educación y Competencias parte de las prioridades formuladas por el secretario general de la OCDE y se centra así en tres objetivos principales:

1. Brindar asistencia a las economías miembros y asociadas de la OCDE para la planificación y gestión de sus sistemas educativos, así como para la implementación de reformas. El objetivo siendo que sus ciudadanos puedan desarrollar los conocimientos, competencias, actitudes y valores que necesitan a lo largo de su vida.
2. Garantizar que los estudiantes comprendan sus necesidades de aprendizaje y tengan la oportunidad y los medios para elegir trayectorias que les ayuden a desarrollarlas.
3. Garantizar que los educadores cuenten con los conocimientos y las capacidades para mejorar sus prácticas y tener un impacto positivo en el aprendizaje. (OCDE, 2019, p.6)

La organización OCDE nos menciona sus tres objetivos principales en donde vemos que se debe de tener una determinada cantidad de dinero destinada a la educación, así poder crear reformas, acuerdos, programas en donde el objetivo sea el desarrollo óptimo de los niños en su edad escolar. También es necesario que los alumnos tengan los materiales adecuados para que puedan realizar las actividades implementadas para solucionar sus necesidades. Para que lo anterior se pueda cumplir es importante que los profesores estén capacitados.

Durante la primera infancia es necesario trabajar la inclusión de los alumnos, debido que en esta edad enseñaremos a los niños a ver que todos tenemos necesidades específicas, que pueden ser de diferente tipo y para eso debemos tener un plan de trabajo que nos ayude a la inclusión de todos los alumnos en las actividades y aprendizajes dentro de la institución.

1.2 Políticas educativas Nacionales

1.2.1 Historia del preescolar en México

A continuación, se mencionan algunas fechas importantes para la educación preescolar en México.

Johan Heinrich Pestalozzi: “La granja nueva” fue creada para niños huérfanos que tenían que trabajar para después ser educados, en estos centros lo más importante era la individualidad del niño, para esto era la preparación de los docentes y así lograr que los alumnos tuvieran un desarrollo integral.

Destaco que el papel de la madre es fundamental y muy importante en la formación del niño, los principios que tenía Pestalozzi eran la naturalidad y la educación elemental. El método que utilizo para la enseñanza de los niños fue el juego, que hasta la actualidad lo realizamos para que los niños puedan aprender de una manera divertida y vean la escuela como un lugar agradable donde pueden aprender muchas cosas.

La manera en que se utiliza el dibujo para que lo niños puedan aprender a escribir es un aporte que se sigue hasta la actualidad, la forma de ir de lo más sencillo a lo más complejo ayudo a que los niños de esa época por medio de platicas sencillas aprendieran a leer.

Friedich Froebel: En 1837 se creó el “Jardín de infancia” la educación en estos centros se basaba en cuatro principios: la actividad, el conocimiento, la educación artística y la educación religiosa. Así mismo se consideró el juego como un método de aprendizaje para los alumnos.

Concuerto con que el maestro es el que sabe y hace comprender la esencia de las cosas, pero no concuerdo con que la escuela nos conduce a ser hombres perfectos como Dios, y a llevar una religión en la escuela para que puedan ser hombres reflexivos, creo que sin religión en la escuela se puede llegar a ser lo que Froebel quería, me gusta la idea de que como maestros tenemos que llevar los niños a los campos para que tengan contacto con la naturaleza y tengan el valor de cuidarlo.

Es interesante como en el tiempo de Froebel les da importancia a las formas geométricas, matemáticas, ciencias del conocimiento, lectura y escritura. Otro aspecto importante es que la escuela debe ligarse con la familia porque es ahí donde el niño crece.

John Dewey: La experiencia se va adquiriendo con las vivencias de cada día, por ejemplo, tenemos que experiencia en el salón de clases para saber cómo comportarnos, que acciones realizar, que actividades hacer, que juegos implementar, actividades que nos funciones con los niños, con la experiencia sabremos si mejoramos o dejamos las acciones tal y como las hacemos siempre y cuando pongamos en primer lugar a los niños. Por medio de estas vivencias el niño va teniendo un aprendizaje.

María Montessori:

El papel y la función de la maestra deben responder a los puntos de fuerza de su teoría educativa: la necesidad de que haya una fuerte idea de escuela; la necesidad de diferenciar el momento teórico del momento práctico y el papel desempeñado por el científico del desempeñado por la maestra; el respeto que ambos deben tener del niño (ni la maestra ni el científico pueden fijar a priori los resultados de cada niño: potencialmente la excelencia es para todos.(Avanzini, 2010)

Concuero con lo que mencionó Montessori; la profesora tiene un papel muy importante en la formación de los niños por tal motivo tenemos que cuidar todos los aspectos físicos y las acciones que tenemos con los niños, como lo menciona nosotros tenemos que ser una guía para los pequeños y tenemos que estar observando el comportamiento de los niños para poder apoyarlos en la situación que se encuentren. Tenemos que estar involucradas tanto en las teorías como en la práctica para que los niños tengan mejores resultados en la escuela. Me agrada la idea que la excelencia es para todos, así todos se esfuerzan en realizar sus actividades y nadie sale afectado en caso de que no logre realizarlas.

La educación preescolar es importante para el desarrollo del niño, en México durante el 2002 se dio el papel de obligatoria para los niños de 3 a 6 años, donde los padres de familia tienen la obligación de mandar a los niños a la escuela, ya que en el jardín de niños se le permite adaptarse al medio, su objetivo principal del preescolar es proporcionar el desarrollo integral de las capacidades afectivas, sociales, físicas y cognitivas del niño basándose en la edad y la sociedad del niño.

Aunque se tardó muchos años en que esta política fuera decretada, es importante tenerla y hay que trabajar para que se pueda cumplir correctamente y el propósito sea en beneficio de los niños.

El estado debe de estar más enfocado en las políticas educativas que existen para llevarlas a cabo, tener prioridades en las necesidades del ambiente escolar. En la actualidad no hay suficientes escuelas para que los niños puedan cursar el preescolar. Se menciona que los niños deben de cursar tres años de jardín de niños, pero muy pocas escuelas cuentan con primero de preescolar; a muchos niños los aceptan en las primarias aun sin haber cursado el nivel preescolar, es por eso por lo que muchos padres de familia no tienen la obligación de llevar al niño a la escuela. Por lo tanto, tampoco hay suficientes escuelas de educación inicial, se hizo obligatoria, pero no hay escuelas y personal capacitado para poder atender de la manera adecuada a los pequeños.

A pesar de contar con la obligatoriedad de educación preescolar y educación inicial, no se puede cumplir como debería de ser, esto se debe a muchos factores, entre los principales podemos poner a la sociedad que no tiene el conocimiento necesario sobre la importancia de tener a los niños en educación desde la primera infancia. El estado debe trabajar en mejores estrategias para que la educación inicial y preescolar pueda llegar al alcance de todos los ciudadanos mexicanos y garantizar que la educación sea laica y gratuita como se decreta en el artículo 3º.

Durante los sexenios de los presidentes de México se cambian leyes y modifican los planes de trabajo, cada uno pone sus propuestas y esto hace que no tengamos un modelo bien sobre los planes de trabajo debido que cuando sale un nuevo plan como educadores tenemos que estudiarlo, analizarlo y ponerlo en práctica. Cuando

nos estamos familiarizando con el plan de trabajo es hora de cambiar de presidente y modifican el programa escolar y ahora tenemos que conocer el nuevo programa y así continuamos, por eso nos cuesta cumplir al 100% con los resultados que nos piden. Para mejorar la calidad del preescolar estaría muy bien que no cambien tan rápido los programas sin tener antes unos buenos resultados, tener una secuencia y buscar la manera de mejorar basándose en las necesidades de los niños de preescolar.

La Constitución Política De Los Estados Unidos Mexicanos, señala, Artículo 3. Toda persona tiene derecho a la educación. El Estado -Federación, Estados, Ciudad de México y Municipios- impartirá y garantizará la educación inicial, preescolar, primaria, secundaria, media superior y superior. La educación inicial, preescolar, primaria y secundaria conforman la educación básica; ésta y la media superior serán obligatorias, la educación superior lo será en términos de la fracción X del presente artículo. La educación inicial es un derecho de la niñez y será responsabilidad del Estado concientizar sobre su importancia. (Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, 2021, párr.1)

En la constitución mexicana se establece que la educación básica debe ser obligatoria y gratuita, lo cual sabemos que no es como se plantea, pues en México existen escuelas privadas, en algunas aún se establece llevar una religión específica, y en algunas escuelas de gobierno se pide alguna cantidad por cada alumno para poder realizar mantenimiento a las escuelas.

Este artículo no ha sufrido modificaciones a pesar de que tiene muchos años de la misma forma, aun así, no se cumple como se debe debido a los puntos mencionados anteriormente.

1.2.2 Reformas educativas en México

El país mexicano se ha enfrentado distintas reformas educativas, todas con un fin en común que es alcanzar la calidad educativa en las escuelas.

Durante el año 2009 se trabaja en programas escolares de educación básica para poder presentarlos en el plan de estudios 2011.

El 26 de febrero de 2013 se realizó la reforma al artículo tercero constitucional que dio pie a una renovación curricular en 2016, la cual reorganiza los principales componentes del sistema educativo nacional para que los estudiantes logren los aprendizajes que el siglo XXI exige y puedan formarse integralmente. (SEP, 2017).

La finalidad de esta reforma fue para mejorar las actividades pedagógicas dentro del aula, y así mismo tener autonomía curricular en la misma.

Con la llegada del nuevo gobierno federal encabezado por el presidente Andrés Manuel López Obrador, en 2019 inicia la etapa de la Nueva Escuela Mexicana, derivada de la reforma al artículo tercero Constitucional del 15 de mayo del mismo año.

El Nuevo Modelo Educativo 2017 estableció que: La función de la escuela ya no es enseñar a niñas, niños y jóvenes lo que no saben, sino contribuir a desarrollar la capacidad de aprender a aprender, que significa aprender a pensar; a cuestionarse acerca de diversos fenómenos, sus causas y consecuencias; a controlar los procesos personales de aprendizaje; a valorar lo que se aprende en conjunto con otros [SEP, 2017, p. 62]. (García Leos, 2019)

1.2.3 Programas educativos en México en el siglo XXI

1.2.4 Programa de Educación Preescolar 2004

Las actividades de exploración, estudio y consulta para la reforma de la educación preescolar iniciaron desde el año 2002. A partir de octubre de 2003 comenzó el análisis de la propuesta inicial del nuevo programa, mediante la difusión del documento denominado Fundamentos y características de una nueva propuesta curricular para la educación preescolar. En este programa se incorporan las observaciones y sugerencias, generales y específicas, formuladas por personal

directivo, técnico y docente de educación preescolar, así como por especialistas en educación infantil de México y otros países de América Latina.

Este programa parte de reconocer los rasgos positivos de este nivel educativo y asume como desafío la superación de aquellos que contribuyen escasamente al desarrollo de las potencialidades de los niños, propósito esencial de la educación preescolar. La renovación curricular tiene las siguientes finalidades principales:

- a) En primer lugar, contribuir a mejorar la calidad de la experiencia formativa de los niños durante la educación preescolar; para ello el programa parte del reconocimiento de sus capacidades y potencialidades, establece de manera precisa los propósitos fundamentales del nivel educativo.
- b) En segundo lugar, busca contribuir a la articulación de la educación preescolar con la educación primaria y secundaria. En este sentido, los propósitos fundamentales que se establecen en este programa corresponden a la orientación general de la educación básica.

La acción de la educadora es un factor clave para que los niños alcancen los propósitos fundamentales; es ella quien establece el ambiente, plantea las situaciones didácticas y busca motivos diversos para despertar el interés de los alumnos e involucrarlos en actividades que les permitan avanzar en el desarrollo de sus competencias.

- ✓ Programa de carácter Nacional.
- ✓ El programa establece propósitos fundamentales para la educación preescolar. El programa parte de reconocer que la educación preescolar, como fundamento de la educación básica, debe contribuir a la formación integral, pero asume que para lograr este propósito el Jardín de Niños debe garantizar a los pequeños, su participación en experiencias educativas que les permitan desarrollar, de manera prioritaria, sus competencias afectivas, sociales y cognitivas.
- ✓ Este organizado a partir de competencias, que incluyen conocimientos, actitudes, habilidades y destrezas que una persona logra mediante el aprendizaje, desempeñándose en situaciones y contextos diversos.

- ✓ De carácter abierto.
- ✓ Organización del programa:
 - Desarrollo personal y social.
 - Lenguaje y comunicación.
 - Pensamiento matemático.
 - Exploración y conocimiento del mundo.
 - Expresión y apreciación artísticas.
 - Desarrollo físico y salud.

Con la finalidad de hacer explícitas las condiciones que favorecen el logro de los propósitos fundamentales, el programa incluye una serie de principios pedagógicos, así como los criterios que han de tomarse en cuenta para la planificación, el desarrollo y la evaluación del trabajo educativo.

- ✓ Propósitos fundamentales:

Definen en conjunto, la misión de la educación preescolar y expresan los logros que se espera tengan los niños y las niñas que la cursan. A la vez, como se ha señalado, son la base para definir las competencias a favorecer en ellos mediante la intervención educativa. Estos propósitos, como guía para el trabajo pedagógico, se favorecen mediante las actividades cotidianas. La forma en que se presentan permite identificar la relación directa que tienen con las competencias de cada campo formativo.

- ✓ Principios pedagógicos:

a) Brindar un referente conceptual común sobre algunas características de las niñas y los niños y de sus procesos de aprendizaje, como base para orientar la organización y el desarrollo del trabajo docente, así como la evaluación del aprendizaje y de las formas en que se propicia.

b) Destacar ciertas condiciones que favorecen la eficacia de la intervención educativa en el aula, así como una mejor organización del trabajo en la escuela; en este sentido, los principios pedagógicos son un referente para reflexionar sobre la propia práctica. (SEP, Programa de educación preescolar, 2004).

No trabaje con este programa de estudios, pero lo he visto en algunas ocasiones para analizarlo y me pude percatar de que su prioridad eran diferentes a lo que mi tema interviene, lo cual nos hace reflexionar que para llegar a tener aprendizajes significativos es necesario tener muy claro la obligatoriedad de la educación preescolar en nuestro país, para después buscar estrategias adecuadas para poder aumentar la matrícula en las escuelas.

1.2.5 Programa de Estudio Preescolar 2011

Los Programas de estudio 2011 contienen los propósitos, enfoques, Estándares Curriculares y aprendizajes esperados, manteniendo su pertinencia, gradualidad y coherencia de sus contenidos, así como el enfoque inclusivo y plural que favorece el conocimiento y aprecio de la diversidad cultural y lingüística de México; además, se centran en el desarrollo de competencias con el fin de que cada estudiante pueda desenvolverse en una sociedad que le demanda nuevos desempeños para relacionarse en un marco de pluralidad y democracia, y en un mundo global e interdependiente.

La Reforma Integral de la Educación Básica (RIEB) presenta áreas de oportunidad que es importante identificar y aprovechar, para dar sentido a los esfuerzos acumulados y encauzar positivamente el ánimo de cambio y de mejora continua con el que convergen en la educación los maestros, las madres y los padres de familia, las y los estudiantes, y una comunidad académica y social realmente interesada en la Educación Básica. Con el propósito de consolidar una ruta propia y pertinente para reformar la Educación Básica de nuestro país, durante la presente administración federal se ha desarrollado una política pública orientada a elevar la calidad educativa, que favorece la articulación en el diseño y desarrollo del currículo para la formación de los alumnos de preescolar, primaria y secundaria.

✓ Introducción de modificaciones:

Estas modificaciones consisten en la reformulación y reducción del número de competencias, el replanteamiento de la columna “Se favorecen y se manifiestan cuando...”, con el fin de resaltar los aprendizajes esperados y la incorporación de

estándares curriculares. La acción de la educadora es un factor clave porque establece el ambiente, plantea las situaciones didácticas y busca motivos diversos para despertar el interés de los alumnos e involucrarlos en actividades que les permitan avanzar en el desarrollo de sus competencias.

✓ Características del programa:

Establece propósitos para la educación preescolar En virtud de que no existen patrones estables o típicos respecto al momento en que las niñas y los niños logran algunas capacidades, los propósitos del programa expresan los logros que se espera tengan los niños como resultado de cursar los tres grados que constituyen este nivel educativo.

→ Los propósitos educativos se especifican en términos de competencias que los alumnos deben desarrollar

- ✓ De carácter abierto: lo que significa que la educadora es responsable de establecer el orden en que se abordarán las competencias propuestas para este nivel educativo.
- ✓ Propósitos de la Educación Preescolar: constituyen el principal componente de articulación entre los tres niveles de la Educación Básica y se relacionan con los rasgos del perfil de egreso de la Educación Básica; en cualquier modalidad –general, indígena o comunitaria– se espera que vivan experiencias que contribuyan a sus procesos de desarrollo y aprendizaje, y que gradualmente:
 - Aprendan a regular sus emociones, a trabajar en colaboración, resolver conflictos mediante el diálogo y a respetar las reglas de convivencia en el aula, en la escuela y fuera de ella.
 - Adquieran confianza para expresarse, dialogar y conversar en su lengua materna.
 - Desarrollen interés y gusto por la lectura, usen diversos tipos de texto y sepan para qué sirven.

- Usen el razonamiento matemático en situaciones que demanden establecer relaciones de correspondencia, cantidad y ubicación entre objetos al contar, estimar, reconocer atributos, comparar y medir.

- Se interesen en la observación de fenómenos naturales y las características de los seres vivos; participen en situaciones de experimentación que los lleven a describir, preguntar, predecir, comparar, registrar, elaborar explicaciones e intercambiar opiniones sobre procesos de transformación del mundo natural y social inmediato.

- Se apropien de los valores y principios necesarios para la vida en comunidad, reconociendo que las personas tenemos rasgos culturales distintos, y actúen con base en el respeto a las personas.

- Usen la imaginación y la fantasía, la iniciativa y la creatividad para expresarse por medio de los lenguajes artísticos (música, artes visuales, danza, teatro) y apreciar manifestaciones artísticas y culturales de su entorno y de otros contextos.

- Mejoren sus habilidades de coordinación, control, manipulación y desplazamiento; practiquen acciones de salud individual y colectiva para preservar y promover una vida saludable, y comprendan qué actitudes y medidas adoptar ante situaciones que pongan en riesgo su integridad personal.

✓ Bases para el trabajo en preescolar:

Referente para que cada educadora reflexione acerca de su práctica, y también para la reflexión colectiva del personal docente y directivo sobre el sentido que se da, en los hechos, al conjunto de actividades que se realiza en cada centro de educación preescolar.

✓ Características infantiles y procesos de aprendizaje:

1. Las niñas y los niños llegan a la escuela con conocimientos y capacidades que son la base para continuar aprendiendo.
2. Las niñas y los niños aprenden en interacción con sus pares.
3. El juego potencia el desarrollo y el aprendizaje en las niñas y los niños.

4. La educación inclusiva implica oportunidades formativas de calidad para todos.
5. La atención de las niñas y los niños con necesidades educativas especiales, con o sin discapacidad, y con aptitudes sobresalientes.
6. La igualdad de derechos entre niñas y niños se fomenta desde su participación en actividades de socialización y aprendizaje.
7. Fomentar y mantener en las niñas y los niños el deseo de conocer, así como el interés y la motivación por aprender.
8. La confianza en la capacidad de aprender se propicia en un ambiente estimulante en el aula y la escuela.
9. La intervención educativa requiere de una planificación flexible.
10. La colaboración y el conocimiento mutuo entre la escuela y la familia favorece el desarrollo de niñas y niños.

✓ Estándares curriculares:

- Español: Los Estándares Curriculares de español integran los elementos que permiten a los estudiantes de Educación Básica usar con eficacia el lenguaje como herramienta de comunicación y para seguir aprendiendo.
- Matemáticas: Los Estándares Curriculares de Matemáticas presentan la visión de una población que sabe utilizar los conocimientos matemáticos. Comprenden el conjunto de aprendizajes que se espera de los alumnos en los cuatro periodos escolares para conducirlos a altos niveles de alfabetización matemática.
- Ciencias: Los Estándares Curriculares de Ciencias presentan la visión de una población que utiliza saberes asociados a la ciencia, que les provea de una formación científica básica al concluir los cuatro periodos escolares.

✓ Campos formativos:

CAMPOS FORMATIVOS	ASPECTOS EN QUE SE ORGANIZAN
Lenguaje y comunicación	<ul style="list-style-type: none"> • Lenguaje oral. • Lenguaje escrito.
Pensamiento matemático	<ul style="list-style-type: none"> • Número. • Forma, espacio y medida.
Exploración y conocimiento del mundo	<ul style="list-style-type: none"> • Mundo natural. • Cultura y vida social.
Desarrollo físico y salud	<ul style="list-style-type: none"> • Coordinación, fuerza y equilibrio. • Promoción de la salud.
Desarrollo personal y social	<ul style="list-style-type: none"> • Identidad personal. • Relaciones interpersonales.
Expresión y apreciación artísticas	<ul style="list-style-type: none"> • Expresión y apreciación musical. • Expresión corporal y apreciación de la danza. • Expresión y apreciación visual. • Expresión dramática y apreciación teatral.

(SEP, Programa de educación preescolar, 2011).

En este plan de estudio lo primordial es buscar una enseñanza de calidad por medio de la interculturalidad y control de emociones en los niños. Se busca que los niños se puedan desarrollar de acuerdo con sus capacidades y por medio de ellas poder solucionar problemas en la vida cotidiana. Tampoco tuve la oportunidad de trabajar con este plan, pero me agradan los propósitos, aunque dejan a un lado la importancia de la promoción y cuidado de la salud.

1.2.6 Nuevo Modelo Educativo

Aprendizajes Clave para la Educación Integral:

Es la concreción del planeamiento pedagógico que propone el Modelo Educativo en la educación básica. Tal como lo marca la Ley General de Educación, se estructura en un Plan y programas de estudio que son resultado del trabajo conjunto entre la SEP y un grupo de maestros y de especialistas muy destacados de nuestro país.

- ✓ LA REFORMA EDUCATIVA En diciembre de 2012, las principales fuerzas políticas del país pusieron en marcha un proceso de profunda transformación: la Reforma Educativa. Esta Reforma elevó a nivel constitucional la obligación del Estado Mexicano de mejorar la calidad y la equidad de la educación para que todos los estudiantes se formen

integralmente y logren los aprendizajes que necesitan para desarrollar con éxito su proyecto de vida.

1.2.7 Aprendizajes Clave:

- Entra en vigor en agosto del 2018
- Para llegar a la meta de estos; los puntos clave de aprendizaje se concretan en todas las escuelas con: nuevos materiales para los alumnos, nuevos instrumentos didácticos, cursos de capacitación para maestros e innovaciones para directivos.

Los aprendizajes clave constituyen el 1ª de 5 ejes del modelo educativo

¿Qué cambiara al respecto?

1. Parte de los fines de la educación para el siglo XXI

¿Cómo es el mexicano que se espera formar? Que todos los niños sin importar el contexto cuenten con las mismas oportunidades de tener seguridad en sí, ser críticos, felices y creativos; que todos desarrollen su potencial afrontando los nuevos retos en pleno siglo XXI.

2. Organizado en tres componentes curriculares

1) Campos de formación académica

I. Lenguaje y comunicación

II. Pensamiento matemático

III. Exploración y comprensión del mundo natural y social

2) Área de desarrollo personal y social

I. Artes

II. Educación socioemocional

III. Educación física

3) Ámbitos de autonomía curricular

I. Ampliar la formación académica

II. Potenciar el desarrollo personal y social

III. Nuevos contenidos relevantes

IV. Conocimientos regionales

V. Proyectos de impacto social

3. Incorporando nueva pedagogía y aprendizajes esperados

Se engloban catorce principios pedagógicos:

1. Poner al alumno y su aprendizaje en el centro del proceso educativo.
2. Tener en cuenta los saberes previos del estudiante
3. Ofrecer acompañamiento del aprendizaje
4. Interesarse por los intereses del alumno
5. Dar paso a la motivación intrínseca del estudiante
6. Reconocer la naturaleza social del conocimiento
7. Propiciar el aprendizaje situado
8. Entender la evaluación como un proceso relacionado con la planeación del aprendizaje
9. Modelar el aprendizaje
10. Reconocer el valor del aprendizaje informal
11. Promover la interdisciplina
12. Favorecer la cultura del aprendizaje
13. Reconocer la diversidad en el aula como fuente de riqueza para el aprendizaje
14. Entender la disciplina como apoyo al aprendizaje

4. Nuevas estrategias para evaluar los aprendizajes de los alumnos y para comunicar el desempeño a los padres de familia

I. A los alumnos

- ✓ Información para tomar decisiones sobre su proceso de aprendizaje
- ✓ Compromiso para la mejora de su aprendizaje

II. A los profesores

- ✓ Comprensión sobre los procesos de aprendizaje de los alumnos y así identificar el apoyo requerido

III. A los padres de familia

- ✓ Conocimiento sobre el nivel de logro de aprendizaje de sus hijos
- ✓ Orientación para apoyarlos

IV. A las autoridades escolares

- ✓ Conocimiento sobre la implementación del currículo
- ✓ Estrategias para focalizar apoyos y distribuir responsabilidades

4.1 Evaluación, Nuevas estrategias para comunicar:

- Comunicar el desempeño de los alumnos a los padres
- Calificaciones cualitativas y cuantitativas
- Tres periodos de evaluación (para comunicar a los padres el desempeño de los alumnos)

5. Propuesta inclusiva que fortalece el bilingüismo

Currículo intensivo que fortalece el bilingüismo. Respondiendo a los derechos de los pueblos indígenas; lengua indígena y segunda lengua el español. Que los estudiantes aprendan en su lengua materna, para así posteriormente avancen progresivamente al dominio de otras.

¿Con que nuevos materiales contara el alumno?

Materiales educativos: Libros para educación preescolar (gratuitos). Meta: aprender a leer.

- Literarios e informativos antes de la primaria.

¿Con que nuevos materiales contara el profesor?

- Elaboración de guía de Aprendizaje Clave (Aprendizajes Esperados, Orientación Didáctica, Sugerencias de evaluación).
- Cursos en línea.

Innovaciones para directores y supervisores.

- Modelo Educativo + Aprendizajes Clave
- Materiales gratuitos: Fichas de Apoyo al Consejo Técnico de Zona, Caja de Herramientas, Cursos en Línea.

- Componentes curriculares

Campos de Formación Académica: Este componente de observancia nacional está organizado en tres campos: Lenguaje y Comunicación, Pensamiento Matemático y Exploración y Comprensión del Mundo Natural y Social. Cada campo se organiza a su vez en asignaturas. Los tres Campos de Formación Académica aportan especialmente al desarrollo de la capacidad de aprender a aprender del alumno.

- Áreas de Desarrollo Personal y Social: Para que el alumno de educación básica logre una formación integral, la formación académica debe complementarse con el desarrollo de otras capacidades humanas. La escuela debe brindar oportunidades para que los estudiantes desarrollen su creatividad, la apreciación y la expresión artísticas, ejerciten su cuerpo y lo mantengan saludable, y aprendan a reconocer y manejar sus emociones. Este componente curricular también es de observancia nacional y se organiza en tres Áreas de Desarrollo: Artes, Educación Socioemocional y Educación Física.
- Ámbitos de la Autonomía Curricular: El tercer componente se rige por los principios de la educación inclusiva porque busca atender las necesidades educativas e intereses específicos de cada educando. Es de observancia nacional, aunque cada escuela elegirá e implementará la oferta de este componente curricular con base en los periodos lectivos que tenga disponibles y en los lineamientos que expida la SEP para normar este componente (SEP, Aprendizajes clave para la educación integral, 2017).

Trabajo con el programa de estudio “Aprendizajes clave para la educación integral”, mi tema se enfoca en el campo formativo exploración y comprensión del mundo natural y social y en el área de desarrollo personal y social en el apartado de educación física.

En este programa nosotras como educadoras podemos elegir los aprendizajes esperados que queremos para los alumnos, se tiene que obtener por medio de actividades realizadas por el docente, a pesar de que ya se incluye la promoción y cuidado de la salud no se la da la importancia que estamos buscando, debido a que los aprendizajes esperados los manejan generales.

1.2.7 Nueva Escuela Mexicana

Un propósito de la Nueva Escuela Mexicana es el compromiso por brindar calidad en la enseñanza. Las mediciones de diversos instrumentos aplicados en educación básica y media superior muestran que tenemos rezago histórico en mejorar el conocimiento, las capacidades y las habilidades de los educandos en áreas fundamentales como la comunicación, las matemáticas y las ciencias.

La Secretaría de Educación Pública desarrolla esta Nueva Escuela Mexicana en un Plan de 23 años que da base sustantiva para reforzar la educación en todos los grupos de edad para los que la educación es obligatoria. Así, la NEM es la institución del Estado mexicano responsable de la realización del derecho a la educación en todo el trayecto de los 0 a los 23 años de las y los mexicanos. Esta institución tiene como centro la formación integral de niñas, niños, adolescentes y jóvenes, y su objetivo es promover el aprendizaje de excelencia, inclusivo, pluricultural, colaborativo y equitativo a lo largo del trayecto de su formación.

- I. Los siguientes son los principios en que se fundamenta la NEM:
 - A. Fomento de la identidad con México.
 - B. Responsabilidad ciudadana.
 - C. La honestidad es el comportamiento fundamental para el cumplimiento de la responsabilidad social, que permite que la sociedad se desarrolle con base en la confianza y en el sustento de la verdad de todas las acciones para permitir una sana relación entre los ciudadanos.
 - D. Participación en la transformación de la sociedad.
 - E. Respeto de la dignidad humana.
 - F. Promoción de la interculturalidad.

- G. Promoción de la cultura de la paz.
- H. Respeto por la naturaleza y cuidado del medio ambiente.
- I. Revalorización del magisterio.

La NEM incorpora desde la educación inicial el cuidado y amor por sí mismos, por las demás personas y seres vivos, para que las y los estudiantes sean conscientes que cada aspecto y manifestación de la vida se encuentra interconectado, y se espera que mediante este aprendizaje consigan que su actuar sea a favor del medio ambiente a lo largo de su vida.

- II. Son condiciones para construir la NEM, las siguientes líneas de acción permanentes:
 - 1. Revalorización del magisterio
 - 2. Infraestructura
 - 3. Gobernanza
 - 4. Objetivos del aprendizaje, estrategias didácticas y revisión de contenidos

La NEM y el Sistema Educativo Nacional

- 1. La NEM en Educación Básica
 - a. INICIAL. Los primeros mil días (0 a 3)
 - b. Preescolar (4 a 5)
 - c. Tres primeros años de primaria (6 a 8)
 - d. Tres años finales de primaria (9 a 11)
 - e. Secundaria (11 a 14)
- 2. La NEM en educación comunitaria (0 a 14)
- 3. La NEM en Educación Media Superior
 - a. Educación Media Superior (15 a 17)
 - b. Educación Técnica y Tecnólogo (16 a 18)
- 4. La NEM en Educación Superior (18 a 23)

5. La NEM y la formación docente

- a. Formación de docentes de básica
- b. Formación de docentes de media superior

6. La NEM y la educación para adultos

7. Alfabetización y recuperación escolar

III. El derecho a la educación y sus implicaciones pedagógicas

La reforma a los artículos 3º, 31 y 73 de la Constitución establece el derecho a la educación con un enfoque de derechos humanos y de igualdad sustantiva, desde el nivel inicial hasta el superior, que impulsará la Nueva Escuela Mexicana.

Estar en la escuela es una condición para ejercer el derecho a la educación; este derecho sólo es efectivo cuando las niñas, niños, adolescentes y jóvenes:

✓ Cuentan con una formación integral para desarrollar todas sus potencialidades de forma activa, transformadora y autónoma; ello supone que los planes y programas de estudio, los maestros y las autoridades educativas, organizan las actividades escolares desde una visión humanística, científica, artística, lúdica y crítica, de acuerdo a cada nivel, tipo y modalidad educativa.

✓ Son consideradas personas que provienen de contextos sociales, territoriales, económicos, lingüísticos y culturales específicos; inscritos en procesos de desarrollo bio-psico-social, que requieren que la enseñanza y el aprendizaje, la planeación y la evaluación se realicen con miras a fomentar las potencialidades de las y los estudiantes con base en sus necesidades, diferencias y expectativas.

✓ Cuentan con maestras y maestros comprometidos con el desarrollo educativo de sus estudiantes; que los acompañan cotidianamente en sus trayectorias formativas para favorecer aprendizajes humanísticos, tecnológicos, científicos, artísticos, históricos, biológicos y plurilingües. Las y los docentes se esfuerzan por transitar a formas de enseñanza activa que se centran en la construcción de trayectorias formativas.

✓ Disponen de planes y programas de estudio actualizados y pertinentes a las condiciones sociales, culturales, económicas de los estudiantes, maestros, escuelas, comunidades y regiones del país, y con proyección universal. Se articula con su entorno local, estatal, regional, nacional e internacional.

✓ Se forman en una escuela que promueve una cultura de paz que favorece el diálogo constructivo, la solidaridad, la honestidad y la búsqueda de acuerdos con la comunidad escolar para la solución no violenta de conflictos, y que coloca, en primer lugar, a la convivencia en un marco de respeto a las diferencias.

✓ Se desenvuelven en un ambiente escolar incluyente de todo tipo de personas sin importar clase, género, etnicidad, lengua o discapacidad, en donde se diseñan e implementan acciones para contrarrestar prácticas que producen estereotipos, prejuicios y distinciones.

IV. Orientaciones pedagógicas de la NEM

La NEM promueve en esta fase inicial, orientaciones generales que potencien la reflexión, diseño y puesta en práctica de acciones en dos niveles: la gestión escolar y la práctica educativa en el día a día. El propósito es que maestras y maestros cuenten con orientaciones que les permitan poner en práctica la NEM, en un primer momento.

1. Gestión escolar participativa y democrática
2. La práctica educativa en el día a día: Estos principios tienen distintos ámbitos de orientación para las maestras y los maestros.

En esta fase incluimos cuatro que son centrales para el desarrollo de la práctica cotidiana:

- a) diagnóstico del grupo
- b) organización del contenido
- c) selección de las estrategias
- d) evaluación. (SEP, La Nueva Escuela Mexicana: principios y orientaciones pedagógicas, 2019).

Con la implementación de este programa su objetivo en la educación cambia, ahora nos enfocaremos en la ciencia y en la salud y educación física, es grato saber que existe un programa que nos ayudará a conocer la importancia de los hábitos de salud y deporte desde la etapa de preescolar.

1.2.8 Programa con el cual se trabajará este proyecto

En este proyecto de intervención trabajaré con el programa de estudio “Aprendizajes clave para la educación integral”, mi tema se enfoca en el campo formativo exploración y comprensión del mundo natural y social y en el área de desarrollo personal y social en el apartado de educación física.

Exploración y comprensión del mundo natural y social. Enfoque pedagógico para preescolar: En este campo se incluyen Aprendizajes esperados que están relacionados con el cuidado de la salud, orientados al cuidado de sí mismos y a la comprensión y práctica de acciones favorables para mantener y promover un estilo de vida saludable. Si bien la escuela no puede modificar directamente las condiciones de vida, económicas o sociales de las familias de los alumnos, fundamentales en su estado de salud, sí puede contribuir a que los niños comprendan la importancia de mantenerse saludables. En este nivel, el cuidado de la salud se relaciona con un desarrollo físico sano (hacer ejercicio regularmente, mantener un peso adecuado, alimentarse en forma sana). Implica que los niños practiquen hábitos de higiene personal, comprendan que una alimentación correcta y medidas básicas para evitar enfermedades contribuyen a lograr estilos de vida saludables en los ámbitos personal y social, y que aprendan a actuar para mejorarla y tener un mejor control de ella; que tomen decisiones que estén a su alcance para prevenir accidentes y riesgos a los que pueden estar expuestos en casa, en la escuela y en lugares públicos, lo que favorece el cuidado de sí mismos. El medioambiente tiene impacto sobre la salud de los niños y ellos, mediante buenas prácticas de higiene, contribuyen a mantener limpio y sano el medioambiente en el

que viven.

Área de desarrollo personal y social. Educación física: En educación preescolar, esta área se centra en las capacidades del desarrollo físico de los niños: locomoción, coordinación, equilibrio y manipulación, así como en la consolidación de la conciencia corporal. Se pretende que de manera progresiva logren un mejor control y conocimiento de sus habilidades y posibilidades de movimiento.

En el jardín de niños es la educadora quien diseña o elige las situaciones didácticas para promover en sus alumnos¹⁵⁶ las capacidades físicas, cognitivas y sociales.

Las situaciones en la escuela deben ser oportunidades que permitan a los niños:

- Tener variadas experiencias dinámicas y lúdicas en las que puedan correr, saltar, brincar, rodar, girar, reptar, trepar, marchar.
- Participar en juegos y actividades que impliquen acciones combinadas y niveles complejos de coordinación, como saltar con un pie, caminar sobre líneas rectas, pedalear un triciclo, brincar obstáculos, brincar y atrapar, entre otras.
- Manipular objetos de diversas formas (regulares e irregulares) en actividades como armar rompecabezas, construir juguetes y estructuras; lanzar y atrapar objetos de manera segura (como bolsas rellenas, balones, aros, entre otros), empujar, jalar y patear objetos de diferente peso y tamaño; usar instrumentos y herramientas (como pinceles, pinturas, lápices para escribir y para colorear, pinzas, lupas, destornilladores, entre otros), de tal manera que vayan logrando mejor control y precisión.

Como podemos observar en este plan de estudio, se menciona la importancia de generar hábitos saludables a los alumnos de primero de preescolar, así como instruirlos en la actividad física para que se puedan desarrollar de una manera óptima en esta etapa que es fundamental para su crecimiento.

1.3 Contexto particular

El kínder Melymar pertenece a la alcaldía Gustavo a Madero. Se encuentra en la parte norte de la Ciudad de México. Recibe su nombre en honor a Gustavo Adolfo Madero, político participante en la Revolución Mexicana.

El Kínder Melymar se ubica en la colonia barrio la Purísima Ticomán, en una zona económica media baja; es muy fácil el acceso ya que se cuenta con transporte público como microbuses, taxis y hace unos meses se abrió el cable bus; queda muy cerca el metro de indios verdes.

El kínder fue instituido en el año 1991, por dos hermanas, los nombres de ellas son Melita y Marcelina; de ahí surge el nombre de Melymar. En 2004 el kínder fue incorporado a la Secretaría de Educación Pública.

Inicio sólo con dos grupos, preescolar II y preescolar III. Al escuchar las necesidades de los padres, se tomó la decisión de crear la guardería, con un horario de 7:00 a 19:00 horas, dando está un buen resultado.

1.3.1 Distribución del kínder Melymar

Es una casa adaptada, se cuenta con planta baja y planta alta. En la planta baja se encuentra el kínder, este cuenta con un patio amplio, 4 aulas para preescolar I, II, III y maternal, aula de usos múltiples, 3 baños para el uso de los alumnos y 1 baño para las docentes, dirección, salida de emergencias.

1.3.2 Organización laboral en el personal docente

Cada educadora tiene que realizar actividades de acuerdo cómo lo divide el directivo, el apoyo entre maestras y el personal que labora en la institución, crea un ambiente agradable.

En cuestión de las actividades extraescolares todas las maestras se ponen de acuerdo para establecer metas y objetivos en beneficio de los alumnos.

Antes de la pandemia la plantilla de la institución era conformada por cuatro docentes frente a grupo, tres auxiliares, una maestra de idiomas, un maestro de música, una cocinera, un personal administrativo y directora.

Actualmente sólo somos cinco docentes que estamos laborando en el kínder, una educadora en preescolar I, otra en preescolar II, otra en preescolar III, la maestra de idiomas y directora de la institución.

Al inicio de cada ciclo escolar se hace una junta en donde se dividen las comisiones que se tienen que realizar en el kínder.

Cada fin de mes se realizan las juntas de consejo técnico, en donde se habla acerca de las planeaciones que se realiza en colaboración de los 3 grupos, se trabaja el mismo tema, pero con diferente grado de dificultad dependiendo del grado de los niños.

1.3.3 Perfiles de los padres de familia

En la mayoría de los casos, los dos padres de familia trabajan para poder solventar los gastos de sus hijos, en otros casos solo el padre es el encargado de trabajar, y en los últimos casos el tutor es el encargado de los gastos del niño.

Durante algunas de las actividades de la escuela se requiere el apoyo de los padres de familia, lo cual es complicado adquirir, debido a que no pueden faltar en su trabajo, pero para compensar y participar compran material, lo realizan o mandan cooperación para lo que falte. Siempre buscan la manera de poder apoyar las actividades.

Para cerrar este primer capítulo quiero mencionar la importancia del contexto internacional y nacional, partimos de los grandes tratados hasta llegar a los planes

de trabajo de nuestro país, todo esto se hace para identificar la problemática que se encuentra en el salón de clases y así poder intervenir para tener una solución y hacer que las futuras generaciones no tengan estas problemáticas en educación preescolar.

Capítulo 2 Marco teórico del cuidado de la salud y la actividad física

2. Marco teórico

2.1 Desarrollo del niño preescolar

En este capítulo abordaremos los temas sobre el desarrollo del niño de 3 a 4 años, se definirán algunos conceptos que estaremos viendo constantemente y pondremos las principales teorías sobre el cuidado y la promoción de salud en la etapa escolar.

2.1.1 Desarrollo físico

Durante los primeros tres años los niños crecen de manera rápida. Los genes que hereda el niño tienen una enorme influencia en que sea alto o bajo, delgado o grueso o algo intermedio. Esta influencia genética interactúa con influencias ambientales como la nutrición y las condiciones de vida. (Diane E, Papalia, Sally W, Olds, Ruth D, Felman, 2009)

Los niños crecen muy rápido durante el primer año de vida, generalmente en los primeros meses. Los niños crecen un poco más que las niñas, también los niños ellos realizan actividades y juegos más rudos, mientras que las niñas son más delicadas para jugar.

En la niñez temprana los niños adelgazan y crecen mucho. Necesitan dormir menos que antes y es más probable que desarrollen problemas de sueño. Han mejorado sus habilidades para correr, saltar sobre un pie, brincar y lanzar la pelota. Además, pueden atarse las agujetas, dibujar con crayolas y servirse el cereal; también empiezan a mostrar preferencia por usar la mano derecha o la izquierda. (Diane E, Papalia, Sally W, Olds, Ruth D, Felman, 2009)

Durante el crecimiento dejan de dormir tanto como cuando eran bebés, algunos niños pueden presentar problemas de sueño durante esta etapa, pero se cataloga normal.

En la edad de tres a seis años los niños comienzan a crecer de manera que se hacen más delgados, y forman una figura en donde ya no es tan grande la cabeza, y las partes del cuerpo tienen medidas proporcionales.

El crecimiento muscular y esquelético avanzan y hacen a los niños más fuertes. El cartílago se convierte en hueso a una tasa más rápida que antes y los huesos se endurecen, lo que da al niño una forma más firme y protege los órganos internos. Esos cambios, coordinados por el cerebro y el sistema nervioso que todavía están en proceso de maduración, fomentan el desarrollo de una amplia variedad de habilidades motoras. La mayor capacidad de los sistemas respiratorio y circulatorio aumenta la resistencia física y, junto con el sistema inmunológico en desarrollo, mantienen sanos a los niños. (Diane E, Papalia, Sally W, Olds, Ruth D, Felman, 2009)

Para que los niños pueden tener estabilidad y fuerza los músculos, huesos y cartílago crecen y se endurecen, también encontramos cambios en el sistema nervioso para que se puedan emplear actividades motoras más complejas, con ayuda del sistema respiratorio y circulatorio los niños pueden tener mayor resistencia en actividades físicas y para tener una mejor salud el sistema inmunológico se fortalece.

2.1.3 Desarrollo motriz

Las habilidades motrices se desarrollan en cierta secuencia, que depende principalmente de la maduración, pero también del contexto, experiencia y motivación. Las habilidades simples se combinan en sistemas cada vez más complejos. (Diane E, Papalia, Sally W, Olds, Ruth D, Felman, 2009)

La locomoción suscita cambios en todos los ámbitos del desarrollo.

La percepción está muy relacionada con el desarrollo motriz. La percepción de la profundidad y la percepción háptica se desarrollan en la primera mitad del primer año.

Para tener un buen desarrollo motriz es necesario ser estimulado por los cuidadores del niño, si tiene una estimulación adecuada puede hacer movimientos sin ninguna complicación.

2.1.4 Desarrollo cognoscitivo

Jean Piaget llamó a la niñez temprana etapa preoperacional del desarrollo cognoscitivo porque en esa etapa los niños todavía no están listos para realizar operaciones mentales lógicas, Sin embargo, la etapa preoperacional, que se extiende más o menos de los dos a los siete años, se caracteriza por la generalización del pensamiento simbólico, o capacidad representacional, que surgió durante la etapa sensoriomotora. A continuación, se mencionan algunos aspectos del pensamiento preoperacional:

Uso de símbolos: Los niños no tienen que estar en contacto sensoriomotor con un objeto, persona o evento para pensar en él. Pueden imaginar que objetos o personas tienen propiedades distintas de las que en verdad poseen.

Comprensión de identidades: Saben que las modificaciones superficiales no cambian la naturaleza de las cosas.

Comprensión de causa y efecto: Se dan cuenta de que los sucesos son motivados por ciertas causas.

Capacidad para clasificar: Organizan los objetos, las personas y los eventos en categorías significativas.

Comprensión de número: Pueden contar y trabajar con cantidades.

Empatía: Pueden imaginar cómo se sienten los demás.

Teoría de la mente: Son conscientes de la actividad mental y del funcionamiento de la mente. (Diane E, Papalia, Sally W, Olds, Ruth D, Felman, 2009)

En el desarrollo cognoscitivo se da el crecimiento y la capacidad que un niño desarrolla para pensar y razonar y lo hacen de manera concreta.

2.1.5 Desarrollo del lenguaje

Los preescolares están llenos de preguntas: “¿Cuántos sueños hay hasta mañana?” “¿Quién llenó el río de agua?” “¿Los bebés tienen músculos?” “¿Los

olores vienen de adentro de mi nariz?” La creciente facilidad de los pequeños con el uso del lenguaje les ayuda a expresar su perspectiva única del mundo. Entre los tres y los seis años, los niños hacen rápidos avances en el vocabulario, la gramática y la sintaxis. (Diane E, Papalia, Sally W, Olds, Ruth D, Felman, 2009)

Es importante que los niños pueden desarrollar su lenguaje, por medio de este es más fácil comunicarse, y así empiezan a crear pláticas con personas de su entorno social.

2.1.6 Vocabulario

A los tres años el niño promedio conoce y puede usar entre 900 y 1 000 palabras; a las seis cuentas por lo general con un vocabulario expresivo (del habla) de 2 600 palabras y entiende más de 20 000. Gracias a la educación formal, el vocabulario pasivo receptivo de un niño (las palabras que puede entender) se cuadruplicará a 80 000 palabras en el momento en que llegue a la enseñanza secundaria (Owens, 1996). (Diane E, Papalia, Sally W, Olds, Ruth D, Felman, 2009)

Durante la primera infancia los niños alcanzan a decir una cantidad significativa de palabras, para esto también es importante la estimulación del vocabulario desde edades tempranas.

2.1.7 Gramática y sintaxis

A los tres años, los niños empiezan a usar plurales, posesivos y el tiempo pretérito, conocen la diferencia entre yo, tú y nosotros. Pueden hacer —y responder— preguntas de qué y dónde. (Es más difícil entender los por qué y los cómo.) Sin embargo, sus oraciones por lo regular son cortas, simples y declarativas (“Kitty quiere leche”). A menudo omiten artículos, como un y la, pero incluyen algunos pronombres, adjetivos y preposiciones.

Entre los cuatro y los cinco años, las oraciones incluyen un promedio de cuatro a cinco palabras y pueden ser declarativas, negativas (“No tengo hambre”), interrogativas (“¿Por qué no podemos salir?”) o imperativas (“¡Cacha la pelota!”).

Los niños de cuatro años usan oraciones complejas con cláusulas múltiples (“Estoy comiendo porque tengo hambre”).

Cundo los niños tienen un vocabulario amplio, la gramática y sintaxis adquieren mayor fuerza en el lenguaje, si los cuidadores de los niños lo ayudan para que diga bien las palabras tendrá mejor pronunciación y le será más fácil comunicarse, es necesario que les enseñemos las diferencias entre preguntar cosas, responder, contar alguna anécdota, chiste, o cualquier otra cosa.

2.1.8 Desarrollo psicosocial

Los investigadores influidos por la teoría sociocultural de Vygotsky estudian las formas en que el contexto cultural incide en las primeras interacciones sociales que fomentan las competencias cognoscitivas. El término participación guiada se refiere a las interacciones recíprocas con adultos que ayudan a estructurar las actividades de los niños y salvar la brecha entre lo que entienden unos y otros. Este concepto se inspiró en la idea de Vygotsky de que el aprendizaje es un proceso colaborativo. La participación guiada ocurre en juegos compartidos y en las actividades cotidianas en las que los niños aprenden de manera informal las habilidades, conocimientos y valores importantes en su cultura. (Diane E, Papalia, Sally W, Olds, Ruth D, Felman, 2009)

Las primeras relaciones que tendrá el niño serán con su entorno social, en primer lugar, tenemos la relación con sus padres, cuidadores, abuelos, familia cercana, en el caso de algunos niños que asisten desde pequeños a escuelas, tienen relación con los docentes, y personal de la escuela. Es importante que los niños participen en actividades y juegos en donde desarrolle esta interacción para que en un tiempo posterior no le cueste trabajo integrarse.

2.2 Aprendizaje

Aprender implica construir y modificar nuestro conocimiento, así como nuestras habilidades, estrategias, creencias, actitudes y conductas. Las personas aprenden habilidades cognoscitivas, lingüísticas, motoras y sociales, las cuales pueden adoptar muchas formas. (Dale, 2012)

El aprendizaje se puede obtener de varias maneras, pero el que es más fácil de obtener para los niños es el de por medio de la experiencia, debido a que este aprendizaje queda presente en sus actividades diarias y así lo tienen presente.

2.2.1 Teorías del aprendizaje

Las teorías conductuales consideran que el aprendizaje es un cambio en la tasa, frecuencia de aparición, o en la forma de conducta o respuesta que ocurre principalmente en función de factores ambientales. Estas teorías plantean que aprender consiste en la formación de asociaciones entre estímulos y respuestas. Según la perspectiva de Skinner (1953), una respuesta a un estímulo tiene más probabilidades de repetirse en el futuro en función de las consecuencias de las respuestas previas: el reforzamiento aumenta la probabilidad de que se repita la respuesta, mientras que el castigo reduce esa probabilidad. (Dale H. Schunk, 2012)

Las teorías conductistas fueron de las primeras en considerar el aprendizaje, estas se basaban en la observación.

En el ámbito escolar esta teoría se trata de que los docentes puedan crear ambientes en donde los alumnos puedan responder a los estímulos, su objetivo de estas teorías es tener un aprendizaje significativo.

2.2.2 Aprendizaje significativo

Novak (1985. Pág,94) citando a Ausubel comenta: En la década de los 70's, las propuestas de Bruner sobre el Aprendizaje por Descubrimiento estaban tomando fuerza. En ese momento, las escuelas buscaban que los niños construyeran su conocimiento a través del descubrimiento de contenidos. Ausubel considera que el aprendizaje por descubrimiento no debe ser presentado como opuesto al aprendizaje por exposición (recepción), ya que este puede ser igual de eficaz si se cumplen unas características. Así, el aprendizaje escolar puede darse por recepción o por descubrimiento, como estrategia de enseñanza, y puede lograr un aprendizaje significativo o memorístico y repetitivo. De acuerdo con el aprendizaje significativo, los nuevos conocimientos se incorporan en forma

sustantiva en la estructura cognitiva del alumno. Esto se logra cuando el estudiante relaciona los nuevos conocimientos con los anteriormente adquiridos; pero también es necesario que el alumno se interese por aprender lo que se le está mostrando. (Consuelo. G. Ramírez 2003)

Cuando hablamos de aprendizaje significativo nos referimos al que se obtiene por medio de experiencias, descubrimiento o enseñanzas de esta manera se queda en la memoria y lo tenemos presente para cualquier situación parecida que se les pueda presentar.

2.2.3 Ventajas del aprendizaje significativo

Novak (1985. Pág. 81) las ventajas del aprendizaje significativo son:

Produce una retención más duradera de la información.

Facilita el adquirir nuevos conocimientos relacionados con los anteriormente adquiridos de forma significativa, ya que al estar claros en la estructura cognitiva se facilita la retención del nuevo contenido.

La nueva información al ser relacionada con la anterior es guardada en la memoria a largo plazo.

Al adquirir un aprendizaje significativo tenemos retención de la información por más tiempo, de los conocimientos previos se pueden generar nuevos y se producen con facilidad.

2.2.4 Tipos de aprendizajes significativos

Aprendizaje de conceptos: el niño, a partir de experiencias concretas, comprende que la palabra "mama" puede usarse también por otras personas refiriéndose a sus madres. También se presenta cuando los niños en edad Preescolar se someten a contextos de aprendizaje por recepción o por descubrimiento y comprenden conceptos abstractos como "gobierno" "país" "mamífero"

Aprendizaje de proposiciones: cuando conoce el significado de los conceptos puede formar frases que contengan dos o más conceptos en donde afirme o niegue algo. Así, un concepto nuevo es asimilado al integrarlo en su estructura cognitiva con los

conocimientos previos. Esta asimilación se da en los siguientes pasos. Por diferenciación progresiva: cuando el concepto nuevo se subordina a conceptos más inclusores (relevantes) que el alumno ya conocía.

Por reconciliación integradora: cuando el concepto nuevo es de mayor grado de inclusión que los conceptos que el alumno ya conocía.

Por combinación: cuando el concepto nuevo tiene la misma jerarquía que los conocidos.

Ausubel concibe los conocimientos previos del alumno en términos de esquemas de conocimiento, los cuales consisten en la representación que posee una persona en un momento determinado de su historia sobre una parcela de la realidad. Estos esquemas incluyen varios tipos de conocimiento sobre la realidad, como son: los hechos, sucesos, experiencias, anécdotas personales, actitudes, normas, etc. (Consuelo. G. Ramírez 2003)

Existen varios tipos de aprendizajes significativos, depende del contexto en el que el niño se desenvuelva, y la estimulación es el tipo de aprendizaje que el niño podrá adquirir.

2.2.5 Evaluación del aprendizaje

Evaluar a los alumnos nos permite saber cuál es su aprendizaje, al tener los resultados podemos ver qué temas son los que domina y cuáles son los que se les complica, podemos evaluar todas las asignaturas para tener una evaluación completa.

A continuación, se mostrará una tabla de los métodos de evaluación del aprendizaje. (Dale H. Schunk, 2012)

Métodos de evaluación del aprendizaje.

Categoría	Definición
Observaciones directas	Ejemplos de conducta que demuestran aprendizaje.
Exámenes escritos	Desempeño por escrito en pruebas, cuestionarios, tareas, trabajos y proyectos.
Exámenes orales	Preguntas, comentarios y respuestas verbales durante la enseñanza.
Calificaciones de terceros	Juicios de los observadores sobre los atributos que indican el aprendizaje de los sujetos.
■ Autorreportes	Juicio de las personas sobre sí mismas.
■ Cuestionarios	Respuestas escritas a reactivos o respuestas a preguntas.
■ Entrevistas	Respuestas orales a preguntas.
■ Recapitulación dirigida	Recuerdo de los pensamientos que acompañaban a la ejecución de una tarea en un momento dado.
■ Pensamiento en voz alta	Verbalización de los propios pensamientos, acciones y sentimientos mientras se desempeña una tarea.
■ Diálogos	Conversaciones entre dos o más personas.

En el ámbito escolar es necesario hacer una evaluación para ver cómo se encuentran en cuestión de aprendizajes nuestros alumnos, y de ahí ver que hace falta mejorar o como implementar actividades para que los alumnos tengan un aprendizaje significativo.

2.2.6 La importancia de la salud en el aprendizaje del niño preescolar

Cuando hablamos de salud nos referimos al bienestar físico y social de los niños, basándonos principalmente en una alimentación saludable, y la actividad física. Cuando se tienen estos elementos podemos lograr que los pequeños tengan un mejor desarrollo de sus habilidades y obtengan un mejor crecimiento.

2.2.7 Participación de los niños en el aprendizaje

Para la alimentación:

Es necesario que el niño cuente con una orientación adecuada para hacer una mejor selección de los alimentos la cual se debe ir preparando desde pequeños, cuando los niños no tienen capacidad de compra. En esta primera etapa, se debe de llevar a los niños a la compra de los alimentos y dejar que ellos seleccionen lo que les

gusta y al mismo tiempo, instruirlos haciéndoles ver las ventajas y desventajas de cada alimento (ver la siguiente sección). Es muy importante no obligarlos a consumir alimentos que ellos no desean ya que, de hacerlo, con el tiempo terminarán odiando ese tipo de alimentos con el que fueron obligados a crecer. Así también, la variedad es de suma importancia, puesto que de esta manera aseguramos una correcta alimentación y así también evitamos el hostigamiento. (Prieto Luis, 2010)

Para la actividad:

Los niños pequeños por lo general son muy activos y gustan de cooperar con tal de jugar. Por lo que debemos aprovechar esta etapa para canalizar su energía de forma saludable por lo que; no le digas que no te ayude, dile que se encargue de tareas de poco riesgo y mucha actividad como ayudar a recoger papeles y tirarlos en el cesto de basura. Es importante premiar a los niños con actividades como, por ejemplo, sacas 10, el domingo te llevo a las bicicletas o a remar al lago". Así también, nunca premies con alimentos. (Si te portas bien, te llevo al Mc Donald. Como eres un buen niño, te compré un helado) ya que es la forma más cruel de empujar a nuestros hijos a la obesidad. Evitar a toda costa las actividades sedentarias como la televisión, cine, videojuegos y si esto no es posible, hacerlos un poco aversivos como por ejemplo, comprar muy pocos videojuegos, no cambiar el modelo de la televisión, colocarla en un lugar incomodo, procurar ir al cine cuando esté más saturado de gente y por el contrario, favorecer las actividades al aire libre como el ir a un lugar con muy buen paisaje y con un ambiente agradable, involucrarse en los juegos que ellos disfruten, dejar que te ganen, promover la música y el baile, etc. (Prieto Luis, 2010)

2.3 Definición de algunos autores con respecto a la promoción y cuidado de la salud y educación física

Durante los programas de trabajo que surgieron en las reformas educativas ninguno se ha enfocado en el ámbito de promoción y cuidado de la salud y educación física, solo lo mencionan, pero no es el principal objetivo, durante el tiempo actual con la escuela mexicana, se muestra un poco más de atención por lo que a continuación se muestran algunos conceptos que estaremos utilizando.

Kirk (1990: 167), señalaba a la salud como “un tema crucial para la conformación de la pedagogía crítica de la EF, si lo que se pretendía era incidir en el interés general de los alumnos de la escuela y en su futura emancipación”. Es decir, la salud era señalada como un elemento para el debate y la reflexión, así como un auténtico desafío para el área.

Nuevamente, Devís y Peiró, (1993), abordaban el papel de la Educación Física en la promoción de la AF y la salud, identificaban cuatro perspectivas para acometerlas (mecanicista, orientada a las actitudes, orientada al conocimiento y de carácter crítico) y concluían proponiendo una perspectiva holística más coherente, global y a priori más eficiente para el tratamiento de la salud a través de las clases de Educación Física. En este sentido, apuntaban la mayor laboriosidad y dificultad para la puesta en práctica de una nueva perspectiva orientada a la consecución de una concienciación crítica por parte del alumnado sobre temáticas centradas en la salud.

Delgado y Tercedor (2002: 14), en su libro Estrategias de intervención en Educación para la Salud desde la Educación Física, plasmaban una “amplia propuesta sobre lo que la EF podría aportar a la Educación para la salud, indicando principios de intervención educativa, contenidos a tratar, así como un modelo reflexivo para mantener un proceso continuo de retroalimentación sobre lo que se estaba realizando hasta el momento”.

En Devís y Peiró (2002), se reflexionaba sobre la diversidad de planteamientos existentes sobre el desarrollo de la salud en EF escolar y la necesidad de la discusión profesional para identificar los aspectos más relevantes a incluir en el currículo.

2.4 La alimentación

Como sabemos por medio de la alimentación obtenemos los nutrientes que nuestro cuerpo necesita para funcionar de manera correcta, con los nutrientes necesarios el niño puede realizar de manera satisfactoria sus actividades diarias, la calidad de la alimentación definirá la calidad del desarrollo del pequeño. En los próximos párrafos se explicará un poco sobre este proceso.

La alimentación es un acto voluntario, el cual lleva a cabo de manera consciente, es una decisión libre del ser humano, sin embargo, se encuentra condicionada por muchos factores, siendo algunos sociales, culturales, biológicos, genéticos, otros se encuentran en la parte del inconsciente humano. Cada sociedad y cada persona tienen su propia tipología de alimentación. (Aranceta,2001)

La alimentación es un proceso que se realiza diario, por tal motivo es el más importantes, por medio de la comida vamos a obtener energía para poder desempeñar nuestras actividades; la alimentación se relaciona con elementos del entorno en el que se encuentra el niño.

A través de los años, la alimentación de los individuos ha cambiado paulatinamente. Se han notado cambios en la manera en que se alimentaban nuestros antepasados, con relación a la que se tiene en la actualidad. La alimentación moderna es menos natural, debido al excesivo consumo de alimentos procesados, dejándole de dar importancia al consumo de alimentos sanos (Contreras, 2002)

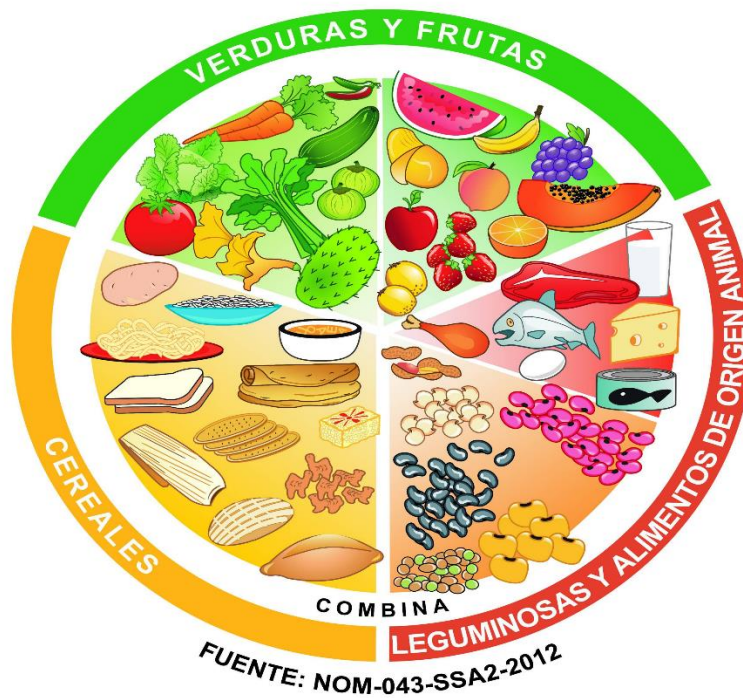
Durante los años la alimentación se ha modificado y no de la manera correcta, pues ya se consumen más alimentos procesados y menos alimentos naturales, por tal motivo no sabemos de la importancia de ingerir alimentos naturales de esta manera podemos ayudar a prevenir enfermedades.

2.4.1 Alimentación correcta

La alimentación correcta es la base de una buena salud junto con el consumo de agua simple potable y la práctica diaria de actividad física, es la mejor manera de prevenir y controlar el sobrepeso, obesidad y otras enfermedades, como la diabetes y presión alta, entre otras. Por lo que es muy importante, asegurar tener una alimentación correcta a lo largo de toda la vida. (IMSS, 2015)

La alimentación correcta está representada gráficamente en el Plato del Bien Comer, que muestra los tres grupos de alimentos que deben estar presentes en las tres comidas principales del día:

El Plato del Bien Comer



Consta de tres grupos de alimentos:

- Verduras y frutas: Principal fuente de vitaminas, minerales, antioxidantes y fibra dietética
- Cereales y tubérculos: Principal fuente de hidratos de carbono
- Leguminosas y alimentos de origen animal: Principal fuente de proteínas (IMSS, 2015)

2.4.2 Nutrición

Durante la niñez se presentan cambios importantes de crecimiento, en medida de que estos procesos sucedan se va encontrando un equilibrio con el organismo. Los cambios no solo son en aprendizaje, desarrollo de habilidades, desarrollo cognoscitivo y aspectos funcionales; sino que la parte nutrimental es el motor más importante para hacer que estos cambios se realicen de forma adecuada o deficiente.

La nutrición se refiere a los nutrientes que componen los alimentos, e implica los procesos que suceden en tu cuerpo después de que ingieres alimento, es decir la obtención, asimilación y digestión de los nutrimentos por el organismo. (IMSS, 2015)

2.4.3 Requerimientos nutrimentales

Los niños presentan un desarrollo rápido, la alimentación adecuada les ayudara para que este proceso se realice de manera correcta. Los requerimientos nutrimentales cambian constantemente de acuerdo con el desarrollo del niño.

A continuación, se presentan los requerimientos nutrimentales del niño indispensables para un óptimo crecimiento y desarrollo.

2.4.4 Energía

Prieto (2010) nos dice que

El requerimiento energético de un niño varía en función de la edad, tamaño, peso, velocidad de crecimiento y actividad física (Intensidad y duración). La energía se obtiene a partir de los hidratos de carbono, proteínas y lípidos. En una dieta balanceada y equilibrada.

Conforme el niño va creciendo necesitará alimentos que le proporcionen la energía que requiere su cuerpo.

2.4.5 Hidratos de carbono

Los hidratos de carbono son la principal fuente de energía para el organismo y debe ser la parte mayoritaria de la dieta. Se encuentra en los productos de origen vegetal y por lo general son bien aceptados por ejemplo las frutas, harinas, pastas, cereales, azúcares y verduras. Existen diferentes tipos, los hidratos de carbono simples que dan energía instantánea como las frutas, jugos, verduras y azúcares. Los hidratos de carbono complejos son los que encontramos en cereales, pastas y harinas.

2.4.6 Proteínas

El consumo de proteínas debe ser moderado, estas ayudan a que la piel, uñas, cabello y sangre se formen de manera adecuada, las podemos encontrar en la carne pollo, pescado, huevo, leche y algunos embutidos.

2.4.7 Lípidos o grasas

Los lípidos ayudan al desarrollo del sistema nervioso y del sistema inmunológico, los encontramos en alimentos que tienen omega 3 como mariscos, pescado y aceites.

Para tener el porcentaje de grasa adecuado en la dieta se debe ingerir grasas buenas, que las encontramos en vegetales, aceites vegetales, nuez, almendra, pistache, aguacate y margarina, también en los productos de origen animal encontramos grasas buenas como la leche, huevo, carnes y queso. Para evitar problemas de salud no debemos abusar de las grasas. Los lípidos aportan entre el 25 al 35% de energía requerida total en el niño (Prieto Luis, 2010, p 15).

Los lípidos ayudan al desarrollo del sistema nervioso y del sistema inmunológico, los encontramos en alimentos que tienen omega 3 como mariscos, pescado y aceites.

2.4.8 Micro nutrimentos

Vitaminas

Las vitaminas regulan una gran diversidad de funciones corporales. Son esenciales para mantener las funciones metabólicas normales del cuerpo, es decir, en la conversión de las proteínas, grasas e hidratos de carbono. Son vitales para la construcción de tejidos corporales como huesos, piel, glándulas, nervios y sangre. Promueven los procesos de curación y aumentan la buena salud. Se dividen en 2 grupos: liposolubles o solubles en aceite e hidrosolubles o solubles en agua.

Necesita cantidades mínimas de vitaminas para una buena salud. Una dieta balanceada proporciona naturalmente las dosis requeridas para el buen funcionamiento del cuerpo, por lo que siempre sugerimos que es mucho mejor comerse una buena ensalada o un rico platillo que tomarse una cápsula. (Prieto Luis, 2010, p 17)

2.5 Actividad física

A la mayoría de los niños no les gusta hacer ejercicio, debido a que lo sienten como trabajo y les parece aburrido, y lo que los niños quieren es divertirse. Con el simple hecho de ponernos en movimiento estamos quemando calorías.

El ejercicio debe de manejarse divertido para que a los niños les motive realizarlo y al hacerlo no lo sientan como una obligación, sino como diversión.

El ejercicio para los niños no debería ser solo el medio para quemar calorías y perder peso. El hecho es que cuando el ejercicio se etiqueta como divertido o como juego el 83% de los niños bajan de peso y lo realizan de manera constante. (Prieto Luis, 2010, p 51)

El ejercitarnos de manera constante nos permite decidir qué actividad vamos a realizar dependiendo de nuestros gustos y aptitudes. La línea clave: Ayudar y orientar a los niños a crear tempranamente hábitos saludables que le permitirán crecer con ellos.

Lo último escrito con respecto a mantener un cuerpo saludable es indudablemente el ejercicio; este lo hace todo de tal forma que podemos hacer que los niños se

muestren interesados en realizar actividad física regular si les presentamos información atractiva. Los expertos recomiendan sólo 20 minutos de actividad deportiva de mediana intensidad sólo 3 veces por semana.

La actividad física moderada y realizada de manera regular proporciona un cuerpo atlético, además una mente más ágil, mejora la memoria, ya que permite una mayor concentración.

Si se fomenta la actividad física desde pequeños será un hábito muy bueno durante su vida, para esto debemos mostrarle al niño la importancia de hacer ejercicio, mencionarle que practicar algún deporte también se considera actividad física y por tal motivo debe de estar en constante movimiento.

2.5.1 El docente como promotor del cuidado de la salud y educación física

La comunidad, escuela, padres de familia y docentes conforman un equipo para poder fomentar hábitos sobre el cuidado de la salud y la implementación de actividad física.

Los maestros de preescolar y de primaria tienen una gran influencia en la alimentación de los niños, ya que ellos son el ejemplo a seguir, por lo que es de suma importancia que ellos tengan buenos hábitos, cursen con el ejemplo y, sobre todo, que instruyan de manera adecuada a los niños acerca de una correcta alimentación. (Prieto Luis, 2010, p 77)

Durante el proceso de enseñanza aprendizaje del alumno, el docente debe asumir el desarrollo como una transformación compleja en donde se considera al niño como una persona biológica y cultural, el objetivo es estimular las capacidades de reflexionar, crear, aprender, autonomía, cuidado físico y cuidado de la salud.

Como docente de preescolar debo de tomar el papel y facilitar a los alumnos el conocimiento sobre el cuidado de la salud y la realización de actividad física, debemos implementar actividades en donde se enseñen y practiquen este tema, darnos a la tarea de buscar materiales adecuados, organizar los espacios

educativos, programar tiempos, para realizar las actividades, posteriormente observar, evaluar y mejorar los puntos que fallaron.

2.6 Orientación de las estrategias de trabajo

La infancia es una etapa rica en experiencias en la que niñas empiezan a aprender sobre sí mismos y el mundo que los rodea. Es precisamente durante estos años en los que se cimientan muchos de los hábitos de alimentación, actividad física y cuidado personal que los acompañarán a lo largo de sus vidas.

Nosotros tenemos la oportunidad de ayudarles a establecer las bases para una vida sana desde el comienzo, para lograr esto es importante tener una organización del espacio de trabajo, materiales, tiempo y estructura de actividades para tener un registro y se obtenga un aprendizaje significativo y al mismo tiempo innovar en este tema.

Durante todas las actividades debemos tener en cuenta que el alumno se divierta y aprenda.

El enfoque de estas estrategias es en edad temprana porque nos basamos en los niños de edad preescolar, se da un aprendizaje desde el inicio del ciclo de la vida, la promoción de hábitos saludables, y actividad física.

2.7 Objetivos de las estrategias de trabajo

Alimentación saludable:

- Reconocerán las características de una alimentación balanceada, en la que se consume variedad de alimentos naturales o mínimamente procesados.
- Valorarán la alimentación como una fuente de salud y bienestar.

Actividad física

- Disfrutarán de la actividad física e investigarán las opciones de actividad física a su disposición.

- Explorarán el funcionamiento de su cuerpo a través del movimiento.
- Entender la importancia del descanso para la recuperación de energía. Harán un uso responsable de dispositivos digitales y otras pantallas.

Sabiendo todo lo anterior nos podemos dar cuenta sobre la importancia de los hábitos de salud, nutrición y actividad física durante la primera infancia, puesto que esto es fundamental para un adecuado desarrollo y un buen proceso de aprendizaje.

La actividad física es necesaria y vital para que los niños puedan estar en forma, durante el movimiento se involucran algunos procesos biológicos; se debe de crear un equilibrio entre lo que comen y los movimientos que realizan a diario los alumnos para que tengan energía, concentración y un buen desarrollo.

Cuando el cuerpo se mantiene activo se obtienen grandes beneficios, el ánimo, mejora, están más despiertos, aprenden mejor, se pueden concentrarnos con mayor facilidad y cuando llega la noche los niños duermen mucho mejor. La actividad física constante nos ayuda a mejorar en una o en todas, de las siguientes condiciones, resistencia, fuerza y flexibilidad.

Como docentes se debe trabajar la actividad física como algo divertido, enseñarles a los alumnos que lo pueden realizar en cualquier lugar y puede ser en compañía o solos, lo importante es estar en constante movimiento.

Una alimentación saludable tiene que ser, completa con alimentos que contengan todos los nutrientes y equilibrada, es decir, con la cantidad necesaria de cada nutriente para los niños preescolares, también los ayuda a tener un peso de acuerdo con su edad, les ayuda a crear un cuerpo fuerte y sano y a prevenir enfermedades.

Capítulo 3 Diseño metodológico

En este capítulo hablaremos sobre la metodología que se implementó en el proyecto de intervención, para poder realizarlo de la manera correcta es necesario hacer un análisis sobre el caso de estudio y los instrumentos con los que estaremos trabajando.

Comenzaremos por revisar algunos conceptos para poder entender el contexto.

3.1 Método

Método, Camino para alcanzar una meta. Sistema de principios (identidad, contradicción, exclusión) y normas (inducción, deducción) de razonamiento para establecer conclusiones en forma objetiva. (Carlos M, Vélez S, 2001, p,6).

Podemos entender por método a una serie de pasos a seguir para llegar a un objetivo, en esta ocasión tenemos que realizar los pasos para abordar nuestros objetivos generales y específicos.

3.1.1 Método científico

El método científico nos ayudara a descubrir los resultados de nuestra problemática, es un procedimiento que implica la observación de las vivencias que se van a utilizar, para descubrir nuevos resultados.

3.2 Metodología

La metodología es fundamental en la elaboración de este proyecto, ya que tiene unos objetivos generales como, organizar el tiempo del proyecto, tener las herramientas necesarias y correctas para realizar la investigación propuesta. Ya que es un procedimiento para realizar y tener un resultado sobre lo que queremos investigar.

3.2.1 Estrategias metodológicas

En Ciencias Sociales y específicamente en Sociología, existen por lo menos tres tipos de estrategias metodológicas: las cualitativas, las cuantitativas y las de triangulación. Cada una de ellas, se usa para cosas particulares y distintas

porque cada una nos brinda un tipo específico de información y acercamiento a la realidad. (Monje, 2011, p. 10).

Históricamente, las primeras estrategias que surgieron y se desarrollaron fueron las cuantitativas, luego las cualitativas y, por último, las de triangulación.

De las estrategias metodológicas que hay la que ocuparemos será la cualitativa porque es la correcta para poder obtener datos y resultados hacia nuestra problemática a trabajar.

3.2.2 Estrategia metodológica cualitativa

La estrategia metodológica cualitativa, muy vinculada al enfoque hermenéutico-crítico, es un tipo de estrategia que se sirve principalmente de los discursos, las percepciones, las vivencias y experiencias de los sujetos.

La metodología cualitativa es una estrategia que sirve para el descubrimiento de las vivencias de los individuos.

Por lo tanto en este proyecto nos enfocaremos en esta estrategia metodológica porque nos permite enfocarnos en las causas de problemas sociales, que se presentan en el preescolar; por medio de la observación nos permitirá obtener datos no numéricos y tendremos una profundización en nuestro objetivo de estudio.

3.2.3 Técnicas de investigación

Las técnicas de estudio son el conjunto de herramientas e instrumentos que se pueden utilizar para obtener información. Es nuestro apoyo para realizar una investigación correctamente. En estas el investigador debe indagar para obtener los resultados deseados a su problemática.

3.2.4 La Investigación Acción

Nos enfocaremos en la investigación acción por que se utiliza en el estudio de una problemática como la que estamos presentando, y por lo tanto requerimos de una solución para el beneficio de los alumnos.

Esta técnica tiene como característica la reflexión y acción entre los que investigan y los que son estudiados.

3.3 Instrumentos de investigación

Los instrumentos de investigación son los recursos que utilizaremos durante el periodo que dura la investigación para poder obtener información, poder clasificar los resultados y tener o buscar soluciones adecuadas.

Para la problemática que se presenta utilizaremos los siguientes instrumentos:

- Observación

3.4 Caso de estudio

La investigación se realizará en la escuela que actualmente estoy laborando, “Jardín de Niños Melymar” ubicada en la alcaldía Gustavo A. Madero en la Ciudad de México.

Estoy trabajando con el grupo de kínder 1, en donde los alumnos tienen 3 y 4 años, en este ciclo escolar solo cuento con 4 alumnos, 2 niñas y 2 niños.

Las necesidades de los alumnos se basan en la falta de actividad física y el cuidado de la salud, hablando de hábitos de higiene y hábitos alimenticios.

A continuación, se encuentran el planteamiento de los objetivos:

3.5 Objetivo general

- Identificar acciones para tener un cuidado de la salud adecuado, y al mismo tiempo realizar actividad física en niños de 3 a 4 años que cursan el preescolar.

3.6 Objetivos específicos

- Diseñar una estrategia basada en actividades que promuevan el buen cuidado de la salud y la realización de actividad física.
- Practicar actividades que fortalezcan los movimientos musculares del niño de 3 a 4 años.
- Organizar ambientes de aprendizajes adecuados que ayuden a conocer y comprender los elementos que integran una buena alimentación.

3.7 Propuesta de transformación/ intervención

Planeación

La planeación didáctica es diseñar un plan de trabajo que contemple los elementos que intervendrán en el proceso de enseñanza-aprendizaje organizados de tal manera que faciliten el desarrollo de las estructuras cognitivas, la adquisición de habilidades y modificación de actitudes de los alumnos en el tiempo disponible para un curso dentro de un plan de estudios. (Alonso Tejeda, María Eréndira, 2009)

Cómo se menciona en el párrafo anterior la planeación es tener organizadas las actividades que se llevaran a cabo durante un determinado tiempo, esto depende de la actividad, tema, espacio y materiales que tengamos para utilizarlos, las actividades que ponemos en la planeación no siempre salen como las tenemos organizadas, algunas veces tenemos que hacer ajustes para lograr el objetivo.

Implementación

Durante el periodo de implementación se realizarán las actividades propuestas en la planeación para así poder observar y analizar los resultados que se obtendrán y poder sacar las evaluaciones correspondientes a este proyecto.

Instrumentos de Evaluación



La evaluación se puede entender como la rendición de cuentas de nuestro proyecto.

Durante el periodo de evaluación ya se deben tener todas las actividades finalizadas para poder sacar los resultados de estas, en la evaluación debemos de tener reflexión sobre si se alcanzaron los objetivos planeados al inicio del proyecto.

Para la evaluación de las actividades implementadas en este proyecto, se utilizará la aplicación de la observación y pondremos los acontecimientos importantes en nuestro diario de campo, seguiremos con fotografías y finalmente evaluaremos con rubricas y listas de cotejo elaboradas con los aprendizajes esperados en cada planeación.

Con la evaluación de las actividades programadas se pretende mejorar la práctica de hábitos para el cuidado de la salud, que se cumplan los objetivos planteados.

4 Actividades

Jardín de Niños: Kínder Melymar C.C.T. 09PJN3455W Grupo: 1°A Fecha: 23 junio 2022 Maestra: Ma. Fernanda Rojas Mondragón			
Propósitos Generales		Propósitos de la Educación Preescolar	
Asumir estilos de vida saludables por medio de la actividad física, el juego, la iniciación deportiva y el deporte educativo		Realizar actividad física para favorecer estilos de vida activos y saludables.	
Componente Curricular			
Área de desarrollo personal y social: Educación física			
Organizador Curricular 1		Organizador Curricular 2	
Competencia motriz		Desarrollo de la motricidad	
Competencia motriz		Integración de la corporeidad	
Competencia motriz		Creatividad en la acción motriz	
Aprendizaje esperado			
Realiza movimientos de locomoción, manipulación y estabilidad, por medio de juegos individuales y colectivos.			
Identifica sus posibilidades expresivas y motrices en actividades que implican organización espaciotemporal, lateralidad, equilibrio y coordinación			
Reconoce formas de participación e interacción en juegos y actividades físicas a partir de normas básicas de convivencia.			
Espacio Educativo	Tiempo de duración:	Situación didáctica	Forma de Evaluación
Patio de la escuela	1 sesión	Me muevo y soy feliz	<ul style="list-style-type: none"> - Rubrica - Observación - Evidencias - Coevaluación - Autoevaluación
Materiales:			
 Pelotas  Conos			

- ☾ Silbato
- ☾ Bocina
- ☾ Caja forrada
- ☾ Láminas
- ☾ Letreros
- ☾ Rollos de papel
- ☾ Botes
- ☾ Dado de plástico
- ☾ Proyector
- ☾ Esponjas

Recursos:

https://www.youtube.com/watch?v=6HKg01oLo_Y

- ☾ Computadora

ACTIVIDAD 1 “conociendo la actividad física”

Inicio:

Preguntaré a los alumnos ¿Cómo están?,¿Cómo se sienten?, ¿Toda su familia se encuentra bien?

Para iniciar la actividad los alumnos deben de estar en el patio de la escuela, se deben colocar en una marca que estará previamente marcada en el piso, con el objetivo de cuidar la sana distancia entre cada uno de los alumnos. Platicare con los niños y les diré que jugaremos a las estatuas de marfil, Les preguntare ¿Cuáles son las emociones que ellos conocen?, platicaremos la importancia de expresar nuestras emociones.

Desarrollo:

En el patio los alumnos se colocarán en la marca, la indicación será que cantemos las estatuas de marfil, previamente aprendida; todos los niños cantaran, aplaudirán, saltaran, correrán y cuando el canto termine diré el nombre de una de las emociones (Feliz, triste, enojado, sorprendido) la consigna será que tendrán que imitar con gestos y movimientos a emoción designada sin moverse, el que se mueva pierde y tendrá que bailar al ritmo de la música.

Cierre:

¿Al final de la actividad platicare con los niños sobre ¿Qué fue lo que más les gusto?, ¿Cual emoción fue las que les costó más trabajo representar y por qué? Comentaremos que todos en algún momento tenemos diferentes emociones y eso no es malo

Inicio:

En la siguiente actividad utilizaremos las mismas marcas en el piso, cada niño se deberá colocar sobre una marca frente a mí.

Desarrollo:

La consiga será si grito tierra tendrán que dar dos saltos hacia delante si grito mar dos saltos hacia atrás y si grito aire dos saltos para un lado puede ser izquierda o derecha según lo que decida el niño.

Cada vez se ira intensificando el número de saltos, empezaremos con dos, tres, cuatro y finalmente 5.

Cierre:

Preguntare a los niños ¿Cómo se sienten?

Colocare números en el piso a lo largo del patio (del 1 al 5) así mismo se colocará tres imágenes en números diferentes, las imágenes serán la tierra el mar y el aire, se colocará la tierra en el 5 cuando yo grite tierra deberán correr el número 5 y mencionarme que número es y así sucesivamente.

Inicio:

Organizare al grupo para que se coloquen en las marcas correspondientes, les mostraré una lámina con dibujos donde se encuentren diferentes posturas, cada una tendrá un número.

Desarrollo:

Cuando los niños hayan observado la lámina, yo diré un número y ellos tendrán que imitar la postura indicada. Y así sucesivamente hasta imitar las 5 posturas, tendrán que realizarlas sin moverse, yo pasare a su lugar a simular que le estoy tomando una foto, la cámara serán mis manos.

Cierre:

Mostrare otra lámina con diferentes posturas, pero ahora además de números tendrán colores, yo les indicare por ejemplo “la postura número 3 de color azul, la postura número 5 de color rojo”

Inicio:

Sentados en el patio colocare la “caja mágica” previamente elaborada, les explicare que dentro de ella hay muchos letreros de colores con diferentes consignas,

Desarrollo: Cada niño tendrá que pasar a sacar un letrero, yo lo leeré y tendrá que hacer lo que se indica ahí: por ejemplo

Que saltes.

Que marches.

Que gires.

Trotar en tu lugar.

Correr en tu lugar.

Equilibrio con un solo pie.

Que saltes y aplaudas al mismo tiempo.

Que saltes girando en tu lugar.

Que botes una pelota.

Que camines botando la pelota.

Que pates la pelota.

<p>Cierre:</p> <p>Cada consigna será de un color diferente para cerrar la actividad, ellos me indicarán a mí que color se consigna quieren y yo tendré que realizar lo que dice ahí.</p>
<p>Inicio:</p> <p>Utilizaremos las figuras geométricas que están pintadas en el patio, cuadrado, triangulo, circulo y rectángulo, le proporcionare a cada niño una esponja, tendrán que ir a mojarla y exprimirla.</p>
<p>Desarrollo:</p> <p>La actividad consistirá en que cada niño deberá lanzar su esponja mojada desde diferentes distancias y formas hacia la figura que les indique, la esponja tendrá que caer dentro de la figura (nos hincamos y lanzamos la esponja al círculo, colócate arriba de la resbaladilla y lanza tu esponja al cuadrado, parte cerca de la puerta del baño y lanza al triangulo, volteado dando la espalda a las figuras lanza tu esponja al rectángulo.</p>
<p>Cierre:</p> <p>Sentados en el piso preguntare ¿Cuál fue la actividad que más les gusto, porque, cual les pareció más difícil por qué?, preguntare ¿Por qué los creen que es importante realizar actividad física?</p> <p>Finalmente les presentare un video donde se les explique la importancia de la educación física. https://www.youtube.com/watch?v=6HKg01oLo_Y</p>
<p>Inicio:</p> <p>Colocaré a lo largo del patio botellas, conos, rollos de papel y botes, en cada circuito será diferente cantidad de objetos (4 botes, 3 rollo, 2 cono) les preguntare si conocen un dado ¿Cómo es? ¿Que forman tiene? ¿Qué más tiene? Les mostrare un dado gigante de plástico, pasare el dado por cada alumno para que lo observen</p>
<p>Desarrollo:</p>

La indicación será que cada niño tendrá que lanzar el dado y según el número que caiga tendrá que buscar el circuito correspondiente, por ejemplo, si cayó 3, buscara donde haya 3 elementos, correrá por la pelota y tendrá que derribar los 3 objetos. Y así sucesivamente.

Cierre:

Jugaremos nuevamente, pero esta vez tiraremos la pelota de diferentes maneras y diferentes distancias, por ejemplo: por arriba, por el abajo. Como bomba, despacio, con una mano, con dos manos, con un pie, etcétera. Al finalizar preguntare cual fue la manera que logro derribar más objetos.

Clases extras

- ❖ Inglés
- ❖ Música
- ❖ Inteligencia emocional
- ❖ Danza

Actividades permanentes:

- saludo
- registro de asistencia
- registro de fecha
- recreo
- desayuno

Ajustes Curriculares:

Alumnos con nivel de desempeño **BAJO**

Dar las consignas individualmente, trabajar a la par con ellos para mejorar la comprensión de todas las actividades.

Alumnos con nivel de desempeño **BASICO**

Apoyo personalizado a realizar todas las actividades.

Alumnos con nivel de desempeño **SATISFACTORIO**

Alentar la participación en las actividades, propiciar la ayuda para con sus compañeros.

Transversalidad:

- Lenguaje y comunicación
- Pensamiento matemático
- Educación socioemocional

Programas colaterales:

Salud

Ecología

Lectura

Artes

Ciencias

Jardín de Niños: kínder Melymar		C.C.T.	
Grupo: 1ºA Fecha: 27 de junio al 01 de julio 2022 Maestra: María Fernanda Rojas Mondragón			
Propósitos Generales		Propósitos de la Educación Preescolar	
Mostrar curiosidad y asombro al explorar el entorno cercano, plantear preguntas, registrar información, elaborar representaciones sencillas y ampliar su conocimiento del mundo.		Describir, plantear preguntas, comparar, registrar información y elaborar explicaciones sobre procesos que observen y sobre los que puedan experimentar para poner a prueba sus ideas.	
Componente Curricular			
Exploración y comprensión del mundo natural y social			
Organizador Curricular 1		Organizador Curricular 2	
Mundo natural		Cuidado de la salud	
Aprendizaje esperado			
<ul style="list-style-type: none"> • Practica hábitos de higiene personal para mantenerse saludable • Conoce medidas para evitar enfermedades • Reconoce la importancia de una alimentación correcta y los beneficios que aporta al cuidado de la salud 			
Espacio Educativo	Tiempo	Situación didáctica	Forma de Evaluación
Salón de clases Patio Grupal Equipos Individual Parejas	Tiempo de duración: 5 sesiones	“Me gusta cuidarme y estar limpio”	Rubrica Observación Evidencias Coevaluación Autoevaluación
ACTIVIDAD 2 “las enfermedades”			
<p>Inicio:</p> <p>Antes de iniciar la actividad preguntaré a los niños como se sienten el día hoy, cada uno expresara sus sentimientos, si es el caso que alguno se sienta mal o triste daremos un espacio para tratar de platicar con él o ella y animarlos. Cantaremos canciones para saludarnos. (esto se realizó todos los días)</p>			

Para rescatar conocimientos previos de los niños, con base a la idea que tienen de tener una vida saludable y las enfermedades que provocarían no tenerla, así como la importancia que tienen los doctores en nuestra vida; Comenzaremos la actividad todos sentados en su lugar con las siguientes preguntas ¿Saben que es la salud?, ¿Qué necesitamos para estar saludables?; enseguida realizaremos la siguiente actividad; previamente pegare en el pizarrón una imagen de un doctor y una doctora, les pediré que observen con atención, posteriormente realizare los siguientes cuestionamientos; ¿Quiénes son? ¿Qué hacen? ¿Cómo nos ayudan? ¿Dónde lo podemos encontrar? ¿Han ido a alguno? ¿Por qué han tenido que ir al doctor? ¿Es importante visitar al doctor? ¿Por qué? ¿Los doctores son buenos o malos? ¿Por qué?, rescatar las ideas principales y se anotarán en el pizarrón.

Enseguida, veremos el vídeo “¿Por qué voy al doctor?”
<https://www.youtube.com/watch?v=7Tyh7vIW2tU>

Desarrollo:

Al finalizar el vídeo y una vez contextualizados, realizare los siguientes cuestionamientos; ¿Qué le pasó al niño? ¿Por qué tuvo que ir al doctor? ¿El doctor le ayudó? ¿Por qué?, ¿Creen que es importante ir al doctor? de esta manera los invitare a reflexionar sobre la importancia de la labor de un médico y sobre cómo nos ayuda cuando nos sentimos mal. Retomando por qué el niño tuvo que asistir al doctor hacerlos que recuerden alguna situación en la que ellos también hayan tenido que asistir a uno.

Proporcionare a cada uno de los niños una hoja blanca y colores, en esta hoja tendrán que realizar un dibujo de esta situación. Al finalizar, cada uno pasara a explicar y contar su experiencia, en caso de ser necesario realizare cuestionamientos de forma directa tales como, ¿Por qué fuiste al doctor? ¿Estabas enfermo? ¿Te sentías mal? ¿El doctor te ayudó a sentirte mejor? ¿Por qué crees que te enfermaste? ¿Tuviste que tomar algo para mejorarte?, una vez que hayan pasado todos pegare sus trabajos en un área determinada del salón.

Cierre:

Con base a lo realizado, explorar que conocimientos previos tienen los niños y sobre lo que conocen acerca las enfermedades; para esto se les preguntará, ¿Saben que es una enfermedad? ¿Saben por qué nos enfermamos? ¿Saben cómo se contagian las enfermedades?, de sus aportaciones rescatar las ideas principales y anotarlas en el pizarrón.

Veremos el vídeo “Las enfermedades infecciosas para niños”, https://www.youtube.com/watch?v=nQd7EE_5HPU solicitar que escuchen y observen con mucha atención, al finalizar, les realizare los siguientes cuestionamientos; ¿Qué es una enfermedad? ¿Por qué nos enfermamos? ¿Por qué es importante asistir al médico cuando nos enfermamos?,

Nota: Solicitar de tarea para el día siguiente que investiguen con ayuda de papá o mamá; ¿Qué son las enfermedades? ¿Cómo afectan nuestro organismo y nuestra salud? ¿Cómo podemos evitar las enfermedades?, traer la información ilustrada en media cartulina.

ACTIVIDAD 3 “lucha por las enfermedades”

Inicio:

Comenzare el dialogo con los niños sobre lo realizado el día anterior con base a los siguientes cuestionamientos; ¿Recuerdan que hicimos ayer? ¿Qué fue lo que más les gustó? ¿Por qué?, una vez adentrados en el tema, organizarlos en semicírculo, sentados en el piso, se solicitará la tarea que se les pidió un día anterior, se preguntará de forma general lo siguiente; ¿Qué es una enfermedad? ¿Por qué nos enfermamos? ¿Cómo nos afectan las enfermedades? ¿Qué debemos de hacer cuando nos enfermamos?, de sus aportaciones rescatar las ideas principales, y contrastar lo que ya sabían con lo que ahora saben, anotando sus respuestas al lado de las del día anterior. Pasaran a exponer sus trabajos.

Desarrollo:

Para la siguiente actividad veremos un video más, “¿Cómo prevenir enfermedades?”; <https://www.youtube.com/watch?v=bLBQl0fzBQs> pero antes les contare que nos convertiremos en superhéroes. Les preguntare si les gustan los superhéroes, que

¿cuáles conocen?, ¿cómo son?, ¿Por qué les gustan?, ¿Si Uds. fueran super héroes que superpoder les gustaría tener? escucharemos las respuestas.

Les diré que esta semana nos convertiremos en superhéroes que lucharan contra las enfermedades, que veremos el video y al termino les hare preguntas sobre este y el que conteste más y mejor será el que tenga más superpoderes. Les comentare que para poder ser super héroes necesitaremos una capa y un antifaz para guardar nuestra identidad. (Previamente les realizare una capa y un antifaz de papel y cartón respectivamente), nos colocaremos capas y antifaces, y cada uno tendrá que pensar el nombre de superhéroe que le gustaría tener los anotare en el pizarrón, y ahora si listos para ver el video. Al termino de este empezaran las preguntas referentes al video; en la caja mágica estarán los nombres de cada uno yo sacare uno y será el turno de ese niño para contestar, en caso de que no lo haga otro podrá robarle el punto, y así sucesivamente hasta que pasen todos.

- ¿Por qué es importante que nos vacunemos?
- ¿Cómo podemos luchar contra las enfermedades?
- ¿Cómo se llama nuestro sistema de defensa del cuerpo?
- ¿Qué causan las enfermedades que pueden contagiarse, como la gripe?
- ¿Cómo nos protegen las vacunas?
- ¿Para qué son necesarias las vacunas?
- ¿Cuándo tenemos las vacunas de que nos protegemos?

Las siguientes preguntas ya no corresponden al video, pero son acciones que realizamos diariamente

- ¿Qué acciones tenemos que hacer en estos tiempos para protegernos de las enfermedades?
- ¿Cómo es la técnica de lavado de manos?
- ¿Cómo es el uso adecuado de cubrebocas?

Cierre:

Saldremos al patio a jugar “atrapa las enfermedades”, tres niños serán superhéroes y los demás serán enfermedades (previamente realizare mascararas representando

COVID, gripa, Tos, temperatura, mugre) antes se las mostrare y les diré cual corresponde a cada enfermedad), les platicare que se escaparon varias enfermedades que necesitamos a alguien que las atrape, a unos poderosos y valientes superhéroes, comenzaran a correr las enfermedades y los superhéroes a intentar atraparlas, cambiaremos papeles para que todos en algún momento sean super héroes y enfermedades.

Dialogar sobre el trabajo en esta sesión e invitarlos a reflexionar sobre por qué es importante estar saludables y prevenir enfermedades. Preguntare ¿Qué fue lo que más les gustó? ¿Por qué? ¿Qué fue lo que no les gustó? ¿Por qué? ¿Se les hicieron fáciles o difíciles las actividades del día de hoy?

ACTIVIDAD 4 “hábitos de higiene”

Inicio:

Organizar al grupo en semicírculo, comenzar entablando dialogo con los niños cuestionándoles ¿Qué hicimos ayer?, ¿De qué hablamos?, ¿Qué paso primero?, ¿Después?, ¿Les gustaron las actividades?, ¿Qué fue lo que más les gusto?, ¿Por qué?

(nos pondremos nuestro traje de superhéroe)

Les comentare que ya sabemos que son las enfermedades, ya sabemos la importancia de visitar al doctor, que ahora me digan ¿qué tenemos que hacer para evitar que esas enfermedades nos ataquen?, rescatara las ideas principales y las anotare en el pizarrón.

Platicaremos que para poder cuidarnos de enfermedades debemos también tener buenos hábitos higiénicos.

¿Alguien sabe cuáles son los hábitos higiénicos?, ¿Por qué son importantes?
Veremos el video “Hábitos de higiene para niños”

<https://www.youtube.com/watch?v=WnnUAMSt7EY>

Desarrollo:

Al término del video preguntare ¿Cuáles son los hábitos de higiene?, ¿Creen que son importantes?, ¿Cuántos hábitos de higiene menciona la niña?, los escribiremos en el pizarrón, ¿Cuáles realizan Ustedes??

Después iré mostrando y pegando en el pizarrón imágenes que representen los hábitos de higiene para que los puedan observar, les comentare a los niños que cada uno tendrá que armar un rompecabezas de los hábitos de higiene el cual les proporcionare y observare como lo arman, ayudare por si algún alumno requiere ayuda. Cuando los rompecabezas estén armados, los cambiaremos para que puedan armar otro, finalizando la segunda ronda pasaremos a ver como quedaron todos los rompecabezas.

Cierre:

Vestidos de superhéroes dividiré al grupo en dos equipos, pediremos a las maestras de Preescolar III y II si permiten a un equipo ir a proyectarles el video, “Los hábitos de higiene”, <https://www.youtube.com/watch?v=PSw6wj2ppGk> al grupo. Al término del video con ayuda de las maestras anotaran que, y cuantos hábitos de higiene realizan los niños de cada grupo, regresaran al salón con la información y elaboraremos una gráfica con tal información para ver que tantos hábitos de higiene tienen los niños en general.

NOTA: De tarea tendrán que realizar un dibujo de los hábitos de higiene que ellos realizan en casa, esta tarea será para todos los grupos.

ACTIVIDAD 5 “cuido mis dientes”

Inicio:

Para esta actividad les avisaremos una semana antes a los padres de familia que deberán grabar a los niños lavándose los dientes, el video lo deberán mandar al correo de la escuela.

Con anterioridad juntare todos los videos para poder presentarlo en clase.

Pediré a los niños que conjuntamente que cuenten la historia de cómo es una visita odontológica. Hare preguntas que les permitan construir la narrativa; por ejemplo ¿Cuándo vamos al dentista? ¿con quién vamos? ¿qué pasa cuando llegamos? ¿cómo está vestido el/la dentista? ¿cómo nos revisa? ¿qué instrumentos usa? ¿qué hace para ayudarnos a cuidar los dientes? ¿qué pasa cuando termina? ¿Cuántos veces se lavan los dientes al día?, ¿Cómo se lavan los dientes?, ¿se lavan los dientes solos o piden ayuda?, ¿después de cada alimento se lavan sus dientes? Escucharemos las respuestas de los alumnos y las comentaremos.

Veremos el video “Como lavarse los dientes paso a paso” <https://www.youtube.com/watch?v=A9EM4uUR7O8> y platicaremos sobre este: ¿Cuánto tiempo debemos cepillar nuestros dientes?, ¿Cuántos pasos son para el adecuado cepillado de dientes?, ¿Cuáles son? ¿cuándo debemos cepillarnos los dientes? ¿cómo cepillan ustedes sus dientes? Les explicare que es importante cuidar nuestros dientes porque los dientes nos ayudan a masticar los alimentos que comemos para mantenernos sanos.

Desarrollo:

En el salón de clases se sentarán viendo al pizarrón, les proyectare el video de ellos lavándose los dientes, después comentaremos sobre quien creen que se lavó de la manera correcta los dientes, al finalizar la participación de los niños, les diré que lamentablemente nadie se los lavo de la manera adecuada y para esto les presentaré un video de una dentista que nos explicara la manera en que nos debemos cepillar los dientes.

En el video habrá una sección en donde la dentista nos diga cómo se lavan los dientes correctamente.

Al termino nosotros tendremos que practicar con ayuda de una boca grande que realizare previamente hecha de fomi y botellas de refresco simulando los dientes de los niños, irán pasando de uno a uno a realizar los pasos, corrigiendo cuando lo hagan mal.

Cierre:

Después de que pasen todos los alumnos, saldremos a los lavarnos para que cada uno se pueda lavar sus dientes, pasara cada uno para que lo podamos observar.

Regresaremos al salón de clases para realizar una hoja de actividades, al terminarla, cada alumno pasara para que nos expliquen que pasos debemos seguir para que nuestros dientes estén limpios y sanos. Cantaremos la canción dice: “Los dientes de arriba se cepillan para abajo, los dientes de abajo se cepillan para arriba y tus muelitas debes cepillar con un movimiento circular”

Inicio:

ACTIVIDAD 6 “Lavo mis manos”

Inicio

Retomaremos el tema de los hábitos de higiene que debemos tener, entre ellos está el lavado de manos, pero los alumnos no conocen la técnica adecuada para poder realizarlo, haré las siguientes preguntas ¿En qué momento te lavas las manos? ¿Qué pasa si no lavamos nuestras manos? ¿Qué utilizamos para lavar las manos? ¿Cuánto tiempo nos lavamos las manos? Escucharemos las respuestas.

Les Platicaré que es un día muy importante porque debido a la pandemia que estamos es muy importante lavarnos las manos correctamente para prevenir enfermedades.

Desarrollo:

Cierre:

Para finalizar saldremos para poder realizar el lavado correctamente, primero les enseñare y les explicaré los pasos y después pasara uno por uno para aclarar dudas y que lo hagan de una manera adecuada.

Material

- ☾ laminas con imágenes (hábitos de higiene, alimentos saludables y alimentos chatarra)
- ☾ colores

- ☾ hojas blancas
- ☾ hojas impresas
- ☾ imágenes de doctores
- ☾ frutas y verduras de plástico
- ☾ frutas y verduras
- ☾ diamantina
- ☾ Resistol
- ☾ Confeti, serpentinas
- ☾ pintura
- ☾ brochas
- ☾ cuentos
- ☾ papel bond
- ☾ salón de clases
- ☾ patio

Recursos:

<https://youtube.com/watch?v=7Tyh7vIW2tU&feature=share>

https://youtube.com/watch?v=nQd7EE_5HPU&feature=share

<https://youtube.com/watch?v=eWMQWPQ8k1Y&feature=share>

<https://youtube.com/watch?v=cFUaHGIF0Dk&feature=share>

<https://youtube.com/watch?v=roUOtWfOEgk&feature=share>

<https://youtube.com/watch?v=-Lxmc1Ehswl&feature=share>

<https://youtube.com/watch?v=R9fW1kx3ZbA&feature=share>

- ☾ computadora

Cuento “Super limpios”, un cuento de higiene

Actividades permanentes:

-saludo

-registro de asistencia

-registro de fecha

-recreo

-desayuno

Ajustes Curriculares:

Ajustes Curriculares:

Alumnos con nivel de desempeño **BAJO**

Dar las consignas individualmente, trabajar a la par con ellos para mejorar la comprensión de todas las actividades.

Alumnos con nivel de desempeño **BASICO**

Apoyo personalizado a realizar todas las actividades.

Alumnos con nivel de desempeño **SATISFACTORIO**

Alentar la participación en las actividades, propiciar la ayuda para con sus compañeros.

Transversalidad:

- Lenguaje y comunicación
- Pensamiento matemático
- Artes
- Educación socioemocional

Programas colaterales:

Salud
Ecología
Lectura
Artes
Ciencias

Coevaluación:

Autoevaluación:

<p>Jardín de Niños: Kínder Melymar C.C.T. 09PJN3455W</p> <p>Grupo: 1ºA Fecha: 20 al 08 de julio de 2022 Maestra: María Fernanda Rojas Mondragón</p>			
Propósitos Generales		Propósitos de la Educación Preescolar	
<p>Mostrar curiosidad y asombro al explorar el entorno cercano, plantear preguntas, registrar información, elaborar representaciones sencillas y ampliar su conocimiento del mundo.</p>		<p>Describir, plantear preguntas, comparar, registrar información y elaborar explicaciones sobre procesos que observen y sobre los que puedan experimentar para poner a prueba sus ideas.</p>	
<p>Componente Curricular</p> <p>Exploración y comprensión del mundo natural y social</p>			
Organizador Curricular I		Organizador Curricular 2	
Mundo natural		Cuidado de la salud	
<p>Aprendizaje esperado</p> <p>Practica hábitos de higiene personal para mantenerse saludable. Conoce medidas para evitar enfermedades. Reconoce la importancia de una alimentación correcta y los beneficios que aporta al cuidado de la salud.</p>			
<p>Espacio Educativo</p> <p>Salón de clases</p> <p>Patio de la escuela</p>	<p>Tiempo</p> <p>Tiempo de duración:</p> <p>5 sesiones</p>	<p>Situación didáctica</p> <p>“Vida y alimentos saludables”</p>	<p>Forma de Evaluación</p> <p>Observación</p> <p>Evidencias</p> <p>Lista de cotejo</p>
<p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"> ☾ Cartulinas ☾ Tijeras ☾ Pegamentos ☾ Imágenes ☾ Computadora 			

- ☾ Plumón
- ☾ Sillas
- ☾ Hojas
- ☾ Colores

Recursos:

- ☾ Computadora
- ☾ Videos

<https://youtu.be/MI1S5rM0ou0>

ACTIVIDAD 7 “conozco frutas y verduras”

Inicio:

Comenzare el dialogo con los niños sobre lo realizado el día anterior con base a los siguientes cuestionamientos; ¿Recuerdan que hicimos ayer? ¿Qué fue lo que más les gustó? ¿Por qué?, una vez adentrados en el tema, organizarlos en semicírculo, sentados en el piso. Utilizaremos el desayuno de cada niño y veremos cuantos alimentos saludables trajeron y cuantos no tan saludables, Cuestionare a los niños sobre el trabajo realizado a lo largo de la semana: ¿Cuáles son las acciones para mantenernos saludables?, ¿Qué debemos de comer para estar sanos?, ¿Que debemos tomar?, ¿Que debemos hacer para estar limpios?,¿Qué pasa si no nos alimentamos adecuadamente?, ¿Qué pasa si no tengo hábitos higiénicos?, ¿Si me llevo a enfermar que debo hacer?, ¿Con quién tengo que ir?, ¿En esta actualidad que acciones debo tomar aparte de dormir bien , buena alimentación, hábitos higiénicos para cuidarnos y cuidar a los demás?

Desarrollo:

Comentaremos que la actividad física también es parte de estar saludables, que nosotros en las pausas activas, realizamos cierta actividad física, les diré que una pausa activa es un momento de activación que permite un cambio en la dimànica, en dònde se puede combinar una serie de movimientos que activan los sistemas músculo-esqueléticos, cardio vasculares, respiratorios y cognitivo. Saldremos al patio. En el patio sentados en tapetes, les contare el cuento “No me gustan las verduras”, los personajes serán mamá coneja, y sus dos hijos conejito Liam y la conejita Isabella.

(El cuento se trata de dos niños y su mamá, pero yo lo adaptare a mamá coneja y sus conejitos, y se los contare yo); al término del cuento les preguntare si a ellos ¿les gustan las frutas y verduras?, ¿Cuáles son sus preferidas?, ¿Por qué?

Previamente realizare títeres de frutas y verduras de fomi, y cada una les dirá sus propiedades y a lo que nos ayudan.

*Hola yo soy la zanahoria ayudo a fortalecer el cabello, las uñas, tengo propiedades anticancerígenas, prevengo el envejecimiento, conservo más sano el corazón, mejoro la salud ocular.

*Hola yo soy el brócoli tengo vitamina C, A, ácido fólico, soy rico en fibra, tengo pocas calorías y grasas, mejoro la salud del corazón...etc.

Y así lo hare con varias frutas y verduras: (jitomate, calabaza, sandia, pera, manzana, fresa, naranja, cebolla, tomate)

Cierre:

Para finalizar volveremos a usar nuestro traje de super héroe y haremos un concurso de adivinanzas de frutas y verduras, jugaremos memorama de alimentos saludables, al final les daré una hoja donde tendrán que contar cuantas frutas o verduras hay de cada una, una donde estarán varios semáforos y alimentos y tendrán que colorear como se indica

Comentaremos ¿Cuál fue su actividad favorita?, ¿Por qué?, ¿Qué fue lo que más les gusto?, ¿Qué fue lo que no les gusto?, ¿Por qué?, les platicare que la alimentaciones tan importante y primordial que tiene un día especial para ella, que el 16 de octubre se celebra el día mundial de la alimentación.

ACTIVIDAD 8 “Vamos a dormir”

Inicio:

El día de hoy comentaré con los alumnos acerca de la importancia de dormir adecuadamente y temprano, pediré que me digan a qué hora duermen, que hacen antes de dormir, como se duermen y comentaremos sus ideas.

Desarrollo:

Quiero comentarles a los alumnos que es muy importante que se duerman temprano y contarles la historia de Paco sin sueño:

“Paco era un niño que se levantaba muy tarde porque se dormía muy tarde, por las mañanas, cuando se levantaba lo primero que hacía era ver su Tablet y después desayunaba refresco con dona de chocolate, todo el día se la pasaba sentado comiendo chatarras y lo que más le gustaba era hacer ejercicio y hacer yoga”.

Al finalizar la historia les preguntare ¿creen que lo que hace de Paco son están bien?, ¿Por qué? Escucharemos a todos los compañeros compartir sus respuestas.

Después de participar todos les pediré que clasifiquen las actividades de Paco entre buenos y malos hábitos, comentaremos sus ideas y después les pediré que lo comparen con su vida cotidiana y mencionen lo que ellos hacen diariamente, sus acciones buenas y sus acciones malas para ver si se parecen o no a Paco.

Cierre:

Ahora les mencionare que vamos a relajarnos un poco pues es importante que se tomen un tiempo diario de ejercicio y relajación después de realizar todas sus actividades.

Les propondré ver el video <https://youtu.be/MI1S5rM0ou0> Yoga para niños “El cuento de las mariposas”. Después de verlo les pediré que nombren algunos de los movimientos o ejercicios que se hacen en el video y los motivaré a hacerlos tomando un espacio en el suelo del salón de clases, los apoyare a recordar los movimientos para que los realicen, les pondré música relajante para que descansen un rato.

Les comentare que es muy importante siempre pensar positivo lo que quiere decir que no digan no puedo, no me sale, si no que por el contrario digan yo puedo hacer lo que me propongo.

Nota: Pedir de tarea que traigan recortes o impresiones de los alimentos favoritos de los niños.

ACTIVIDAD 9 “alimentación saludable”

Inicio:

Comenzare entablando dialogo con los niños cuestionándoles ¿Qué hicimos ayer?, ¿De qué hablamos?, ¿Qué paso primero?, ¿Después?, ¿Les gustaron las actividades?, ¿Qué fue lo que más les gusto?, ¿Por qué?

Platicaremos sobre la tarea pedida el día anterior y cada uno tendrá que exponerla, al termino colocaremos los carteles en el patio para que todos los niños los puedan observar.

Les comentare que además de bañarnos, lavarnos las manos, cepillarnos los dientes, ir al doctor y al dentista otro aspecto importante para estar sanos es dormir bien y la alimentación adecuada. Comentare que es muy importante que se duerman temprano para que descansen bien.

Desarrollo:

Veremos el video “Importancia del buen dormir”, <https://www.youtube.com/watch?v=Xg3OxvJLmtc> al término de este les preguntare ¿Qué consecuencias tiene el no dormir bien?, ¿Afecta mucho a la salud?, ¿A qué horas se duermen ustedes?, ¿Duermen bien o mal?

La siguiente actividad será platicar sobre la importancia de una alimentación saludable; les diré que el buen funcionamiento de los órganos, el crecimiento y el desarrollo dependen en gran medida del consumo en cantidad y calidad de alimentos, que el plato del buen comer muestra un grupo de alimentos resaltando que ningún alimento es más importante que otro que debe haber una combinación para que nuestra dieta diaria sea correcta y balanceada. (mostrare una lámina del plato del buen comer y la jarra del buen beber), veremos el video “Alimentación saludable para niños” https://www.youtube.com/watch?v=9_F9UBNE9sc&t=52s

¿Qué es la alimentación saludable?, ¿Qué alimentos debemos evitar comer?, ¿En qué nos beneficia alimentarnos de forma saludable?, ¿Qué bebida debemos consumir de manera habitual? Nombraran los alimentos que acostumbran a comer en su hogar

Realizaran un dibujo de los alimentos y bebidas saludables que más les gusten en una hoja.

Cierre:

Realizaremos el semáforo de la salud, colocare diversas imágenes de alimentos sobre una mesa colocada en medio del salón, cada niño pasara tomara una imagen y la tendrá que colocar donde corresponda (verde-consumir diariamente, amarillo-semanalmente y rojo-ocasionalmente)

Observaremos el video “Selección saludable de alimentos” <https://www.youtube.com/watch?v=cFUaHGIF0Dk&t=15s> al termino realizare preguntas sobre este: ¿Qué paso en el video?, ¿Creen que los niños tenían derecho de reclamarle a su mama?, ¿Cuál niño era el más sano?, ¿Por qué?

ACTIVIDAD 10 “mis alimentos favoritos”

Inicio:

Para este día les leeré el cuento “La pequeña niña que siempre tenía hambre” de Asbil Mendoza Huerta, los niños deberán estar sentados en su lugar para poder poner atención, al terminar la lectura les hare cuestionamientos como ¿Qué comía la niña?, ¿Con qué la alimentaban sus papás?, ¿Por qué siempre tenía hambre?, ¿cómo calmó su hambre?, etc.

Desarrollo:

En el pizarrón hare una lista los alimentos que hace referencia el cuento, los alumnos me los irán diciendo.

Mostrare nuevamente los dibujos del cuento; entre todos, iremos recreando la historia, para esto es necesario proporcionar a los alumnos revistas, imágenes para que busquen sus alimentos preferidos; pedirles que los recorten y peguen en una hoja.

Los niños presentaran sus alimentos preferidos comentando la razón de por qué les gustan y nos dirán cuales alimentos no les gustan y el por qué.

Cierre:

Utilizaremos las imágenes que les pedimos con anticipación de los alimentos favoritos de los alumnos.

Realizaremos un collage con las comidas preferidas de los niños, bajo el título: “Mi comida favorita”. En el salón de clases colocare una cartulina en donde cada niño ira pegando sus recortes como ellos elijan.

Nota: Solicitar que lleven para mañana empaques o envases de diferentes productos comestibles.

ACTIVIDAD 11 “clasificación por empaque”

Inicio:

Comenzaremos por observar los envases de los diferentes productos, les leeré los datos de importancia como fecha de vencimiento, condiciones de conservación, les explicare de que trata cada apartado que hay en los envases les hare las siguientes preguntas para escuchar las respuestas: ¿sabías que tienen una fecha en la que ya no te puedes comer ese alimento?, ¿Qué te pasaría si te comes así los alimentos?, ¿es importante saber si sirven o no sirven los alientos?

Desarrollo:

Parasemos a reconocer los alimentos qué nos hace bien, qué debemos comer, qué nos hace mal si lo comemos en exceso, etc. Para poder lograr esto es necesario separar en contenedores los empaques y envases llevados a la escuela según los beneficios que traen al organismo y mencionan en sus etiquetas

Realizare un cuadro en cartulina en el que se clasifiquen los alimentos en dos categorías: los que favorecen la salud y los que dañan la salud si se comen en exceso. Los que favorecen a la salud irán en el lado de color verde y los que hacen daño irán de color rojo.

Cada alumno tendrá su turno para clasificar bien los empaques, el niño nos dirá de qué lado ira y se le proporcionará pegamento para colocar el empaqué y repetiremos el proceso hasta pegar todos los empaques

Cierre:

Al terminar de hacer el cuadro en cartulina, se le dará a cada alumno el mismo cuadro en tamaño carta, para que realicen la clasificación correspondiente, colorear las imágenes de productos nutritivos y no nutritivos, recortarlos y pegarlos en el cuadro.

Clases extras

- ❖ Inglés
- ❖ Música
- ❖ Inteligencia emocional
- ❖ Danza

Actividades permanentes:

- saludo
- registro de asistencia
- registro de fecha
- recreo
- desayuno

Ajustes Curriculares:

Alumnos con nivel de desempeño **BAJO**

Dar las consignas individualmente, trabajar a la par con ellos para mejorar la comprensión de todas las actividades.

Alumnos con nivel de desempeño **BASICO**

Apoyo personalizado a realizar todas las actividades.

Alumnos con nivel de desempeño **SATISFACTORIO**

Alentar la participación en las actividades, propiciar la ayuda para con sus compañeros

Transversalidad:

- Lenguaje y comunicación
- Pensamiento matemático
- Educación socioemocional
- Artes

Programas colaterales:

Salud
Ecología
Lectura
Artes
Ciencias

Jardín de Niños: Kínder Melymar C.C.T. 09PJN3455W Grupo: 1°A Fecha: 11 al 15 de julio 2022 Maestra: María Fernanda Rojas Mondragón	
Propósitos Generales	Propósitos de la Educación Preescolar
Mostrar curiosidad y asombro al explorar el entorno cercano, plantear preguntas, registrar información, elaborar representaciones sencillas y ampliar su conocimiento del mundo.	Describir, plantear preguntas, comparar, registrar información y elaborar explicaciones sobre procesos que observen y sobre los que puedan experimentar para poner a prueba sus ideas.
Componente Curricular Exploración y comprensión del mundo natural y social Área de desarrollo personal y social: Educación física	
Organizador Curricular 1	Organizador Curricular 2
Mundo natural Competencia motriz Competencia motriz Competencia motriz	Cuidado de la salud Desarrollo de la motricidad Integración de la corporeidad Creatividad en la acción motriz
<p style="text-align: center;">Aprendizaje esperado</p> Practica hábitos de higiene personal para mantenerse saludable. Conoce medidas para evitar enfermedades. Reconoce la importancia de una alimentación correcta y los beneficios que aporta al cuidado de la salud. Realiza movimientos de locomoción, manipulación y estabilidad, por medio de juegos individuales y colectivos. Identifica sus posibilidades expresivas y motrices en actividades que implican organización espaciotemporal, lateralidad, equilibrio y coordinación Reconoce formas de participación e interacción en juegos y actividades físicas a partir de normas básicas de convivencia.	

Espacio Educativo Salón de clases Patio de la escuela	Tiempo Tiempo de duración: 5 sesiones	Situación didáctica ¿Las frutas y verduras nos ayudan?	Forma de Evaluación Lista de cotejo Observación Evidencias
<p>Materiales:</p> <ul style="list-style-type: none"> ☾ Círculos de colores ☾ Bolsa de tela ☾ Imágenes ☾ Canastas ☾ Letreros ☾ Cronometro ☾ Hojas ☾ Colores ☾ Aros <p>Recursos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ☾ Videos ☾ Computadora ☾ Obra de teatro <p>https://www.youtube.com/watch?v=vUCGxTWSpMA</p>			
<p>ACTIVIDAD 12 “arcoíris de alimentos”</p> <p>Inicio:</p> <p>Hoy comenzaremos por Preguntarles a los niños que entienden por una correcta alimentación y qué alimentos han escuchado que se recomienda consumir. Registrare sus respuestas en el pizarrón.</p> <p>Con anterioridad doblare y recortare 7 papeles bond blancos a la mitad a lo largo, unirlos para conformar 7 tiras.</p> <p>Proporcionare pintura a los alumnos de los 7 colores del arcoíris, asignar a cada equipo 1 color, y pedir que pinten la tira del color asignado con esponjas. Dejaremos secar.</p>			

Desarrollo:

En lo que se secan las tiras que pintamos jugaremos en el patio.

Las frutas están en la canasta: formar un círculo con las sillas menos una, asignarle a cada alumno el nombre de una fruta, estas deberán repetirse entre alumnos, sacar las imágenes de 2 frutas diferentes, los niños que tengan asignada dichas frutas deberán cambiarse de lugar, quien se quede sin silla deberá sacar las siguientes imágenes, a la orden de las frutas están en la canasta todos deberán cambiar de lugar mezclándose en todas las direcciones a tal punto que ninguno quede en el lugar que le correspondió al iniciar el juego.

Estaré observando para que los niños puedan realizar bien el juego.

Cierre:

Para finalizar esta semana realizaremos la actividad “Arcoíris de sabores”: solicitare que mencionen las frutas o verduras que les gusten, ir clasificándolas por color.

Con la información recabada, dibujar en las tiras de color previamente pintadas, las frutas y verduras en sus colores respectivos, e iré escribiendo debajo de cada dibujo el nombre de la fruta o verdura, iremos uniendo las tiras para conformar el arcoíris.

Al terminar de hacer el arcoíris nos sentaremos en semicírculo para conversar sobre la importancia de consumir frutas y verduras diariamente.

Colocar a la vista de la comunidad escolar el arcoíris de sabores, quiero comentarles que los Invitamos a los alumnos de todo el kínder a consumir una fruta y una verdura al día como parte de una alimentación balanceada y saludable.

ACTIVIDAD 13 “Aprendiendo a comer”**Inicio:**

El día de hoy trabajaremos en el salón de clases, colocare en el pizarrón una imagen grande del plato del buen comer y de la jarra del buen beber y pediré que

me comenten, ¿Qué observan?, ¿Habían observado antes la imagen?, ¿Saben o conocen el plato del buen comer?, ¿Para qué creen que nos ayuda el plato del buen comer? Anotare las respuestas a un lado de la imagen.

Desarrollo:

Después les proyectare el video <https://www.youtube.com/watch?v=vUCGxTWSpMA> comentaremos el video,

¿Cuántos grupos de alimentos lo conforman?, ¿Qué frutas había?, ¿Qué verduras?, ¿Había carnes?, ¿Cuáles?, ¿Qué nos aportan los cereales?

recordaremos los colores que se presentan en el plato del buen comer, ¿Qué color de alimentos vieron?

los beneficios que se obtienen al tener una buena alimentación como estar contentos, tener energía para jugar, no estar enfermos, entre otros.

Posteriormente trabajaremos de igual manera la jarra del buen beber.

Cierre:

Se les repartirá un cuarto de cartulina con un dibujo del plato del buen comer, se les dará imágenes de alimentos, se les dará la indicación de colocar cada alimento en donde corresponda, ir ayudando a los alumnos para que logren terminar la actividad de la mejor manera.

ACTIVIDAD 14 “Canastas de alimentos”

Inicio:

Para dar inicio recordaremos lo que aprendimos el día anterior, les cuestionare a los niños, ¿Qué aprendieron del plato del buen comer?, ¿se acuerdan cuantos grupos de alimentos había?, escucharemos las respuestas.

Recordaremos los alimentos del plato del buen comer y realizaremos una clasificación en hojas de papel bond,

En una fila colocaremos lácteos (leche, yogurt, queso, crema, etc.

Otra será de frutas, otra de verduras, carnes, bebidas, cereales.

Preguntare a los niños ¿Dime un cereal?, Menciona un lácteo, nombra una carne, etcétera.

Desarrollo:

Saldremos al patio para poder realizar la actividad, previamente en cada esquina habrá canastas con letreros e imágenes con la siguiente clasificación: frutas, verduras, lácteos, carnes, cereales, y bebidas

Al centro del patio estarán los alimentos de plástico para que los niños las puedan tomar y colocarlas en la canasta correcta, esto lo realizaran por turnos

Cada niño pasará y tendrá un minuto para clasificar el mayor número de alimentos. Todos contaremos cuantos alimentos se clasificaron correctamente.

Cierre:

Regresaremos al salón de clases para continuar, les daré una hoja de trabajo en donde estarán dibujadas 6 canastas, les preguntare que de cada grupo de alimentos ¿Cuál es su alimento preferido?, ellos tendrán que dibujarlo en cada una de las canastas correspondientes

Pediré a los niños que pasen al frente a compartir su trabajo y después los pegaremos en la entrada del kínder para que los padres de familia los puedan ver.

ACTIVIDAD 15 “Jugando a la ensalada”

Inicio:

Hoy realizaremos ejercicios físicos en el patio, primero realizaremos un círculo para poder cuestionar a los alumnos, ¿recuerdan por qué es importante alimentarnos bien?, ¿Qué alimentos nos hacen bien? Y ¿Cuáles alimentos se consideran chatarra? Después de la participación de los niños se le dará un aro a cada uno.

Realizaremos algunos movimientos de calentamiento como mover los brazos, piernas, cabeza, hombros y pies.

Desarrollo:

Les explicare que el primer juego se llama “el semáforo de los alimentos” y tienen que poner mucha atención para poder jugar, tendré unas tarjetas de alimentos sanos y alimentos chatarra, cuando muestre la tarjeta de un alimento saludable, los niños tendrán que colocarse dentro del aro, agarrarlo y caminar rápido; cuando muestre un alimento chatarra ellos tendrán que colocarse fuera del aro, agarrarlo y caminar lento.

Comentar en grupo si realizaron las acciones de acuerdo con las indicaciones, si fue fácil o difícil reconocer los alimentos sanos y los alimentos chatarra.

Cierre:

A cada alumno se le dará el nombre de una fruta o verdura, después formaremos un círculo y nos sentaremos en el piso para poder cambiar de lugares, cuando diga “quiero una ensalada de fresas, quiero una ensalada de lechuga y mango” los niños que tengan esos nombres tendrán que correr y moverse de lugar para no perder y tener que bailar; cuando se diga solamente “ensalada” todos los alumnos deben moverse de lugar.

ACTIVIDAD 16 “obra de teatro”

Inicio:

Con anterioridad se repartirán los papeles de la obra para que los puedan estudiar en su casa, será una obra pequeña que se representara ante sus compañeros del kínder, para este día los niños deberán asistir personalizados de acuerdo con la fruta que les haya tocado.

Desarrollo:

Realizaremos el último ensayo antes de presentar la obra, acomodaremos los asientos y la escenografía que se les pidió unos días antes.

Cierre:

Se invitará a los alumnos del kínder para que puedan ver la obra de teatro de sus compañeros que se llevara a cabo en el patio, la cual nos hablara de las propiedades y beneficios que las frutas y verduras tienen para nuestra salud.

NOTA: se le pedirá a cada alumno que lleve insumos para la siguiente actividad

Clases extras

- ❖ Inglés
- ❖ Música
- ❖ Inteligencia emocional
- ❖ Danza

Actividades permanentes:

- saludo
- registro de asistencia
- registro de fecha
- recreo
- desayuno

Ajustes Curriculares:

Alumnos con nivel de desempeño **BAJO**

Dar las consignas individualmente, trabajar a la par con ellos para mejorar la comprensión de todas las actividades.

Alumnos con nivel de desempeño **BASICO**

Apoyo personalizado a realizar todas las actividades.

Alumnos con nivel de desempeño **SATISFACTORIO**

Alentar la participación en las actividades, propiciar la ayuda para con sus compañeros.

Transversalidad:

- Lenguaje y comunicación
- Pensamiento matemático
- Educación socioemocional
- Artes

Programas colaterales:

Salud

Ecología

Lectura

Artes

Ciencias

Jardín de Niños: Kínder Melymar C.C.T. 09PJN3455W Grupo: 1°A Fecha: 18 al 21 de julio 2022 Maestra: María Fernanda Rojas Mondragón	
Propósitos Generales	Propósitos de la Educación Preescolar
Mostrar curiosidad y asombro al explorar el entorno cercano, plantear preguntas, registrar información, elaborar representaciones sencillas y ampliar su conocimiento del mundo.	Describir, plantear preguntas, comparar, registrar información y elaborar explicaciones sobre procesos que observen y sobre los que puedan experimentar para poner a prueba sus ideas.
Componente Curricular Exploración y comprensión del mundo natural y social Área de desarrollo personal y social: Educación física	
Organizador Curricular 1	Organizador Curricular 2
Mundo natural Competencia motriz Competencia motriz Competencia motriz	Cuidado de la salud Desarrollo de la motricidad Integración de la corporeidad Creatividad en la acción motriz
Aprendizaje esperado Practica hábitos de higiene personal para mantenerse saludable. Conoce medidas para evitar enfermedades. Reconoce la importancia de una alimentación correcta y los beneficios que aporta al cuidado de la salud. Realiza movimientos de locomoción, manipulación y estabilidad, por medio de juegos individuales y colectivos. Identifica sus posibilidades expresivas y motrices en actividades que implican organización espaciotemporal, lateralidad, equilibrio y coordinación	

Reconoce formas de participación e interacción en juegos y actividades físicas a partir de normas básicas de convivencia.

Espacio Educativo	Tiempo	Situación didáctica	Forma de Evaluación
Salón de clases Patio de la escuela	Tiempo de duración: 5 sesiones	“alimento mi cuerpo y corazón”	Lista de cotejo Observación Evidencias

Materiales:

- ☾ Insumos
- ☾ Boca grande de fomi
- ☾ Cepillos de dientes grandes
- ☾ Colchonetas
- ☾ Canastas
- ☾ Alimentos de plástico
- ☾ Lotería de hábitos de higiene
- ☾ Dardos
- ☾ Aros
- ☾ Rompecabezas gigante

Recursos:

- ☾ Computadora
- ☾ Videos
- ☾ Micrófono

<https://www.youtube.com/watch?v=V5wjrYO85eg>

Actividad 17 “Nos convertimos en chef”

Inicio:

Antes de iniciar la actividad preguntaré a los niños como se sienten el día hoy, cada uno expresara sus sentimientos, si es el caso que alguno se sienta mal o triste daremos un espacio para tratar de platicar con él o ella y animarlos. Cantaremos canciones para saludarnos. **(esto se realizará todos los días)**

Comenzaremos por poner la canción “una comida sana” <https://www.youtube.com/watch?v=V5wjrYO85eg> comentar acerca de los alimentos que se muestran el video y preguntar ¿saben que es un chef?, ¿han visto un chef?, ¿Qué hacen los chefs?, escuchar las participaciones de los niños y dar los puntos importantes sobre lo que hace un chef.

Les comentare que el día de hoy nos volveremos unos chefs para preparar un lunch saludable, se le proporcionara un mandil y un toque a cada alumno para estar presentables, después de colocarlos de lavaran las manos.

Desarrollo:

Con las mesas del salón de clases se creará una estación de sándwich, coctel de fruta y bebidas en donde los alumnos tendrán que organizar los insumos para después poder pasar por cada estación y preparar su lunch.

Dará indicaciones para que los alumnos sepan cuales son los pasos para seguir para que sus alimentos queden ricos. Ira pasando uno por uno.

Cierre:

Cuando todos los alumnos hayan pasado, les preguntaré, ¿Cuáles fueron las medidas de higiene que se deben tener en la preparación de alimentos?, ¿nuestro lunch tiene todos los grupos de alimentos del plato del buen comer?, y mencionar los ingredientes.

Podrán comer su lunch.

ACTIVIDAD 18 “circuitos de la alimentación”

Inicio:

El día de hoy trabajaremos en el patio de la escuela, saldremos formados en fila, después formaremos un círculo y realizaremos ejercicios de calentamiento.

Posteriormente se les explicara lo que tienen que hacer, pasara cada alumno, en la primera ronda el tiempo será libre, en la segunda ronda se tomara el tiempo y

el que haga menos será el que obtenga un punto, en la tercera ronda pasaran de dos en dos alumnos.

Desarrollo:

1. Deberán correr para subirse a la resbaladilla y aventarse
2. Tomarán 3 aros para que los puedan atinarle en donde haya un alimento saludable
3. Se acostarán en la colchoneta para pasar por debajo de las telarañas de resorte y buscarán los grupos de alimentos del plato del buen comer
4. Saltarán para llegar a otra colchoneta y rodarán en ella, al llegar al otro extremo se levantarán y habrá canastas con alimentos revueltos, ellos tienen que formar una comida saludable, al terminar correrán al lugar del inicio.

Cierre:

Los alumnos formarán un círculo para realizar respiraciones, tomar agua y sentarse. Se le pedirá la participación de los niños para que nos comenten que fue lo que más les gustó de la actividad y por qué.

ACTIVIDAD 19 “Feria de la alimentación”

Inicio:

Para esta actividad participaran todos los grupos del kínder para que ellos también puedan ver los beneficios de tener una alimentación saludable y de realizar actividad física.

En el patio de la escuela se colocarán espacios para cada atracción:

- Lotería de hábitos de higiene personal
- Dardos de comida chatarra
- Aros de la comida saludable
- Rompecabezas gigantes del plato del buen comer y la jarra del buen beber

Cada alumno nos ayudara a instalarlos.

Desarrollo:

Cuando estén instalados, invitar a salir a los alumnos de los otros grupos, se les dará un resumen sobre los temas vistos con sus compañeros.

Se pedirá que se formen en todos los juegos para que puedan conocerlos y jugar.

Cierre:

Los niños estarán en la feria pasando por los juegos que ellos elijan

ACTIVIDAD 20 “Taller para padres”**Inicio:**

Se convocará a los padres de familia asistir a la escuela para un taller que se llevará a cabo sobre la nutrición de los niños de preescolar.

Se realizará en el patio de la escuela.

Desarrollo:

Para este taller pediré que los padres sean participativos para poder crear conciencia sobre la alimentación de sus hijos.

Los temas vistos con los niños serán los temas que se trabajarán con los padres de familia.

Cierre:

Al finalizar el curso se otorgará un folleto y una hoja para que los padres de familia puedan escribir su reflexión y su calificación al taller que se impartido

Clases extras

- ❖ Inglés
- ❖ Música
- ❖ Inteligencia emocional
- ❖ Danza

Actividades permanentes:

-saludo

- registro de asistencia
- registro de fecha
- recreo
- desayuno

Ajustes Curriculares:

Alumnos con nivel de desempeño **BAJO**

Dar las consignas individualmente, trabajar a la par con ellos para mejorar la comprensión

de todas las actividades.

Alumnos con nivel de desempeño **BASICO**

Apoyo personalizado a realizar todas las actividades.

Alumnos con nivel de desempeño **SATISFACTORIO**

Alentar la participación en las actividades, propiciar la ayuda para con sus compañeros.

Transversalidad:

- Lenguaje y comunicación
- Pensamiento matemático
- Educación socioemocional
- Artes

Programas colaterales:

Salud

Ecología

Lectura

Artes

Ciencias

5. Resultados sobre actividades

Rubricas

Planeación 1

Situación Didáctica

“Me muevo y soy feliz”



APRENDIZAJE ESPERADO:

Realiza movimientos de locomoción, manipulación y estabilidad, por medio de juegos individuales y colectivos.

N. o	Nombre del Alumno	NIVEL 1	NIVEL 2	NIVEL 3
		SATISFACTORIO Identifica y ejecuta con confianza movimientos de locomoción, manipulación, y estabilidad en diversas situaciones y juegos individuales	BASICO Muestra dificultad al ejecutar movimientos de locomoción, manipulación y estabilidad en diversas situaciones, juegos individuales y colectivos	BAJO Muestran inseguridad y resistencia para ejecutar movimientos de locomoción, manipulación y estabilidad en diversas situaciones, juegos individuales y colectivos.
1	Alumno 1			X
2	Alumno 2			X
3	Alumno 3		X	
4	Alumno 4			

Situación Didáctica

“Me muevo y soy feliz”



APRENDIZAJE ESPERADO:

Identifica sus posibilidades expresivas y motrices en actividades que implican organización espacio-temporal, lateralidad, equilibrio y coordinación

N°	Nombre del Alumno	NIVEL 1	NIVEL 2	NIVEL 3
		SATISFACTORIO Realiza las actividades que implican, organización lateralidad, equilibrio y coordinación	BASICO Requiere apoyo para realizar las actividades que implican organización lateralidad, equilibrio y coordinación	BAJO Se le dificulta realizar actividades que implican organización, lateralidad, equilibrio y coordinación
1	Alumno 1			X
2	Alumno 2			X
3	Alumno 3			X
4	Alumno 4			X
5				

Situación Didáctica

“Me muevo y soy feliz”



APRENDIZAJE ESPERADO:

Reconoce formas de participación e interacción en juegos y actividades físicas a partir de normas básicas de convivencia.

Nº	Nombre del Alumno	NIVEL 1	NIVEL 2	NIVEL 3
		SATISFACTORIO Participa e interactúa en los juegos y actividades físicas bajo las normas básicas de convivencia	BASICO Participa e interactúa en los juegos y actividades físicas, pero solo en ocasiones respeta las normas básicas de convivencia	BAJO Aun le cuesta trabajo participar e interactuar en los juegos y actividades físicas ya que no respeta las normas básicas de conciencia
1	Alumno 1			X
2	Alumno 2			X
3	Alumno 3			X
4	Alumno 4			X
5				

5.1 Resultados planeación 1

Los resultados de estas actividades tienen el nivel 3 que significa el nivel bajo debido a que estas actividades fueron realizadas para poder hacer un diagnóstico.

Organizar estas primeras actividades les cuesta trabajo concluir las a seguir indicaciones, aún no logran participar en las actividades físicas que se realizan ya que no respetan las normas básicas de convivencia.

Tenemos que enfocarnos en realizar más actividades en donde los alumnos realicen actividad física y puedan mejorar sus movimientos de locomoción, manipulación y estabilidad para que puedan tener seguridad en realizar estos ejercicios y así podamos tener mejores resultados para desarrollar organización, trabajo en equipo, lateralidad, equilibrio, coordinación, flexibilidad y fuerza

LISTA DE COTEJO
PLANEACIÓN 2

NL	NOMBRE DEL ALUMNO	INDICADORES																				
		*Conoce algunas medidas para evitar enfermedades			*Sabe la importancia de asistir al doctor			*Logra identificar la importancia de las vacunas			*Practica hábitos de higiene personal para mantenerse saludables			*Reconoce la importancia de mantener limpios sus dientes			*sabe la técnica de lavado de dientes			*Identifica los beneficios que tiene el dormir bien		
		SI	N O	A VE CES	SI	N O	A VE CES	SI	N O	A VE CES	SI	N O	A VE CES	SI	N O	A VE CES	SI	N O	A VE CES	SI	N O	A VE CES
01	Alumno 1			X	X					X			X	X					X	X		
02	Alumno 2	X			X					X			X	X					X	X		
03	Alumno 3			X	X			X			X			X					X	X		
04	Alumno 4	X					X			X			X	X					X			X
05																						

5.2 Resultados de planeación número dos

Al final esta semana de actividad mejoraron en cuanto a los resultados de las mismas, trabajamos sobre algunas medidas para evitar enfermedades en lo cual los cuatro alumnos mostraron un aprendizaje positivo y los otros dos se encuentran en proceso, tres de cuatro alumnos conoce la importancia de ir al doctor y reconoce para que nos pueda ayudar, aún les cuesta trabajo identificar la importancia de las vacunas, en algunas ocasiones los alumnos practican solos hábitos de higiene personal para mantenerse saludables, los cuatro alumnos reconocen la importancia de mantener limpio sus dientes y lo practican a diario, asimismo están en proceso de adquirir la correcta técnica para el lavado de dientes, todos mostraron un aprendizaje en donde identifican los beneficios de dormir bien, nos tocará reforzar actividades en donde puedan mejorar los aprendizajes que se encuentran en proceso

LISTA DE COTEJO
PLANEACION 3

NL	NOMBRE DEL ALUMNO	INDICADORES																	
		*Reconoce sus emociones y las expresa			* Puede realizar ejercicios básicos			* Conoce las propiedades de frutas y verduras			*Practica hábitos de higiene personal para mantenerse saludables			* Describe sus alimentos preferidos			* Identifica los beneficios que tiene el dormir bien		
		SI	NO	A VECES	SI	NO	A VECES	SI	NO	A VECES	SI	NO	A VECES	SI	NO	A VECES	SI	NO	A VECES
01	Alumno 1			X			X			X			X	X			X		
02	Alumno 2			X			X	X			X			X			X		
03	Alumno 3	X			X			X			X			X			X		
04	Alumno 4			X			X			X			X	X					X
05																			

5.3 Resultados de la planeación número tres

Durante estas actividades obtuvimos resultados más favorables, lo que demuestra que si trabajamos diariamente por medio de juegos los niños tienen aprendizajes significativos y en esta ocasión buscamos que los aprendizajes se implementen en su vida diaria.

Los alumnos necesitan más actividades que les ayude a reconocer expresar sus emociones, trabajar más en actividades que involucren movimientos básicos de motricidad, coordinación, lateralidad ya que se encuentran en proceso de poder realizar estos movimientos, dos de cuatro alumnos reconocen las propiedades de las frutas y las verduras de igual manera practican hábitos de higiene personal en casa y los identifican, todos los alumnos pueden describir con facilidad sus alimentos preferidos e identificarlos.

LISTA DE COTEJO

PLANEACIÓN 4

NL	NOMBRE DEL ALUMNO	INDICADORES																						
		*Sigue las reglas de los juegos correctamente			* Identifica los colores primarios			*Conoce las propiedades de las frutas y verduras			*Identifica los alimentos saludables y los no saludables			* Clasifica los alimentos por grupos			* Reconoce la importancia de una alimentación correcta			* Puede realizar ejercicios básicos				
		SI	NO	A VECES	SI	NO	A VECES	SI	NO	A VECES	SI	NO	A VECES	SI	NO	A VECES	SI	NO	A VECES	SI	NO	A VECES		
01	Alumno 1			X	X					X	X				X		X						X	
02	Alumno 2			x	X			X			X			X			X							X
03	Alumno 3		X		X			X			X			X			X						X	
04	Alumno 4			x			X			X	x					X			X				x	
05																								

5.4 Resultados de la planeación número cuatro

En esos resultados podemos ver que se logró uno de los aprendizajes esperados que consisten en identificar los alimentos saludables y no saludables, tenemos que forzar las reglas de los juegos para tener una convivencia armónica, tres de cuatro alumnos logran identificar los colores primarios, dos de cuatro alumnos conocen las propiedades de las frutas y verduras, dos alumnos de cuatro pueden clasificar los alimentos por grupos mientras los otros dos aún les cuesta trabajo y requieren apoyo, tres de cuatro alumnos pueden reconocer la importancia de una alimentación correcta, aún hay que reportar actividades a nene se realizan ejercicios básicos para poderme mejorar su condición física

LISTA DE COTEJO

PLANEACIÓN 5

NL	NOMBRE DEL ALUMNO	INDICADORES														
		*Logra realizar movimientos de desplazamiento			*Identifica los números de 1 al 5			*Identifica las figuras geométricas básicas			*Conoce cada uno de los alimentos que puede consumir			*Reconoce la importancia de una alimentación correcta		
		SI	NO	A VECES	SI	NO	A VECES	SI	NO	A VECES	SI	NO	A VECES	SI	NO	A VECES
01	Alumno 1			X			X	X					X	X		
02	Alumno 2			X	X			X				X		x		
03	Alumno 3	X			X			X			X			X		
04	Alumno 4			X			X	x					X			x
05																

5.5 Resultados de la planeación número cinco

Los resultados de las últimas actividades son las siguientes tres de cuatro alumnos en ocasiones logran realizar movimientos de desplazamiento, dos alumnos identifican los números del uno al cinco. Todos los alumnos logran identificar las figuras geométricas básicas, no sólo no se encuentran en proceso de conocer los alimentos que puede consumir mientras que los otros dos ya lo identifican, tres alumnos reconocen y menciona la importancia de la alimentación correcta mientras el alumno faltante se encuentra en proceso.

Durante la implementación de las situaciones didácticas se realizaron evaluaciones en donde pude observar que los alumnos lograron aprender, se trabajaron las áreas necesarias como psicomotricidad para realizar actividad física, al principio no les gustaba y les costaba realizar los movimientos básicos, pero conforme pasaron los días mejoraron su condición física, flexibilidad, resistencia y coordinación.

En cuanto al tema de hábitos de higiene y alimentación, tenían conocimientos previos los cuales nos ayudaron a que las actividades se realizaran en tiempo y forma, se retomó la alimentación correcta, el plato del buen comer, y los alimentos que les ayudan a estar sanos, los alumnos aprendieron y los podían identificar en su lunch del diario.

Fue un tema que no se les complico a los niños, les gustaba realizar estas actividades, tenían un aprendizaje diario y ya lo comenzaban a implementar en su entorno.

Conclusiones

Durante la etapa de la implementación de actividades pude darme cuenta que el objetivo de la investigación era conocer e implementar estrategias para que los niños de preescolar 1 conocieran la importancia de tener una alimentación saludable, así mismo el valor de realizar actividad física.

El aporte de este proyecto fue la implementación de actividades pensadas y basadas desde un diagnóstico a los alumnos de primero de preescolar para que obtuvieran aprendizajes significativos.

Al fomentar hábitos de higiene y actividad física en el niño preescolar será más fácil una cultura de salud y de esta manera se podrá implementar durante su vida diaria.

Cuando un niño tiene una alimentación correcta logra estar concentrado en realizar sus actividades dentro y fuera del jardín de niños y por lo tanto se desarrolla de una manera óptima.

Los niños de preescolar deben de tener una alimentación de acuerdo con su edad y necesidades que les ayude a estar sanos y activos, para poder realizar sus trabajos, obteniendo los aprendizajes esperados durante la etapa escolar.

La intervención del docente es primordial porque proporciona las bases e información necesaria para que los alumnos trabajen actividades dinámicas, pero siempre con un objetivo de enseñanza para generar hábitos, y al mismo tiempo involucrar a los padres de familia para crear conciencia sobre la alimentación de sus hijos.

Observé que es muy importante la participación e intervención del docente en este tipo de temas, ya que no se le da el interés requerido, el docente es un mediador indispensable para enseñarle a los niños en este caso como debería de ser su alimentación, y que al realizar actividad física traerá muchos beneficios en su vida.

A lo largo del proceso note que es indispensable realizar muchos trabajos e investigaciones sobre el tema puesto que hay pocas referencias acerca de la adecuada alimentación del preescolar.

En el nivel preescolar, la promoción y el cuidado de la salud de los niños es una responsabilidad que los docentes compartimos con las familias. El docente asume dentro de sus posibilidades compromisos respecto a la alimentación, los hábitos que quiere formar y la actividad física para garantizar el desarrollo adecuado de las actividades en un marco de seguridad e higiene.

Conforme fueron realizando nuevas actividades, mostraron mayor interés y realizaban de mejor manera las secuencias propuestas y al finalizar cada una obtenían mejores resultados.

Al finalizar con este proyecto nos podemos dar cuenta que si trabajamos desde las necesidades de los alumnos podemos lograr grandes cambios para su óptimo desarrollo ayudando a forjar las bases de una buena alimentación y una vida en donde le guste realizar actividad física.

Por lo tanto, esta propuesta invita a los docentes a poner en práctica las actividades.

Bibliografía

Alaníz, C. y Reyes, C. (2018) Entre la utopía y la realidad. Algunos datos e ideas sobre la condición que guardan los preceptos del artículo 3º constitucional en el México de los últimos años. en Figueroa y Gonzáles (coords) Desafíos para la calidad de la democracia y las políticas. UAM-Juan Pablos.

Aranceta Javier, Pérez Carmen y García Miguel, nutrición comunitaria, Editorial Universidad Cantabria, 2001
https://books.google.com.mx/books/about/Nutrici%C3%B3n_comunitaria.html?id=CMztCgAAQBAJ&printsec=frontcover&source=kp_read_button&hl=es-419&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false

Avanzini, Alessandra la función y el papel desempeñado por la maestra en la obra de Montessori, Revista Historia da Educação, vol. 11, núm. X2, septiembre-diciembre, 2010, pp. 31-51. www.redalyc.org/articulo.oa?id=2216271324042

Campoy Aranda Tomás J. y Gomes Araújo Elda, Técnicas e instrumentos cualitativos de recogida de datos
https://proyectos.javerianacali.edu.co/cursos_virtuales/posgrado/maestria_asesoria_familiar/Investigacion%20I/Material/29_Campoy_T%c3%a9cnicas_e_instrum_cualitativa_recogidainformacion.pdf

Carreras Planas, Carla, "Jolm Dewey: En el principio fue la experiencia, Revista Utopía y Praxis Latinoamericana, vol. 21, nim. 72, enero-marzo, 2016, pp. 69-77
www.tcdlalyc.org/urticulo.oa/id-27916/220047

Colmenares E., Ana Mercedes; Piñero M., Ma. Lourdes, La investigación acción. Una herramienta metodológica heurística para la comprensión y transformación de realidades y prácticas socio-educativas, 2008
<https://www.redalyc.org/pdf/761/76111892006.pdf>

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, (2021) artículo 3, versión web, <https://www.constitucionpolitica.mx/>

Contreras Jesús y García Mabel, Alimentación y cultura: perspectivas antropológicas, 2005 <file:///C:/Users/ferro/Downloads/Textocompleto.pdf>

Dale H. Schunk, Teorías del aprendizaje, Una perspectiva educativa, 2012, capítulo 1. <file:///C:/Users/ferro/Downloads/aprendizaje%20SCHUNK.pdf>

Declaración Universal de los Derechos Humanos, (1948) https://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/Programas/Discapacidad/Declaracion_U_DH.pdf

Diane E, Papalia, Sally W, Olds, Ruth D, Felman, Psicología del desarrollo, de la infancia a la adolescencia, 2009, capítulo 4 y 5. <papalia-feldman-desarrollo-humano-12a-ed2.pdf>

García Leos, J.L. (2019). Panorama de las reformas en educación básica. Del Plan de Once Años a la Nueva Escuela Mexicana (1970-2019). En J.A. Trujillo Holguín, A.C. Ríos Castillo y J.L. García Leos (coords.), Desarrollo Profesional Docente: reflexiones de maestros en servicio en el escenario de la Nueva Escuela Mexicana (pp. 17-26), Chihuahua, México: Escuela Normal Superior Profr. José E. Medrano R. <file:///C:/Users/ferro/Downloads/TP04-1-01-Garcia%20reformas%20eb.pdf>

García Ramírez Consuelo, Linares Castañea Alba Yaneth, ¿Cómo estimular en el niño en edad preescolar el aprendizaje significativo?, 2003 <file:///C:/Users/ferro/Downloads/aprendizaje%20preescolar.pdf>

Gobierno de la República, (2014) Reforma educativa, resumen ejecutivo [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/2924/Resumen Ejecutivo de la Reforma Educativa.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/2924/Resumen_Ejecutivo_de_la_Reforma_Educativa.pdf)

Instituto Mexicano del Seguro Social IMSS, Nutrición, 2015 <https://imss.gob.mx/salud-en-linea/nutricion>

Martínez Baena Alejandro, Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (Universidad de Valencia), Revista Digital de Educación Física, 2009

<file:///C:/Users/ferro/Downloads/Dialnet>

[LaPromocionDeLaSaludEnLaEducacionFisicaEscolarSitu-5558015%20\(1\).pdf](LaPromocionDeLaSaludEnLaEducacionFisicaEscolarSitu-5558015%20(1).pdf)

Martínez López José Samuel, Universidad Mesoamericana, Estrategias metodológicas y técnicas para la Investigación social, 2004.

[file:///C:/Users/ferro/Downloads/estrategiasmetytecnicas%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/ferro/Downloads/estrategiasmetytecnicas%20(1).pdf)

Mora Vargas, Ana Isabel La evaluación educativa: Concepto, períodos y modelos Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación", vol. 4, núm. 2, julio-diciembre, 2004, <https://www.redalyc.org/pdf/447/44740211.pdf>

Monje, C. (2011). Metodología de la Investigación cuantitativa y cualitativa guía didáctica. Universidad sur colombiana facultad de ciencias sociales y humanas programa de comunicación social y periodismo NEIVA.

OCDE, (2019) El trabajo de la OCDE sobre educación y competencias. <https://www.oecd.org/education/El-trabajo-de-la-ocde-sobre-educacion-y-competencias.pdf>

Orígenes de la educación infantil, Didáctica de la Educación de la ULL, febrero 2022. <http://didacticaeducacioninfantil1.blogspot.com/2016/02/>

Prieto Hernández Luis, (2010), Querido... Engordé a los niños, Nutrición especializada, México, D.F.

Secretaria de Educación Pública. (2004). Programa de Educación Preescolar.

Secretaria de Educación Pública. (2011). Programa de Estudio 2011, Guía para la educadora, Educación Básica Preescolar.

Secretaria de Educación Pública. (2017). Aprendizajes clave para la educación integral. Ciudad de México: Comisión Nacional de Libros de Textos Gratuitos.

Secretaria de Educación Pública. (2017). Aprendizajes clave para la educación integral. Ciudad de México: Comisión Nacional de Libros de Textos Gratuitos.

Secretaria de Educación Pública. (2019). La Nueva Escuela Mexicana: principios y orientaciones pedagógicas,

<http://dfa.edomex.gob.mx/sites/dfa.edomex.gob.mx/files/files/NEM%20principios%20y%20orientacio%C3%ADn%20pedago%C3%ADgica.pdf>.

Tejeda Alonso, María Eréndira. (2009) En Cuadernos de formación de profesores N° 3 Teorías del aprendizaje y la planeación didáctica editado por la ENP http://uiap.dgenp.unam.mx/apoyo_pedagogico/proforni/antologias/LA%20PLANEACION%20DIDACTICA.pdf

UNESCO, (2021). El derecho a la educación. <https://es.unesco.org/themes/derecho-a-educacion>

ONU, (2021). Educación para todos. <https://www.un.org/es/impacto-acad%C3%A9mico/educaci%C3%B3n-para-todos>

UNESCO, (2021), Inclusión en la atención y la educación de la primera infancia Informe sobre inclusión y educación [AEPI.pdf](#)

Vélez S Carlos Mario, Departamento de ciencias básicas, Universidad Eafit, Apuntes metodológicos de la investigación, 2001 file:///C:/Users/ferro/Downloads/METODOLOGIA_DE_LA_INVESTIGACION.pdf

Webinar Retos y desafíos de la Educación inicial mexicana, para ser parte de la vida de cada niña y niño menor de tres años en este país. Red REDUCAR- UPN, evento realizado el viernes 15 de mayo 11 hrs. disponible en <https://upn.mx/sdi/webinar>

Anexos

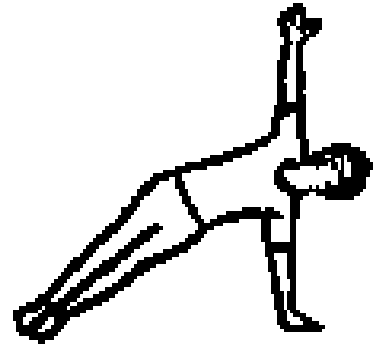
Anexos planeación 1





Actividad 2





Actividad 3



Actividad 3

Marcha



Salta



Bota la pelota



Trota en tu

lugar













