

Sistematización de experiencia

El juego simbólico en el método por proyectos como herramienta pedagógica para generar buenos hábitos alimenticios en cuidadores, niños y niñas de 5 años del Jardín Infantil Kindergarten Arcoíris.

Presentado Por

Daniela Ospina González

ID: 248800

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Facultad De Educación

Licenciatura En Pedagogía Infantil

Sistematización de experiencia

El juego simbólico en el método por proyectos como herramienta pedagógica para generar buenos hábitos alimenticios en cuidadores, niños y niñas de 5 años del Jardín Infantil Kindergarten Arcoíris.

Presentado Por

Daniela Ospina González

ID: 248800

Presentado A:

MG. Alejandro Hernández Neira

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Facultad De Educación,
Licenciatura En Pedagogía Infantil

Sistematización de Experiencias	3
---------------------------------	---

Contenido

Tabla de Figuras e ilustraciones	6
Introducción	8
Justificación	10
Caracterización de la Población	12
Delimitación del problema	14
Antecedentes	16
Objetivos	18
Objetivo General	18
Objetivos Específicos	18
Marco referencial	19
Marco teórico	19
Marco legal	22
<i>Constitución Política de Colombia.</i>	22
<i>Ley General 115, febrero 8 de 1994.</i>	23
<i>Artículo 92: Formación del educando</i>	23
<i>Ley 1549 de 5 de Julio de 2012</i>	24
<i>Ley 1404 de 2010</i>	25
<i>Artículo 3.</i>	25
<i>Ley 1295 de 2009</i>	25
<i>Decreto 057 de 2009 Estándares Técnicos De Calidad Para Los Servicios De Educación Inicial En Bogotá</i>	26
<i>Consejo Nacional de Política Económica y Social, CONPES.</i>	26
Marco conceptual	26

Sistematización de Experiencias	4
<i>Método por Proyectos</i>	26
<i>El Juego</i>	27
<i>Los pilares del Desarrollo</i>	31
<i>Alimentación Saludable</i>	34
<i>Huertas Escolares</i>	35
<i>Proyectos PRAE</i>	36
<i>Cultivos Hidropónicos</i>	37
Marco Metodológico	40
<i>Punto de partida</i>	40
<i>Preguntas Iniciales</i>	40
<i>Recuperación del Proceso Vivido</i>	41
<i>Reflexiones de Fondo</i>	41
<i>Punto de llegada.</i>	41
<i>Problematización</i>	43
<i>Diagnostico</i>	43
<i>Identificación del establecimiento educativo.</i>	44
<i>Modelo Pedagógico</i>	45
<i>Actividad N0 1: ¿Qué me gusta comer?</i>	46
Diseño de Propuesta	48
<i>Actividad N0 2</i>	49
<i>Tema: Mi Cuento Favorito ¡Vamos a Representarlo!</i>	49
<i>Actividad N0 3</i>	51
<i>Actividad N0 4</i>	54
<i>Trabajo con padres y/o cuidadores</i>	57

Sistematización de Experiencias	5
<i>Taller de Padres J.I. Kindergarten Arcoíris</i>	57
Aplicación de propuesta	61
Resultado de la Propuesta	63
Conclusiones	64
Anexos	66
Anexo N0 1: Proyecto de Aula “En la cocina Pasan muchas cosas”	66
<i>Diagnostico</i>	66
<i>Fundamentación</i>	66
<i>Objetivo General</i>	67
<i>Objetivos Específicos</i>	67
<i>Población</i>	67
<i>Metodología</i>	67
<i>Planeación de la Fase Operativa</i>	68
<i>Anexos Proyecto de Aula</i>	82
<i>Ficha Técnica Material Didáctico, Pirámide Alimenticia</i>	84
Anexo N0 2: Cuento “ <i>Marianita Quiere Ser</i> ”	85
“ <i>Marianita Quiere ser</i> ”	85
Anexo N0 3: Juego “ <i>Comida Para el Viaje</i> ”	87
Anexo No 4: Evidencia Taller de Padres	88
Cronograma	90
Presupuesto	92
Referencias	93

Tabla de Figuras

Figura 1 Mapa Localidad de Kennedy	44
Figura 2. Foto tomada por la autora, (2014) ¿Qué me gusta comer?.	47
Figura 3. Foto tomada por la autora, (2014) ¿Qué me gusta comer? No 2	47
Figura 4. Foto tomada por la autora (2014), ¿Qué me gusta comer? No 3	48
Figura 5 Foto tomada por la autora, (2014). Actividad No 2.	50
Figura 6. Foto tomada por la autora, (2014) Actividad No 2 Mi cuento Favorito.	50
Figura 7. Foto tomada por la autora, (2015), Actividad No 3, Inicio Master Chef Arcoíris.	52
Figura 8. Foto tomada por la autora, (2015) Actividad No 3, Desarrollo.	53
Figura 9. Foto tomada por la autora, (2015), Actividad No 3 Preparación.	53
Figura 10. Foto tomada por la autora, (2015), Actividad No 3 Cierre.	54
Figura 11. Foto tomada por la autora, (2015), Actividad No 4 Súper héroes, Inicio.	55
Figura 12. Foto tomada por la autora, (2015), Actividad No 4 Desarrollo.	56
Figura 13. Foto tomada por la autora, Actividad No 4 Cierre.	56
Figura 14. Tabla, estrategias y/o actividades taller de padres (2016).	58
Figura 15. Foto tomada por la autora, (2016), Aplicación de la propuesta.	62
Figura 16. Foto tomada por la autora, Cultivo Hidropónico.	62
Figura 17. Foto tomada por la autora, (2015), Pirámide Alimenticia.	82
Figura 18. Foto tomada por la autora, (2015), Plato del buen comer.	82
Figura 19. Foto tomada por la autora, (2015), la labor del campesino.	83
Figura 20. Foto tomada por la autora, (2015). Proyecto de aula "En la Cocina pasan Muchas Cosas"	83
Figura 21. Ficha técnica material didáctico, (2014). Pirámide alimenticia y plato del buen comer.	84
Figura 22. Foto tomada por la autora, (2015). Material didáctico "Parqués"	88
Figura 23. Foto tomada por la autora, (2015). Evidencia taller de padres.	88

Sistematización de Experiencias

Figura 24. Foto tomada por la autora, (2015). Evidencia taller de padres.	89
Figura 25. Foto tomada por la autora, (2015). Evidencia taller de padres.	89
Figura 26. Cronograma.	90
Figura 27. Presupuesto.	92

Introducción

La presente investigación es realizada bajo el marco de la sistematización de experiencia, con el fin de evidenciar detalladamente el trabajo pedagógico como cierre a las prácticas profesionales del programa Licenciatura en Pedagogía Infantil de la Universidad Minuto de Dios. El propósito del presente trabajo de investigación es abordar en el aula de clase del Jardín Infantil Kindergarten Arcoíris, los hábitos nutricionales de los niños y niñas, la forma en la cual la institución educativa junto con los padres o cuidadores asumían el proceso formativo, sus prácticas o estrategias para el consumo de frutas y verduras, de la misma forma dar solución a las problemáticas que se presentaban a la hora de consumirlas por medio del juego simbólico como estrategia pedagógica en cada una de las actividades desarrolladas.

Al inicio del proceso se determinaron las características para la selección del grupo poblacional de estudio, junto con el accionar pedagógico de las docentes en formación dentro de la institución, para la generación de vivencias significativas que ayudaron a direccionar la práctica, la que al aportar elementos teóricos y prácticos que favorecen su labor educativa y la reafirmación de su vocación como docente.

Posteriormente se presenta un análisis acerca de la práctica pedagógica partiendo de tres referente teóricos y de los ejes conceptuales que giran en torno a lo que se quiere lograr en esta investigación: el juego simbólico, el método por proyectos, la alimentación saludable y los cultivos hidropónicos. Por otro lado se estableció el aspecto metodológico de la investigación, este método fue la investigación Acción, la cual nutre su desarrollo en el trabajo de campo con la directa participación de los niños, niñas y padres o cuidadores en su propia realidad, con el fin de combinar los procesos de conocer y actuar al promover una transformación en los inadecuados hábitos alimenticios al fortalecer el estrecho lazo existente entre la familia y la escuela, para proponer soluciones adecuadas que den respuesta a la problemática planteada desde la institución educativa con los niños, niñas y padres de familia en busca de la continuidad del proceso en casa, según las

Sistematización de Experiencias

particularidades familiares. Es así como cada una de las fases anteriores, permitieron llevar a cabo un trabajo participativo y dinámico con respecto a la alimentación saludable y la participación de los estudiantes y docentes, en un escenario educativo.

Al finalizar se presentan conclusiones, producto de las preguntas que surgieron al inicio de la investigación y los objetivos planteados, lo cual evidencia el accionar pedagógico e investigativo realizado a lo largo del trabajo, con el propósito de mejorar el quehacer pedagógico y convertirlo en una fuente de cambio, promoción y divulgación de conocimiento.

Justificación

El estado nutricional de los niños y niñas está determinado por el contexto socioeconómico y cultural en el cual se desarrollan, por la disponibilidad, acceso, consumo y aprovechamiento biológico de los alimentos que consumen y los hábitos alimenticios, los cuales se ven relacionados con el ambiente en el cual el niño y la niña de 5 años, representa lo que Vygotsky llama Juego de roles o “imitación”, al adoptar la postura de sus familiares cercanos y que consideren modelos de alimentación a seguir. La influencia de las madres es de gran importancia dentro de este proceso ya que ellas son en algunos casos las que consideran lo pertinente en la alimentación, según su capacidad económica, disponibilidad de tiempo y conocimiento frente a la alimentación sana, ofreciéndole al niño y niña muchas posibilidades de acceso a una alimentación balanceada fuera del ambiente familiar, compuesta por diversos alimentos, horarios y formas de preparación, los cuales influyen significativamente en un adecuado crecimiento y desarrollo de los infantes.

En nuestro medio se desarrollan diversidad de programas en las instituciones educativas públicas, que buscan contribuir al mejoramiento de la situación alimentaria en los niños de edad inicial, uno de estos programas es el desayuno con amor, el cual tiene como objetivo el contribuir al mejoramiento de la nutrición en los niños y niñas en las edades de 6 meses a 4 años y 11 meses de edad. La última encuesta nacional sobre hábitos alimentarios en la infancia y adolescencia, Estudio Enkid, (1998-2000), en la que participaron más de 3.500 individuos de entre 2 y 24 años de edad, pone de manifiesto que el consumo de frutas y verduras entre niños, niñas y adolescentes es insuficiente, dato que no resulta novedoso a pesar de su trascendencia. Por tanto, hay que apostar por educar a los niños y niñas en sabores diferentes y variados, que les permitan disfrutar de una dieta rica, variada y saludable, lo cual debe ser principal tarea de los padres de familia en el hogar, y de los profesionales de restauración colectiva en el comedor escolar, al promover e inculcar buenos hábitos alimentarios, transformar las comidas en un momento placentero en donde se incluya gran variedad de alimentos en el menú de cada día.

Sistematización de Experiencias

En nuestro medio no se ha reflejado hasta el momento experiencias que nos demuestren cual es el papel que juega la familia y la escuela en la formación de buenos hábitos nutricionales, y ¿cómo estas pueden integrarse en el currículo y proyectos pedagógicos escolares?, ayudando con esto a fomentar una alimentación saludable mediante estrategias que le permitan a los estudiantes de preescolar fortalecer los hábitos alimenticios.

Para alcanzar lo anterior es necesario llegar a un mejor conocimiento de la cotidianidad de los preescolares desde lo alimentario y nutricional, para proponer diversas actividades estratégicas y metodológicas que le permita a las instituciones educativas dar solución a tal problemática, al lograr que la hora de la alimentación no sea estrictamente una obligación sino un momento de disfrute, al tener claro que la participación de los niños, niñas y padres de familia en este proceso es esencial, para generar un proceso continuo en el que se logre agregar en la minuta de los hogares el consumo de frutas y verduras de manera agradable.

Caracterización de la Población

Con la presente investigación, se pretende visualizar y sistematizar las experiencias pedagógicas ejecutadas con niños, niñas y cuidadores del Jardín Infantil Kindergarten Arco iris actores del ejercicio de sistematización de la práctica profesional, al tener conocimiento que los niños y las niñas merecen un trato digno en el ejercicio pleno del goce de sus derechos mediante una atención integral.

El Jardín Infantil Kindergarten Arcoíris, es una institución educativa ubicada en la localidad de Kennedy, al sur de Bogotá, (Barrio Nueva Roma), las características de la población acogida por el jardín son familias en su mayoría nucleares y mono parentales, de nacionalidad colombiana de y religión católica o cristiana; los padres y madres en su mayoría son empleados de diferentes empresas de la ciudad y otros son trabajadores independientes; su estratificación económica en promedio es 2 y 3.

Las familias en su mayoría son muy comprometidas con las actividades programadas por el Jardín Infantil, asisten cumplidamente a los talleres, seminarios y a las socializaciones programadas para comunicar los avances de sus hijos. La composición familiar de los niños y las niñas del Jardín Infantil consta de padre, madre y en algunos casos hermanos; gozando de la compañía de sus abuelos; Los niños y las niñas son favorecidos con el acceso a educación desde sus primeros años, cuentan con inscripción a la EPS, programa de crecimiento y desarrollo, con todo el cuadro de vacunación, servicio de medicina pre pagada y constante monitoreo interdisciplinario de su crecimiento fisiológico, desarrollo armónico e integral.

Por otro lado es importante conocer como es el funcionamiento del jardín con respecto al proceso pedagógico y así tener en cuenta el trabajo de aula con los estudiantes, el currículo establecido en el Jardín Infantil Kindergarten Arcoíris aborda un modelo constructivista el cual concibe el aprendizaje como el resultado de una construcción personal y colectiva de los nuevos conocimientos a partir de los ya existentes, buscando ser un mediador del conocimiento de los niños y niñas, este se enlaza de manera conjunta a un enfoque basado en el aprendizaje significativo en donde como lo menciona Ausubel (1963),

Sistematización de Experiencias

se debe proponer un aprendizaje por descubrimiento ayudando a la adquisición de nuevos conocimientos tomando en cuenta la teoría propuesta por Gardner (las inteligencias múltiples), donde habla que cada individuo tiene varias inteligencias y el objetivo es estimular el desarrollo de cada una de ellas, pues cada persona tiene la habilidad de formarse en sus inteligencias y no solo eso sino evidenciar la individualidad del niño y la niña como sujeto en formación.

Delimitación del problema

Las encuestas realizadas por el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar ICBF con información retomada por la Organización Mundial de Salud y la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), arrojo que en la actualidad Colombia se encuentra entre uno de los países con mayor índice en problemas de deficiencia en la ingesta de nutrientes, menor consumo de frutas y verduras, así como diagnósticos de desnutrición en la infancia, la cual, causa un retraso en el crecimiento del niño y la niña, la deficiente ingesta de micronutrientes comprendidos entre ellos todas las vitaminas y minerales que el cuerpo debe absorber, y finalmente la obesidad o sobrepeso causado por un desequilibrio en la dieta y el consumo exagerado de azúcares, sobre lo anterior se desconoce el sentir de las instituciones educativas acerca del proceso alimenticio de los niños y niñas, aspecto que debe ser considerado ya que de la manera como ellos identifiquen dichos factores alimenticios y nutricionales dependen las estrategias que se busquen para dar la solución a dicha problemática, es así como la OMS en el año 2004 adopta un documento llamado “Estrategia Mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud” planteando como meta varios ítems en los que se destaca “Aumentar el consumo de frutas, verduras, legumbres, cereales integrales y frutos secos” (Documento Guía Alimentación Saludable, pag. 6). Donde a lo largo del documento no menciona o integra a las instituciones educativas que son en segunda instancia quienes brindan un acompañamiento en la educación de los niños y niñas, por otro lado se encuentran los Lineamientos y estándares técnicos de calidad para los servicios de educación inicial en Bogotá, los cuales se materializan a partir del Decreto 057 de Febrero de 2009 en el cual se referencian cinco componentes, planteando el primero llamado “Nutrición Y Salubridad” el cual decreta lo siguiente:

Sistematización de Experiencias

Contempla las acciones en materia de garantía de un adecuado nivel nutricional de los niños y niñas de conformidad con los requerimientos nutricionales y a través de adecuadas prácticas sanitarias en la manipulación, preparación, elaboración, envasado, almacenamiento, transporte y distribución de alimentos. (Lineamientos y estándares técnicos de calidad para los servicios de educación inicial en Bogotá, 2009, P. 30-41)

Lo cual hace estricta referencia al cuidado calificado en la nutrición de los niños y niñas (su talla y peso junto con un adecuado aporte de micronutrientes), sin vincular o hacer partícipes a los niños, niñas y cuidadores en tal proceso, por lo que se ve como un acto impuesto por parte de las instituciones que siguen el lineamiento y no realizan una participación activa dentro del proceso, sin embargo al hacer una revisión minuciosa acerca del tema, se destaca la importancia de las huertas escolares cuyo fin si es el hacer partícipes a los estudiantes en su proceso nutricional pero que a su vez deja por fuera aquellas instituciones de zona urbana que no cuentan con espacios donde cultivar.

Es así como desde la experiencia desarrollada en las prácticas profesionales se evidencia que existe poco control y atención de las instituciones educativas acerca de la forma en la que se suministra la lonchera y almuerzo a los estudiantes, ya que en estas se presentan bajos niveles de proteínas y consumo de frutas, agregando en su lugar productos tales como: papas, poni maltas, gomitas, chitos, chocolatinas, Etc; la mayoría de los niños y niñas tienden a rechazar las frutas o verduras y es por esto que muchos de los cuidadores optan por buscar en el colegio un lugar donde se le suministre a sus hijos dichos alimentos o faciliten el consumo de alimentos con bajo valor nutricional, fomentando hábitos alimenticio inadecuados. Al tener conocimiento de la problemática, se plantea la presente investigación con la generación de las siguientes preguntas de investigación: ¿Cómo a partir del juego simbólico en el aula de clase se pueden generar buenos hábitos alimenticios en los niños y niñas de 5 años de edad? .

Con el fin de proporcionar una solución a tal problemática y de ayudar al mejoramiento de la situación alimentaria de Colombia, se ve la necesidad de dar continuidad a la investigación.

Antecedentes

En la presente investigación se abordaron diversos estudios realizados que sirvieron como referente para su desarrollo, dichas investigaciones en su mayoría fueron extraídas de textos bibliotecarios y artículos web, entre los más importantes se encuentran los que serán expuestos a continuación.

En primera medida es importante destacar según el lineamiento Técnico de alimentación y nutrición para la primera infancia establecido en la política de cero a siempre, donde se destaca el contenido normativo del derecho a la alimentación de la primera infancia, el cual está consignado en los tratados y pactos internacionales de Derechos Humanos, por lo cual en el Artículo 11 se establece “Tener un nivel de vida adecuado para sí y su familia, incluyendo una alimentación adecuada...y a una mejora de las condiciones de existencia”. La persistencia de desnutrición hace que se violen los derechos sobre la alimentación, lo cual obliga al Estado a cumplir con el compromiso de adoptar medidas para garantizar el acceso mínimo a una alimentación nutritiva adecuada, lo que incide en la generación de hábitos de alimentación saludable desde la edad temprana, no solo por medio de la información teórica sino el ejemplo pertinente de los cuidadores o acudientes, siendo estos modelos a seguir de los niños y niñas.

Es importante resaltar como se menciona a lo largo de la investigación la labor de la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y Alimentación, en el desarrollo de su trabajo de la política de huertos Escolares al hacer partícipes dentro de este proceso a la escuela, quien forman parte esencial de la adquisición de hábitos nutricionales en los niños y niñas, “Una buena alimentación es indispensable para que los niños y niñas en edad escolar tengan un desarrollo y un crecimiento adecuados y puedan estudiar al estar protegidos de las enfermedades y disponer de energía suficiente para todo el día”. (FAO, 2010). Y responsabilizando a la escuela del planteamiento de objetivos estratégicos frente al manejo de los huertos escolares, uno de ellos y tal vez el más importante dentro de esta investigación es el de demostrarle a los niños, niñas y sus familias ¿Cómo ampliar y

Sistematización de Experiencias

mejorar la alimentación con productos cultivados en casa de una forma adecuada y segura que fortalecerá la alimentación sana en los menores dentro y fuera de casa? Y ¿Cómo fomentar en los niños y niñas el consumo de hortalizas y frutas, al promover una alimentación escolar?.

Se han encontrado diversas concepciones acerca de las huertas escolares y lo beneficioso que pueden llegar a ser para los estudiantes, las familias, las instituciones educativas, y el planeta tierra, por otro lado se encuentran los cultivos hidropónicos al ser un mecanismo de alimentación saludable que contribuye al desarrollo integral del ser humano y al cuidado del medio ambiente, de ser un mecanismo de alimentación saludable para las familias o instituciones educativas, Los cultivos hidropónicos son una herramienta didáctica que ayuda a fomentar habilidades en los estudiantes relacionadas con el cuidado, el respeto, la responsabilidad y el trabajo en equipo. Además, permiten la adquisición de experiencias y conocimientos de valor social y ambiental, pues aplican de forma práctica y vivencial los saberes en torno al cultivo de hortalizas y frutas, acerca de ¿cómo cultivar?, de estas hay varias modalidades: en la hidroponía una de ellas es la raíz flotante. La cual implica el contacto directo de las raíces de las plantas en una solución nutritiva. Se trata de una técnica práctica, sencilla y sobre todo, fácil de llevar a cabo con los niños y niñas en la escuela

Objetivos

Objetivo General

Sistematizar la experiencia de práctica pedagógica implementada en el Jardín Infantil Kindergarten Arcoíris mediante el método por proyectos para posibilitar diversas estrategias basadas en el juego simbólico con el fin de generar buenos hábitos de alimentación, elevando el consumo de frutas y verduras en niños y niñas de 5 años.

Objetivos Específicos

- Propiciar estrategias pedagógicas que permitan a los niños y niñas involucrarse en su proceso alimenticio generando buenos hábitos nutricionales.
- Generar escenarios de formación y participación por medio del taller de padres donde los cuidadores trabajen en conjunto para generar buenos hábitos alimenticios en los niños y niñas.

Marco referencial

Marco teórico

Desde la psicología educativa se ve la necesidad de dar mayor valor al constructivismo, ya que desde este se fundamenta más el que hacer pedagógico por medio del juego, permitiéndole al niño y a la niña, crear, recrear y construir el conocimiento, de tal manera, Ausubel y Vygotsky (2006) afirman: “El sujeto interactúa con el objeto, según este aprendizaje lo realice con otros, y finalmente que cada aprendizaje sea significativo para él” (Citado por De Zubiría Samper, 2006, P. 166). Partiendo de la concepción dada por los autores mencionados con anterioridad acerca del constructivismo, se ve la importancia de destacar ¿cómo el juego podría ser vinculado en el aula durante el que hacer pedagógico diario en las instituciones educativas?.

Piaget, centra su teoría en el desarrollo psicológico del niño y la niña, destacando la importancia del juego dentro de la rutina diaria donde los juguetes son un material útil para el aprendizaje, centrando dichos estudios a partir de los procesos cognitivos del pensamiento lógico llamando su investigación teoría estructuralista del juego, para Piaget (Formación del símbolo en el niño, 1946) era importante que el niño caracterizara el juego por la asimilación de los elementos con los que interactuaba, de allí da una explicación al juego estableciendo tres tipos de juego el cual se basa en cada una de las etapas por las cuales pasa el niño y la niña (juego de ejercicio, simbólico o de reglas), de ese modo y a partir de dicha clasificación, el juego en ejercicio se presenta según Piaget con la aparición del pensamiento simbólico a partir de los 2 a 4 años dando paso a la imaginación para que esta se convierta en símbolo lúdico, es así como a través de dicha imagen el niño y la niña pueden convertir en objeto de imitación y representación, lo cual no solo sirve al niño y niña de imitación sino de sustitución según el pensamiento lógico y la imaginación, pasando del plano sensorio motor a un pensamiento representativo, por otro lado para Piaget el juego simbólico, es una forma de pensamiento en los niños y en la medida de

Sistematización de Experiencias

desarrollo del niño, este tipo de juego se hace cada vez más complejo donde se puede visualizar tal progreso en la forma en que el niño o la niña representan su realidad ya que está cada vez es más exacta para así dejar de ser un juego individual y tornarse grupal reproduciendo situaciones de la vida, para Piaget (1946) el juego simbólico tenía gran trascendencia intelectual ya que a través de este el niño y la niña desarrollan la capacidad de simbolizar, comprender y asimilar cualquier aprendizaje del entorno que lo rodea iniciando lo que representa su entorno más cercano familia, colegio, amigos, y es así como posteriormente se reflejarán aspectos más alejados como pueden ser juegos de profesiones o juegos ficticios, de ese mismo modo se ve la imitación a un adulto y a los roles de estos poniendo en práctica lo que está bien o mal (Formación del símbolo en el niño, 1946).

El juego simbólico pone como referencia figuras adultas y cómo estas se representan en sus roles correspondientes, potenciando el desarrollo del lenguaje ya que cualquier escenario lúdico se considera un buen espacio para la comunicación puesto que en la medida de que se realiza un juego se va verbalizando con sus pares desarrollando su imaginación y creatividad, promoviendo la socialización con niños de edades similares. Y finalmente se encuentra el juego de reglas presentándose como una escala en ascenso donde el símbolo reemplaza el ejercicio en la evolución del pensamiento preescolar y escolar y la regla reemplaza al símbolo combinando las destrezas adquiridas, combinación sensorio-motora, intelectuales y competitivas reguladas por pautas del mismo juego, o pactos puntuales improvisados por ellos mismos (Juego y aprendizaje, s.f. P. 92).

Por su parte, (Vygotsky y la situación imaginaria en el juego, s.f. P. 83) establece que el juego surge como necesidad de socializar con los demás ya que para él, el juego parte como un fenómeno social, y como constructivismo neto, ya que por medio de este el niño y la niña construyen su aprendizaje y realidad sociocultural, es así como jugando con sus pares incrementa significativamente su comprensión de la realidad aumentando su ZDP, teniendo en cuenta que en el juego el niño obedece determinadas reglas ligadas a su conducta haciendo distinción entre juegos que aunque parecidos tienen valores cambiantes el uno del otro, partiendo de lo anterior Vygotsky plantea dos etapas o fases del juego: la primera etapa es presentada en la edad de 2 a 3 años donde se facilita la comprensión de real y simbólica de los objetos, y la segunda etapa de 3 a 6 años donde se ve la

Sistematización de Experiencias

representación e imitación del mundo adulto, . Y finalmente Ausubel (citado por De Zubiría Samper, 2006, P. 169) habla acerca del juego como un concepto amplio que a su vez presenta diversos tipos con cierta clasificación para cada uno, en este caso desde su teoría de aprendizaje significativo establece que el juego es una herramienta por la cual el niño comparte habilidades motoras o socio-afectivas lo que hace que sea significativo en el aula. Partiendo de lo mencionado anteriormente se entiende que existen diversos tipos de juego según las necesidades en el aula o lo que se pretenda con este, como lo son los juegos cognoscitivos donde se activa la memoria, atención y descubrimiento gozando de gran importancia en la escuela ya que por medio de este se capta más la atención del estudiante.

En concordancia con la investigación y como se pretende plantear en el aspecto metodológico, es importante analizar un poco más de cerca la obra de William Kilpatric basado en gran parte en las investigaciones de Ovide Decroly (1871) de quien fue su discípulo, donde expresa que todo aprendizaje debe ir de lo real y concreto, ya que es fundamentado bajo una perspectiva constructivista donde plantea lo siguiente “la escuela debe ser hecha a medida, basándose en la educación de cada uno de sus alumnos y sus particularidades personales” (Gervilla Castillo, Ángeles, Didáctica Básica de la educación infantil: 2006), por lo cual el maestro estadounidense Kilpatric afirma en su definición de método por proyectos que este debe basarse en un propuesta de acción para el desarrollo claro de un ambiente en el que se pueda contribuir a la mejora en calidad de vida de las personas y en la medida que los participantes se vean directamente implicados o involucrados mejor será el aprendizaje, es así como la función principal del método por proyectos es la posibilidad de dar tratamiento a la información y posibilitar al alumno mayor participación en el desarrollo de estrategias en el aula, claramente este método no solo involucra al alumno en proyectos del mundo real sino que además propicia un aprendizaje significativo, como es planteado en la teoría de Ausubel, (Cerdeja Gutiérrez, 2001), lo cual lleva a un proceso de aprendizaje más enriquecedor ya que el trabajo es más relevante, del mismo modo es importante destacar que dicho aprendizaje puede ser o no predeterminado o predecible, lo cual hace que el estudiante haga uso de los recursos disponibles, el tiempo, habilidades académicas y habilidades sociales por medio del trabajo

Sistematización de Experiencias

de aula no obstante el método por proyectos puede ser tan impactante a los estudiantes y docentes como a la misma comunidad, en esencia este método centra al estudiante de manera participativa involucrándolo en el proceso de aprendizaje culminando con resultados reales de impacto generados por ellos mismos (Cerdeza Gutiérrez, 2001).

Este método está en gran medida ligado a la práctica ya que a través de ella se llega a una teoría, todo lo anterior contextualizado a la realidad y así el aprendizaje dará lugar a la observación, experimentación y reflexión, basado en los cuatro pilares de la educación: aprender a ser, aprender a hacer, aprender a aprender y aprender a convivir (Alvarado, Laura, Pdf, 2014). Del mismo modo según Kilpatrick el método por proyectos parte de una primera fase: el diagnóstico y elección del tema, una vez se ha elegido el tema es importante pasar a la segunda fase que consta de la planificación en donde se refleja la importancia del docente desempeñado un rol de guía en la estructura lógica dentro de su conocimiento, la claridad de los objetivos como la planificación de actividades, recursos materiales o humanos, y el uso de espacio y tiempo, todo esto servirá de ayuda para responder o ayudar a orientar la investigación según estos criterios y lo que cada uno resume, que= propósito, porque= justificación, como= metodología y actividades, con que = recursos y el cuándo = cronograma por último la fase final es la conclusión con la cual se plasmará de alguna forma el trabajo realizado.

Marco legal

La presente sistematización se sustenta legalmente en el siguiente conjunto de normas, leyes, Decretos y artículos:

Constitución Política de Colombia.

Artículo 44: establece el derecho a la alimentación equilibrada como un derecho fundamental de la infancia.

Sistematización de Experiencias

Art. 65: sobre la producción de alimentos gozará de la protección del estado, Para tal efecto, se otorgará prioridad al desarrollo integral de las actividades agrícolas, pecuarias, pesqueras, forestales y agroindustriales.

Ley General 115, febrero 8 de 1994.

Artículo 5: fines de la educación.

Inciso 5: la adquisición y generación de los conocimientos científicos y técnicos más avanzados, humanísticos, históricos, sociales, geográficos y estéticos, mediante la apropiación de hábitos intelectuales adecuados para el desarrollo del saber.

Inciso 9: el desarrollo de la capacidad crítica reflexiva y analítica que fortalezca el avance científico y tecnológico nacional orientado con prioridad al mejoramiento cultural y de la calidad de vida de la población, a la participación en la búsqueda de alternativas de solución a los problemas y al progreso social y económico del país.

Inciso 10: la adquisición de una conciencia para la conservación protección del medio ambiente, de la calidad de la vida, del uso racional de los recursos naturales, de la preservación de desastres, dentro de una cultura ecológica y del riesgo.

Artículo 91: La formación y capacitación.

El alumno o educando es el centro del proceso educativo y debe participar activamente en su propia formación integral.

Artículo 92: Formación del educando.

La educación debe favorecer el pleno desarrollo de la personalidad del educando, dar acceso a la cultura, al logro de conocimientos científicos y técnicos y a la formación de valores éticos, estéticos, morales, ciudadanos y religiosos que le faciliten la realización de una actividad útil para el desarrollo socioeconómico del país.

Los establecimientos educativos incorporarán en su PEI acciones pedagógicas para favorecer el desarrollo equilibrado y armónico de las habilidades de los educandos, en

Sistematización de Experiencias

especial las capacidades para la toma de decisiones, la adquisición de criterios, el trabajo en equipo, la administración eficiente del tiempo, la asunción de responsabilidades, la solución de conflictos y problemas y las habilidades para la comunicación, la negociación y la participación.

Ley 1549 de 5 de Julio de 2012

Por la cual se fortalece la institucionalización de la política nacional de educación ambiental y su incorporación efectiva en el desarrollo territorial” en los siguientes artículos:

Artículo 1: Definición de la Educación Ambiental

“La educación ambiental debe ser entendida, como un proceso dinámico y participativo, orientado a la formación de personas críticas y reflexivas, con capacidades para comprender las problemáticas ambientales de sus contextos (locales, regionales y nacionales)”.

Artículo 2°. Acceso a la educación ambiental.

“Todas las personas tienen el derecho y la responsabilidad de participar directamente en procesos de educación ambiental, con el fin de apropiarse los conocimientos, saberes y formas de aproximarse individual y colectivamente, a un manejo sostenible de sus realidades ambientales, a través de la generación de un marco ético, que enfatice en actitudes de valoración y respeto por el ambiente”.

Artículo 7°. Fortalecimiento de la incorporación de la educación ambiental en la educación formal (preescolar, básica, media y superior).

“El Ministerio de Educación Nacional promoverá y acompañará, en acuerdo con las Secretarías de Educación, procesos formativos para el fortalecimiento de los Proyectos Ambientales Escolares (PRAE), en el marco de los PEI, de los establecimientos educativos

Sistematización de Experiencias

públicos y privados, en sus niveles de preescolar básica y media, para lo cual, concertará acciones con el Ministerio de Ambiente y con otras instituciones asociadas al desarrollo técnico, científico y tecnológico del tema, así como a sus espacios de comunicación y proyección”.

Artículo 8°. Los Proyectos Ambientales Escolares (PRAE).

“Estos proyectos, de acuerdo a como están concebidos en la política, incorporarán, a las dinámicas curriculares de los establecimientos educativos, de manera transversal, problemas ambientales relacionados con los diagnósticos de sus contextos particulares, tales como, cambio climático, biodiversidad, agua, manejo de suelo, gestión del riesgo y gestión integral de residuos sólidos, entre otros, para lo cual, desarrollarán proyectos concretos, que permitan a los niños, niñas y adolescentes, el desarrollo de competencias básicas y ciudadanas, para la toma de decisiones éticas y responsables, frente al manejo sostenible del ambiente”.

Ley 1404 de 2010

Por la cual se crea el programa escuela para padres y madres en las instituciones de educación preescolar, básica y media del país.

Artículo 3.

El Ministerio de Educación Nacional, desarrollará, reglamentará e impulsará el Programa Escuela para Padres y Madres de manera que se constituya en elemento fundamental en formación integral educativa, incorporado a los Proyectos Educativos Institucionales, especialmente por lo dispuesto en los artículos 7° y 139 de la Ley 115 de 1994, y artículos 14, 30 y 31 del Decreto 1860 de 1994.

Ley 1295 de 2009

Que reglamenta la Atención Integral a la Primera Infancia.

Decreto 057 de 2009 Estándares Técnicos De Calidad Para Los Servicios De Educación Inicial En Bogotá

“Estos marcos se constituyen en un referente de consulta y una guía respecto al soporte legal y de política pública en los que se cimientan las acciones institucionales de las diferentes entidades del Distrito, pero además se convierten en el eje articulador y orientador de las acciones que de manera corresponsable deben adelantar la familia, la sociedad y el Estado para promover, garantizar y restituir los derechos fundamentales de los niños y niñas, convirtiéndose así en marcos de referencia y de acción”.

Consejo Nacional de Política Económica y Social, CONPES.

Dentro de los cuales el Artículo 91 de 2005 incorpora las Metas y Estrategias para el logro de los ocho Objetivos de Desarrollo del Milenio-2015, el 109 de 2007 orienta la Política Pública de Primera Infancia y el 113 la política de Seguridad Alimentaria y Nutricional. Por último, y dadas las estrechas conexiones del derecho a la alimentación con el derecho a la salud, al agua, y la educación, entre otros, se deben tener en cuenta los decretos reglamentarios y resoluciones específicas del Ministerio de Salud y Protección Social, del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar- ICBF, y de los demás sectores relacionados.

Marco conceptual

Método por Proyectos

El propósito del método por proyectos es que se desarrolle el estilo personal del individuo, su autocontrol y autoconfianza para actuar de manera socialmente aceptable y significativa, todo esto basado en un aprendizaje por medio de proyectos planteado William Kilpatrick quien considera que “un proyecto es un plan de trabajo libremente elegido, con

Sistematización de Experiencias

el objeto de realizar algo que nos interesa basado en el interés del niño y la niña con sus conocimientos previos” (citado por Orellana Rios, 2010, P. 3).

Dentro del mismo se basan algunos supuestos y el más relevante para este proyecto de investigación es el psicológico ya que parte de la educación escolarizada y como esta debe preparar al niño en su totalidad, por lo cual partiendo de dicho concepto se entiende que el niño, niña o estudiante aprende haciendo, adquiriendo nuevas habilidades y poniéndolas a prueba en actividades dirigidas por ellos mismos, lo cual las hace más importantes y significativas en su proceso de aprendizaje, Finalmente es importante destacar que dentro de los grandes aportes a la educación realizados por el filósofo, pedagogo y psicólogo John Dewey “la necesidad de comprobar el pensamiento por medio de la acción si se quiere que este se convierta en un conocimiento” (Alvear, Laura, 2014), estableciendo el rol activo de los niños, niñas y adultos quienes aprenden al enfrentarse mediante situaciones problemáticas que pueden surgir de las actividades de su interés, resolviendo dichos problemas con los conceptos dados de su experiencia, por lo cual se afirma según Dewey que al momento del niño ingresar al aula ya lo hace totalmente activo, llevando lo que él denomina cuatro impulsos innatos (el comunicar, el construir, el indagar, y el expresarse de forma precisa) definiendo además que el docente debe ver el mundo con ojos de niño o niña para incorporar a los temas de estudio la experiencia (Gervilla, Castillo, 2006).

En consecuencia, se posibilita el trabajo de aula por medio de principios de desarrollo en la escuela activa como metodología de actividad que fácilmente pueda llevarse a la práctica de formas diferentes por medio de rincones, talleres y proyectos.

El Juego

El juego puede definirse como una actividad que se realiza con el fin de obtener esparcimiento y diversión, lo que a su vez conlleva a emplear un esfuerzo mental o físico e incluso ambos y así lograr lo propuesto, por lo cual Alvear, Escobar, Palacios & Romero afirman que “el juego es una actividad inherente al ser humano, pues todos los seres humanos hemos aprendido dinámicas de relación en el ámbito familiar, social y cultural a través del juego, de este modo al ser este una actividad espontánea y original fluctúa

constantemente.” (Juego y Aprendizaje: Distintas formas de acompañar a los niños en su desarrollo. s.f, P. 75).

En la edad preescolar que abarca de los 0 a los 3 años de edad es característico el juego funcional mediante actividades simples y repetitivas que incluyen objetos tales como muñecas, carritos de juguete o bien sea explorando su parte motriz fina, un ejemplo de esto puede ser el modelado en arcilla y plastilina o su motricidad gruesa realizando ejercicios como saltar, rodar, girar, arrastrarse etc. Lo cual implica realizar algo con el fin de estar ocupado y activo a lo que se suma la idea de realizar un juego con el fin de usarlo como herramienta educativa.

Según Rubín, Fein y Vandenberg, (1983) citados por Roberts, Feldman en su libro Desarrollo en la Infancia, conforme los niños y niñas crecen el juego funcional va desapareciendo por lo cual a los cuatro años de edad abren paso al juego constructivo en donde los niños manipulan objetos para construir algo, siendo el objetivo principal como lo menciona el autor, el crear algo nuevo, haciendo uso de la imaginación y lo que el medio le provee, posibilitando al niño y la niña la oportunidad de explotar sus habilidades físicas y cognitivas obteniendo respuesta a los problemas del mismo juego referentes a formas y secuencias, para que de esta forma se reafirme la cooperación con otros, por otro lado según Piaget en su corriente psicogenética, el juego es básicamente la relación del niño o la niña con su entorno, ocurriendo dos procesos primero el de acomodación donde el organismo recibe la información y otorga los primeros significados y segundo el de asimilación donde el niño transforma la información recibida la cual pasa a ser parte del organismo dándole un significado, siempre teniendo en cuenta las experiencias previas, (citado por Alvear et al. S.f. P. 81)

Aspectos Sociales del Juego. Conforme a la investigación realizada existen dentro del aspecto social cuatro clases de juego, en primera medida se encuentra el juego paralelo, el cual se basa en jugar con objetos parecidos pero sin interactuar entre sí, seguido del juego observador en el cual los niños simplemente se limitan a observar a otros jugar sin participar, posteriormente tan pronto crecen los niños, su proceso de participación social es más complejo ya que implica un mayor grado de interacción. Dándose así el juego

Sistematización de Experiencias

asociativo donde dos o más niños interactúan entre sí compartiendo objetos o materiales así no estén compartiendo el mismo juego o actividad y finalmente en el juego cooperativo los juegan con otros practicando juegos o diseñan los propios. Roberts, S, Feldman Desarrollo en la Infancia, (2008, P. 272).

De esta forma Feldman citando a Vygotsky s.f. afirma que el juego de simulación en especial el que implica al juego social es un medio que ayuda a ampliar las habilidades cognitivas del niño preescolar, desarrollando su comprensión de cómo funciona el mundo, teniendo en cuenta lo importante de la cultura ya que esta afecta significativamente al estilo del juego de los niños, es así como sostiene “toda situación imaginaria contiene reglas de conducta, todo tipo de juego con reglas contiene una situación imaginaria, el juego con reglas más simples desemboca inmediatamente en una situación imaginaria regulando el juego con normas” (2008, P. 272).

El Juego como Necesidad. En la educación infantil, el principio lúdico posee una importancia elemental ya que el juego es visto como necesidad para el niño, puesto que estimula el desarrollo de sus estructuras intelectuales, por medio del juego el niño crea un mundo similar al adulto pero basado en su propia autonomía, Gervilla Castillo, Ángeles, (2006), es así como la actividad lúdica permite la atención activa, y la memoria lo que hace que el aprendizaje escolar sea óptimo, siempre y cuando sea un tipo de juego cambiante y dinámico, por lo cual Gervilla Castillo, Ángeles manifiesta que:

Es un error pedagógico querer mantener la atención más allá de lo que es capaz el niño; por eso el juego puede y debe cumplir una función. Desarrollar la sociabilidad del niño, mediante el juego se integra al grupo y entra en contacto con los compañeros. Didáctica Básica de la educación infantil, 2006, P. 69

En lo que compete a la educación es esencial establecer que el juego es un medio pedagógico fundamental para la escuela infantil, ya que existen un sin número de

Sistematización de Experiencias

posibilidades para crear actividades que resulte divertidas a los estudiantes pero que a su vez resalte el manejo que el docente desea transmitir como aprendizaje para los alumnos y que este aprendizaje fácilmente sea significativo para ellos, Gervilla Castillo (2006) en este sentido es claro asegurar que el juego es el método más eficaz en el aprendizaje ya que gracias a este el niño puede perfeccionar sus capacidades y a su vez se divierte al hacerlo, siempre y cuando para lo anterior se brinde la posibilidad de que el juego se adapte a los ritmos del niño, se vea favorecida la actividad libre y se promueva la interacción y cooperación (p. 69). En lo concerniente a la educación infantil y el juego como principio básico de aprendizaje han sido definidos por diversos autores como Piaget, Montessori, Decroly, Agazzi etc. Y así permitir que este siempre presente en el aula ya que es valioso para el desarrollo y aprendizaje en el niño vinculándolo en la clase con las actividades diarias y centros de interés o unidades de trabajo encaminadas a conseguir un aprendizaje en específico en consecuencia como es mencionado por Gervilla Castillo, Ángeles (2006) al realizar un juego de ficción se podrá desarrollar un aprendizaje afectivo- emocional, con el juego simbólico o de roles se obtendrán aprendizaje en torno a actitudes y valores y por medio del juego de construcción se obtendrá un desarrollo mental y motriz (p.70).

El Juego Simbólico. La aparición del juego simbólico tiene connotación especialmente en los niños y niñas haciendo su aparición en la misma medida que el lenguaje, (Alvear, et al. s.f), este se hace sobre representaciones y no sobre cosas reales, lo cual trasciende desde la prehistoria, actualmente el juego simbólico se evidencia en los niños a partir de los 2 años de edad haciéndose presente en cualquier situación cotidiana o no, que viva el niño a lo que se suma la utilización de todo tipo de juego en la práctica educativa de la primera infancia lo cual hace que la pedagogía infantil dirija especialmente su atención al juego de roles llamado también juego simbólico, ya que este tiene una significación importante en el desarrollo del menor, por medio del juego de rol los participantes asumen un papel según sea el tema abordado por ellos, ej: el restaurante, el hospital, la familia, etc. (P. 78 y 92)

Todo tipo de juego que se ejecute en la infancia es útil y necesario en la medida que se otorgue protagonismo al niño y la intervención que el adulto debe dar al mismo sea netamente la de facilitador, permitiéndoles una disposición frente al juego, siempre y cuando no se imponga ni dirija el juego, y así este le permitirá al niño y la niña explorar el mundo de los mayores sin estar presentes, además de una clara interacción y socialización con otros niños y niñas de la misma edad o no, de forma autónoma, sean o no de su círculo cercano, y estrato social.

Los pilares del Desarrollo

En la educación inicial los objetivos giran en torno a potenciar el desarrollo de los niños y niñas, promoviendo y acompañando el desarrollo de la educación inicial o primera infancia, por lo cual desde la política pública para la primera infancia se formulan cuatro elementos fundamentales como lo son el juego, el arte, la literatura y la exploración del medio, proponiéndolas como la forma en la que los niños y adultos se relacionan entre sí, para a su vez fortalecer su desarrollo teniendo en cuenta las diferencias culturales y las dimensiones de desarrollo.

Dichos pilares componen principalmente el trabajo pedagógico, pues es a través de ellos como se desarrollan y potencian las dimensiones en concordancia con la esencia del niño, de esta forma en el ámbito pedagógico o en la forma como estos pilares son incorporados a las instituciones de educación inicial, se da el desarrollo de las dimensiones, claramente estos pilares puede ser aplicados a todo tipo de estrategia pedagógica (talleres, rincones, proyectos etc.) (Lineamiento Pedagógico y curricular en para la educación inicial en el Distrito, 2010). De este modo y en lo que compete a esta investigación es importante retomar dos de los cuatro pilares del trabajo pedagógico y su importancia:

El Juego en la Educación Inicial. Es importante destacar que dentro del aula de clase de las instituciones de educación inicial con modelo constructivista, el eje regulador de todas las actividades, talleres y planeaciones es el juego, bien sea como principio o

Sistematización de Experiencias

estrategia pedagógica, ya que por medio de este se logra captar de manera significativa la atención de los niños y niñas demostrando mayor y mejor interés al participar en las mismas. “Este interés parece responder a una formación docente basada en las teorías psicológicas y pedagógicas que le han otorgado al juego un valor formativo”. (Lineamiento Pedagógico y curricular para la educación inicial en el Distrito, 2009. p. 49).

De tal forma el juego en el aula puede lograr distintas connotaciones, empleándolo bien sea para una socialización libre entre compañeros, como recompensa a tareas encomendadas y realizadas de manera correcta, o simple pasa tiempo. Por otro lado, el juego es empleado también como elemento primordial en las practicas pedagógicas de las instituciones educativas, es decir una simple pero importante herramienta que posibilita un aprendizaje más significativo en el niño y la niña, atando inmediatamente el juego con el aprendizaje, por lo mismo es importante aseverar que cada juego que se use dentro del aula para un fin pedagógico debe planearse en una serie de objetivos que direccionen su aprendizaje, donde prevalezca la idea de un juego que conduzca al estudiante a un fin en específico o sea el medio para llegar y alcanzar la meta propuesta por la docente. Es importante tener en cuenta que para el niño y la niña el juego es como un dialogo entre adultos, este se realiza para comprender o establecer situaciones y adquirir un aprendizaje.

Finalmente como es expresado en el Lineamiento Pedagógico y curricular para la educación inicial en el Distrito, (2009), es importante que las instituciones educativas diseñen espacios donde prime el juego involucrados en las rutinas diarias y se generen estrategias en torno al mismo para potenciar tales aprendizajes, pero que a su vez sea involucrado el cuerpo docente y los cuidadores, además se propone crear situaciones donde cualquier espacio del jardín sea propicio para su desenvolvimiento y en ese orden cualquier juego puede ser el adecuado (juegos de palabras, juegos corporales, juegos de exploración, juegos musicales, juegos sensoriales, juegos de construcción, juegos de competencia o juegos simbólicos), y es así como aprovechando tales espacios se ve la importancia de generar rincones o zonas específicas con materiales organizado y seleccionados donde los niños puedan desarrollar su imaginación de manera libre socializando y escogiendo sus compañeros de alianza, dentro de estas zonas o posibles rincones de aprendizaje se

encuentra: rincón de la casita, rincón de los disfraces, rincón de juegos de mesa, rincón de construcción etc. (p 69).

La Exploración del Medio en la Educación Inicial. En consecuencia de la esencia del niño es claro que una de sus motivaciones y mayor característica es la exploración en todo sentido, puesto que es así como cuestionan y conocen su mundo, lo cual es progresivo en la manera en que van creciendo, iniciándose como una exploración a sí mismos o a su cuerpo, seguida de la manipulación de objetos, desplazamiento en el espacio y a través del lenguaje ya que la mayor parte del tiempo es dedicado al acto de explorar según la edad por la que pase cada niño y niña se verá reflejado su nivel de interés, dependiendo en gran medida de las posibilidades brindadas por el ambiente o los adultos.

Es así como por medio de la exploración se da un aprendizaje activo, tal y como se plantea (Lineamiento Pedagógico y curricular en para la educación inicial en el Distrito, 2009, P. 68)

Partiendo de que en la Educación Inicial enseñar es el arte de provocar interés, hay que tener en cuenta la importancia de construir ambientes actualizados y variados que ofrezcan las posibilidades suficientes de exploración, puesto que la variabilidad de los ambientes es lo que permite comparar, analizar semejanzas y diferencias, categorizar, establecer relaciones, etc. Aquí hay que tener en cuenta, además de los gustos e intereses de los niños y las niñas, los de las maestras y los maestros, ya que ellas y ellos tienen no solo la posibilidad de propiciar y ampliar los intereses de los niños, sino de profundizarlos.

De este modo cabe resaltar la importancia que tiene incentivar a la exploración del medio en los niños y niñas de 0 a 5 años de edad, al generar un desarrollo o construcción de lo real, siendo este un proceso complejo pero importante a través del cual se experimenta y generan procesos de pensamiento, pasando por una serie de momentos como la necesidad que dirige su motivación por la exploración, la manipulación de objetos reales teniendo en

cuenta la perceptibilidad así como la elección de los mismos e interrogantes o hipótesis frente a lo encontrado.

Alimentación Saludable

Una alimentación sana o saludable es aquella que aporta los suficientes nutrientes al cuerpo humano, las cuales son esenciales para que una persona se mantenga sana y con la energía suficiente, según el ministerio de la salud, “Esta debe ser variada incorporando y aprovechamiento todos sus nutrientes, alimentarse sanamente ayuda a mejorar la calidad de vida en todas las edades y ayuda a prevenir una serie de enfermedades” (Ministerio de la Salud, 2014). Por otro lado el consumo de vegetales en Colombia está por debajo de lo recomendado, según la Organización Mundial de Salud se sugiere como mínimo 400 gramos de frutas y hortalizas al día para una buena salud, pero en muchos hogares colombianos es muy bajo ya que, entre los dos productos el consumo es menor a 85 kilos por persona al año, lo que refiere la anterior estadística es que cada colombiano está consumiendo 235 gramos al día, es por esto que aparecen problemas y patologías de salud referentes al exceso de peso, incluso afectando a la población infantil y adolescente, generando una menor posibilidad de vida por esta causa, apareciendo enfermedades en edades tempranas, si bien es sabido en el mundo se enfrentan dos problemáticas de salud pública por un lado está la desnutrición infantil, y por el otro un progresivo aumento de peso (sobrepeso y obesidad), por lo que la Organización Mundial de Salud (OMS) declaró en un futuro obesidad como epidemia mundial ya que en el mundo 1000 millones de adultos tienen sobrepeso y de ellos 300 millones padecen obesidad, sin lugar a duda las personas han incorporado en su alimentación con mayor frecuencia alimentos con alta densidad de grasas y minimizando el consumo de frutas, verduras y hortalizas, no obstante en el aporte energético se ha evidenciado un cambio en la forma de vida de las personas, volviéndose cada vez más sedentarios lo que conlleva a un menor gasto energético, lo que hace imprescindible el uso de tecnologías que ahorren dicho trabajo (ENSIN 2010).

En este contexto varían algunos elementos que hacen necesario promover el consumo de frutas, verduras y hortalizas, por un lado, la situación de inseguridad

Sistematización de Experiencias

alimentaria y desnutrición que padece gran parte de la población colombiana, como se describió con anterioridad, según Estudio Enkid, (1998-2000) aproximadamente el 28% de los colombianos no consume diariamente hortalizas y el 35% no consume diariamente frutas. En el mismo sentido, la deficiencia en vitaminas es alarmante (32% de la población tiene deficiencia de vitamina A y 23% de vitamina C, entre otros). Por otro lado, los hábitos alimenticios de la población con acceso a los alimentos no incluyen frutas ni hortalizas y enfermedades como la obesidad han ganado un espacio muy importante en la población infantil urbana, expuesto según la encuesta de la siguiente manera: “El consumo de frutas y verduras es muy inferior al recomendable, especialmente en los niños y las familias jóvenes, uno de cada tres colombianos no consume frutas diariamente, y cinco de cada siete colombianos no consume hortalizas”. (ENSIN, 2010 Ministerio de Salud Pública).

Huertas Escolares

Según la política establecida por la Organización de las Naciones Unidas FAO, los huertos escolares son zonas cultivadas en las escuelas o cerca de ellas, bajo el cuidado de los alumnos para el desarrollo de actividades pedagógicas con respecto a la alimentación. Suelen producir hortalizas y frutas; las actividades pueden ser cría de animales y pesca en pequeña escala, apicultura, plantas ornamentales y de sombra, así como producción de alimentos básicos en pequeña escala. Los huertos escolares son de gran importancia ya que promueven una alimentación sana y su existencia obedece a fomentar una buena educación nutricional además de técnicas de subsistencia, lo cual se ha abordado en distintas partes del mundo, con la posibilidad de aprender más allá de la escuela, “Una buena alimentación es indispensable para que los niños en edad escolar tengan un desarrollo y un crecimiento adecuados y puedan estudiar, estar protegidos de las enfermedades y disponer de energía suficiente para todo el día”. (Organización de las Naciones Unidas para la alimentación y agricultura, FAO, 2010).

Las huertas escolares deben ser creadas pensando en los niños y niñas, con el fin de generar aprendizajes en torno a la alimentación saludable, aprender a comer bien, donde el trabajo gire en torno a la casa y la escuela, ya que son los directos corresponsables de

Sistematización de Experiencias

direccionar y conseguir una formación adecuada en buenos hábitos alimenticios teniendo como base que en la edad de 5 años, los niños y niña están abiertos a nuevas ideas y nuevos conocimientos, finalmente los huertos escolares pueden favorecer los aprendizajes en diversas áreas y el cuidado al medio ambiente, pero también contribuir y alcanzar la seguridad alimentaria siendo una de las necesidades más urgentes en el mundo, pero que a su vez se está vinculando o adoptando en muchos países, en ese orden de ideas se debe tener en cuenta que la puesta en marcha de una huerta escolar trae consigo infinidad de aprendizajes puesto que ese es su fin, un niño no puede aprender la importancia de cultivar alimentos y alimentarse sanamente si no los cultiva el mismo, por lo cual estos proyectos de huertas escolares deben plantearse o contemplarse dentro del plan de estudios en las instituciones educativas.

Proyectos PRAE

Los Proyectos Ambientales Escolares PRAE tratan principalmente una problemática ambiental local teniendo un carácter transversal con visión sistémica del ambiente y del desarrollo integral, según el Ministerio de Educación Nacional MEN en su portal educativo Colombia aprende, establece que para este es necesaria una comprensión y participación en la transformación de realidades de tipo ambiental en las comunidades o regiones, que trascienda desde las instituciones educativas a su comunidad en general o demás instituciones de manera que a través de este se construya sentido de pertenencia de manera significativa y el desarrollo de un pensamiento científico que no solo potencie los aprendizajes sino que potencie una cultura ciudadana en la comunidad, fortaleciendo la dimensión ambiental y a su vez mejorando en la calidad de vida. Los PRAE dan la posibilidad de investigación en los estudiantes referidos a visiones pedagógicas y donde se debe tener plena apropiación a la problemática desde una formación ética, aporte a la construcción de un nuevo ciudadano para una nueva sociedad.

Todo proyecto Ambiental Escolar (PRAE) debe verse perfilado bajo una serie de connotaciones que lo hacen eficaz como lo es la importancia de incorporarlos dentro del Proyecto Educativo Institucional (PEI), en un currículo con dimensión ambiental que introduzca tal problemática dentro de su plan de estudios y a su vez contenga una visión

Sistematización de Experiencias

pedagógica en cuanto a la construcción de conocimiento significativo, para lo cual se ve necesario generar estrategias pedagógicas encaminadas al desarrollo de un pensamiento científico y competencia ciudadana, por otro lado este debe verse como un trabajo interdisciplinario no solo dentro de la institución sino al exterior de esta, con alcance a la comunidad educativa, todo esto bajo la importancia de la planeación de actividades de intervención directa que permitan proyecciones de transformación en la institución, sin embargo la importancia de dos o más actores comprometidos con el proyecto se ve necesaria para el desarrollo del mismo, estos proyectos poseen básicamente dos componentes: intervención e investigación. (Política pública de educación ambiental ley 1549, 2012), de esta manera en la educación inicial se ve necesario trabajar ese tipo de proyectos articulados a la luz de la normatividad según se expresa en la política pública así

En los primeros años de escolaridad, en los cuales los niños y las niñas comienzan a interactuar socialmente y, por consiguiente, entran en contacto con saberes, actitudes, prácticas y valores desarrollados culturalmente, es necesario enfatizar en que la educación ambiental no puede reducirse a una sola actividad. Por el contrario, debe tomarse como una dimensión de la formación integral y, por lo tanto, lograr que atraviese todos los problemas que se trabajen en el ámbito escolar.

Viendo la importancia de la formación integral se debe rescatar la visión ambiental destacando el valor de formar niños y niñas capaces de contribuir al desarrollo de la comunidad educativa en torno al cuidado del ambiente, y que por medio de este se pueda dar respuesta a otras problemáticas propias del ámbito escolar, como es consagrado en la ley 115.

Cultivos Hidropónicos

La hidroponía es el proceso de cultivo de plantas sin el uso de tierra. Las plantas que se cultivan de esta forma, crecen en una combinación de nutrientes y agua. Según el Ministerio de Agricultura y Ganadería (2004), La hidroponía tiene sus orígenes en la antigua Babilonia, donde se cultivaban plantas en jardines acuáticos colgantes, este proceso

Sistematización de Experiencias

se puede llevar a cabo con poco presupuesto. Las plantas para crecer consumen todos los nutrientes que son proporcionados en un medio líquido conocido como solución nutritiva. Ésta se compone de varias sales cuya mezcla permite un rápido y eficiente crecimiento en las plantas. Existen varias modalidades en la hidroponía y una de ellas es la raíz flotante, esta modalidad implica el contacto directo de las raíces de las plantas en una solución nutritiva, se trata de una técnica práctica, sencilla y sobre todo, fácil de llevar a cabo.

Para la Organización de la Naciones Unidas para la alimentación y agricultura (1992), El origen de la Hidroponía nace en la época de los sesenta cuando dos científicos alemanes descubrieron cómo cultivar plantas de manera hidropónica sin usar un medio de crecimiento. Además, descubrieron que las plantas pueden crecer en una mezcla de agua y nutrientes. Estos científicos alemanes, Sachs y Knop, los cuales llamaron a su descubrimiento "nutricultura". Las plantas de cultivo hidropónico utilizan menos agua y ocupan menos espacio, lo que les permite crecer en áreas pequeñas. El hecho que las plantas se puedan cultivar con este método significa que se pueden producir más alimentos en el mismo lugar que ocuparían los cultivos tradicionales en tierra, por otro lado si hablamos de resultados en sí, debemos tener en cuenta que algunas semillas como la de La lechuga y otros tipos de vegetales de hojas verdes se cultivan muy bien de manera hidropónica y requieren un mantenimiento mínimo. Además, los tomates y los pimientos crecen excepcionalmente bien, pero requieren mantenimiento y trabajo debido a su tamaño. Las flores también son ideales para este proceso ya que crecen rápidamente y se pueden usar para decorar el hogar.

Dentro de este proceso se encuentran vegetales o plantas no aptas para este tipo de cultivo son aquellas plantas que desarrollan raíces grandes, como las zanahorias y los rábanos, no se pueden cultivar de manera hidropónica ya que el medio de crecimiento sin tierra no les permite expandirse del modo en que lo harían con métodos tradicionales. En esta lista también se incluyen las papas, para Díaz Guzmán (2004) la agricultura hidropónica tiene el potencial de aumentar el tamaño de los frutos y las cosechas. Las plantas crecen rápidamente y son más grandes debido a que el agua y los nutrientes siempre están disponibles para su absorción. Las plantas de cultivo hidropónico suelen crecer en interiores, lo que las resguarda de insectos y enfermedades. (p. 3 - 4). Dicho sistema posee

Sistematización de Experiencias

una serie de ventajas que favorecen el tener un cultivo hidropónico en casa o en cualquiera que sea el espacio para este, como es mencionado por la Organización de la Naciones

Unidas para la alimentación y agricultura (1992):

1. Provee humedad en todo momento a las raíces del cultivo.
2. Reduce considerablemente los problemas de enfermedades producidas por patógenos del suelo.
3. Aumenta los rendimientos y mejora la calidad de producción.
4. Evita el gasto inútil de agua y fertilizantes.

Marco Metodológico

Desde el punto de partida de esta investigación se hace necesario conocer la importancia de un ejercicio de experiencia crítica desde la práctica y la relevancia de las conceptualizaciones que proceden de sistematizar una experiencia, según Jara Holliday, la sistematización de experiencias propone llevar a la luz todas las características que sean comunes o particulares, teniendo en cuenta por consiguiente que la investigación, la evaluación y la sistematización son parte fundamental una de otra, de esta forma el autor considera que la evaluación es un proceso claramente educativo, ya que por medio de esta se ve la utilidad de todas las personas que participan en una experiencia de la misma forma que la sistematización, teniendo en cuenta que ambas deben ser retroalimentadas y finalizar a lo que nos conlleve a una serie de conclusiones que aporten de carácter pedagógico en este caso a la mejora en la calidad de las prácticas, de este modo se toma como referencia cinco pautas elementales citadas por el autor. (Orientaciones Teórico Prácticas para la sistematización de experiencia, s.f, p.3-5).

Punto de partida. El cual se basa en la experiencia que se lleva a cabo en el Jardín Infantil Kindergarten Arcoíris durante la práctica profesional, así como la primera impresión durante el tiempo compartido con los niños, niñas y docentes, en el aula de clase, en sus diferentes momentos (intervención pedagógica, momento de descanso, momento de alimentación etc.) para evidenciar la problemática abordada dentro de la investigación.

Preguntas Iniciales. Es importante destacar que el objetivo descrito al inicio de esta investigación es el generar estrategias tanto para niños y niñas como para padres o cuidadores del Jardín Infantil Kindergarten Arcoíris, donde se posibilite la participación activa por medio del juego simbólico para fomentar la alimentación sana en niños y niñas de manera espontánea y adecuada, tanto en las instituciones como en casa, sin embargo cabe resaltar que se debe propiciar un espacio donde se emplee la exploración del medio, siendo consecuente con el modelo pedagógico establecido por la institución al tener en

Sistematización de Experiencias

cuenta el uso de instrumentos que sirvan de acercamiento con los niños y niñas e incluir a los padres o cuidadores que para este caso será el proyecto de aula y las planeaciones diseñadas con el fin de involucrarse por medio de intervenciones pedagógicas.

Recuperación del Proceso Vivido. La caracterización de la población con la cual se realizó la intervención y el problema evidenciado, permitieron establecer un diagnóstico y también permitieron generar una propuesta que diera solución a lo evidenciado posibilitando estrategias donde el fuerte siempre fuera el juego simbólico y la participación directa del niño, la niña y los padres para disminuir el consumo de comida poco saludable como la comida “chatarra”, aumentando el consumo de frutas y verduras además de mejorar la ingesta del almuerzo, lo cual se tornaba un tanto tormentoso para ellos y ellas.

Reflexiones de Fondo. Cada una de las actividades realizadas dentro del proyecto de aula generado, permitió llegar de manera permanente y directa a los niños y niñas estableciendo e indagando sus saberes previos y sus puntos de vista frente al tema seleccionado, de la misma manera, permitió llegar a los padres o cuidadores y aportar de manera dinámica el significado respecto a la importancia de una sana alimentación y las múltiples estrategias que se pueden implementar para tener una conexión casa-jardín en lo concerniente al fomento y generar de buenos hábitos nutricionales y el aprovechamiento de diferentes recursos o material didáctico, además de los diversos aprendizajes que ofrece el cultivo hidropónico en cuanto a la exploración del medio.

Punto de llegada. En este punto se ve importante destacar que el proyecto generado para dar solución a tal problemática debe ser incluido en la rutina diaria para que los estudiantes no lo tomen como algo pasajero y se dé solución al bajo consumo de frutas o verduras, por consiguiente se observa que los estudiantes siempre estarán interesados en todas las actividades donde se vea inmerso el juego simbólico para que el aprendizaje sea significativo, además de la importancia de realizar una exploración del medio involucrado la hidroponía y la alimentación sana.

Sistematización de Experiencias

Por consiguiente para abordar la metodología se efectuó un enfoque de investigación cualitativo, Mc Millán y Schumacher (2005) dicho método permitió llegar al Jardín Infantil Kindergarten Arcoíris, los niños y niñas preescolares y los cuidadores de forma directa, construyendo, interactuando, observando y describiendo sistemáticamente como se puede emplear el juego como herramienta pedagógica en el aula teniendo en cuenta el método por proyectos, para contribuir desde la educación preescolar a generar buenos hábitos alimenticios, haciendo partícipes a los padres o cuidadores y a los estudiantes por medio de diversas actividades que se irán referenciando a lo largo de la metodología, las cuales están basadas en el aprendizaje significativo, de esta manera la comunidad educativa estará capacitada para comprender las relaciones con el medio al cual pertenecen y dar respuestas de forma activa, participativa y reflexiva a los problemas de su ámbito más próximo.

La investigación cualitativa es un enfoque interactivo que requiere de tiempo para observar y registrar hechos, una de las estrategias más comunes usadas en este método cualitativo es la observación participante, teniendo en cuenta que en el campo metodológico al hablarse de técnicas investigativas se quiere decir en realidad “cómo hacer”. (Schumacher, 2005) es así como la metodología que permitió el desarrollo de este trabajo es la Investigación Acción (IA), la cual muestra aspectos como: problematización, diagnóstico, diseño de una propuesta de cambio, aplicación de la propuesta y conclusiones que fueron utilizadas para llevar a cabo tal proceso, los cuales claramente serán descritos a continuación:

Problematización

A través del ejercicio de la práctica profesional en el Jardín Infantil Kindergarten Arcoíris, se observó que existe un mínimo control atencional por parte de la institución y los padres o cuidadores al momento del refrigerio escolar y en el almuerzo, hora en la cual había manifestación de llanto o desagrado a las verduras e insistencia por parte de las docentes para suministrar alimentos como frutas o verduras, ya que las loncheras estaban compuestas por comida chatarra como (papas, poni malta, gomitas, chitos, chocolatinas, hamburguesas, pizza Etc.) reflejándose poco control por parte de los padres de familia, facilitando el consumo de alimentos con bajo valor nutricional y contribuyendo a fomentar inadecuados hábitos alimenticios. Es por esto que a partir de la política establecida en Colombia por la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y Alimentación, en donde su trabajo es basado en el desarrollo de la política de huertos Escolares, se hacen partícipes dentro de este proceso a la escuela, quienes forman parte esencial de la adquisición de hábitos nutricionales en los niños y niñas, esto para las instituciones que cuentan con la fortuna de tener espacios adecuados para la siembra, pero ¿Qué pasa con las instituciones que no poseen espacio donde cultivar? Siendo este el caso del Jardín Infantil Kindergarten Arcoíris, se dará una solución a dicha problemática ayudando al mejoramiento de la situación nutricional y alimentaria en los estudiantes de la institución, tomando la hidroponía como una posible solución y fomentando estrategias de aula para contribuir y generar buenos hábitos de alimentación.

Diagnóstico:

Durante la etapa diagnóstica se trabajó bajo la mirada y caracterización de la población del Jardín Infantil Kindergarten Arcoíris

Sistematización de Experiencias

Actores Sociales: directivo docente, docentes, servicios generales, padres de familia, comunidad vecinal y comunidad en general.

Grupo de trabajo durante la práctica: niños y niñas de 5 años de edad del grado Jardín B.

Total de Niños y Niñas: 25

Modelo Pedagógico. En el Jardín Infantil Kindergarten Arco Iris se maneja un enfoque por medio del aprendizaje significativo, girando en torno a un Modelo constructivista cuya teoría radica en las inteligencias múltiples, donde cada niño y niña aprende haciendo e involucrando el descubrimiento y la exploración de sí mismo y su entorno; es importante aclarar que todo el proceso educativo será esencialmente activo para el niño y la niña, ejecutando actividades motoras, verbales, el juego, el trabajo, manipulando objetos concretos, disponiendo de información en textos y enciclopedias, pueda representar e interiorizar el aprendizaje en un ambiente de relaciones cooperativas que faciliten las actividades individuales y de grupo. En el creciente contacto y conocimiento del mundo real se introducirá el proceso simbólico, con actividades tales como: juego dramático, pintura, relato e invención de cuentos y representación de sus acciones y experiencias.

El constructivismo basa el aprendizaje en el alumno, en lo que él puede aprender haciendo, los contenidos que este adquiere no lo hace de la nada, sino a partir de representaciones previas, lo cual se debe tener en cuenta como lo que él ya sabe y aprende, de esta manera el alumno construye su conocimiento desde la realidad propia, el entorno cultural y las experiencias que trae del mundo que lo rodea, por otro lado el aprendizaje significativo entiende que la actividad educativa no consiste en transmitir sólo conocimientos sino procesar y ordenar datos o problemas reales que partan del interés del alumno, lo cual a su vez hace parte del interés por aprender y “aprender haciendo” para que sea significativo.

De acuerdo al análisis del contexto, ubicación de la institución, modelo pedagógico y las características propias o particulares de los estudiantes preescolares se da inicio al trabajo de campo, por medio de la observación participante e interacción con los niños y niñas verificando los alimentos enviados en la lonchera, para posteriormente indagar el

Sistematización de Experiencias

sentir de los estudiantes y conocer lo que ellos y ellas comen normalmente en casa, realizando la actividad descrita a continuación:

Actividad N0 1: ¿Qué me gusta comer?

Facilitadora: Daniela Ospina González.

Reglas:

- Cada uno de los estudiantes tomara un turno para responder.
- No pueden interrumpir a los demás compañeros y compañeras.
- Se debe responder con claridad y respetando la opinión del otro.
- Deben tomar una lámina alusiva al tema ¿Qué me gusta comer?, posterior a la explicación.

Inicio. Se dio la bienvenida a los niños y niñas cantando una ronda para tener un poco más de acercamiento a los niños y niñas, de tal manera que se llegara con confianza a entablar un diálogo y posteriormente se explicará a los estudiantes la mecánica de la actividad.

Desarrollo de la Actividad. Se inicia un dialogo con los estudiantes acerca de lo que ellos piensen que es una alimentación y lo que normalmente consumen en casa los fines de semana con sus papás, muchos de ellos respondieron que consumían comida “chatarra” y ninguno respondió que comía verduras en casa, posteriormente se colocó en una de la mesas imágenes de diferentes tipos de alimentos, para explicarle a los estudiantes que cada uno debería tomar la imagen de los que normalmente consume en casa y decorarlos de manera creativa como ellos quisieran y con el material que quisieran.

Sistematización de Experiencias

No 1), dicho proyecto contiene una serie de planeaciones con temas como: la clasificación de los alimentos por medio de la pirámide alimenticia y el plato del buen comer, donde se pudieron propiciar juegos de roles como: el mesero, el chef, los súper héroes, etc, además de dinámicas que ayudaron a ejercitar la memoria como: concéntrese, collage, busca parejas etc., adicional y siendo consecuente con los objetivos que busca alcanzar la investigación se crea un taller a padres o cuidadores, con el fin de generar un espacio donde se establezcan pautas sustentando la importancia de la alimentación sana y el generar buenos Hábitos alimenticios, logrando trabajar en conjunto casa-escuela.

A continuación, serán detalladas cuatro de las actividades establecidas en el proyecto de aula realizadas con los estudiantes y el taller realizado a los padres y/o cuidadores.

Actividad No 2

Tema: Mi Cuento Favorito ¡Vamos a Representarlo!

Subtema: Importancia de los vegetales para mi cuerpo.

Objetivos:

- Identificar la importancia de consumir vegetales.
- Reconocer que nutrientes le pueden aportar los vegetales a nuestro cuerpo.

Descripción de la actividad

Inicio. Inicialmente se creó un ambiente de relajación donde los niños y niñas pudieran escuchar la historia que se había preparado para ellos llamada “Marianita quiere ser”. (Anexo No 2).

Desarrollo. Posteriormente al iniciar la narración se dijo a los estudiantes que debían escuchar atentamente lo que decía el cuento, ya que después cada uno iba a contar la historia representándola por medio del uso de títeres alusivos a la misma.

Cierre. Se finaliza la actividad realizando una pintura de lo que más le llamo la atención a cada uno y cada una de la historia, bien sea un personaje, una situación en específico, etc.,

Figura 6. Foto tomada por la autora, (2014) Actividad No 2 Mi cuento Favorito.



Figura 5 Foto tomada por la autora, (2014). Actividad No 2.



Sistematización de Experiencias

El fin de esta actividad fue que cada uno de los niños y niñas se introdujeran en la historia de una forma dinámica y participativa al actuar y pensar ¿porqué es importante comer verduras?, involucrando la ficción y así captando la atención de los niños y las niñas, para que de esta forma fuera significativo en ellos. Por otro lado, es evidente que los niños y niñas ante esas situaciones cambian el rumbo de la historia haciendo uso de su imaginación, involucrando cosas o situaciones de su entorno. (Ver cuento en anexoNo 2)

Actividad N0 3.

Tema: “Master Chef Arcoíris, Mini Cocineritos”

Subtema: El oficio del chef y la preparación de alimentos.

Objetivo:

- Observar todas las posibilidades que nos ofrece la cocina para una alimentación saludable.
- Generar un juego de rol, destacando la importancia del chef y del trabajo en equipo, para promover mediante actividades compartidas la construcción de aprendizajes significativos.
- Identificar la importancia, diferencia y características de los alimentos.

Descripción de la actividad

Inicio. La actividad se inició con previa explicación por medio de imágenes y saberes previos acerca del chef y el traje que estos deben llevar en la cocina, luego se elaboraron dichos trajes, después de haber visto la clasificación de los alimentos por medio de la pirámide alimenticia, entre todos realizaron la receta que se cocinó:

Receta: Fruta picada acompañada de arepas rellenas de queso con huevos de codorniz y jugo de naranja natural.

Sistematización de Experiencias

Ingredientes: Melón picado, fresas, mango, banano, papaya, naranjas, queso rallado, Harina, huevos de codorniz, Mantequilla.

Figura 7. Foto tomada por la autora, (2015), Actividad No 3, Inicio Master Chef Arcoíris.



Desarrollo. Posteriormente se dispuso de un espacio para ambientar la cocina de un restaurante, en donde todos los niños y niñas disfrazados de chef participaron en la elaboración de dicha receta, manejando un contacto directo con los alimentos en la preparación (mezcla y combinación de alimentos), manipulación, servido y consumo.

Figura 8. Foto tomada por la autora, (2015) Actividad No 3, Desarrollo.



Figura 9. Foto tomada por la autora, (2015), Actividad No 3 Preparación.



Cierre. Finalmente luego de participar activamente en la preparación, los estudiantes pudieron consumir los alimentos que ellos mismos prepararon.

Figura 10. Foto tomada por la autora, (2015), Actividad No 3 Cierre.



El fin de esta actividad fue el promover el trabajo en equipo entre los niños y las niñas, ayudándose unos a otros, siendo participes en su proceso alimenticio, creando y construyendo un aprendizaje significativo, propiciando un ambiente donde se llegue a la memoria o recuerdo de situaciones que ya han vivenciado con sus padres o cuidadores.

Actividad N0 4

Tema: El Restaurante de los súper héroes, creando el plato del buen comer.

Subtema: Lonchera saludable, rol del mesero y cocinero.

Objetivo:

- Reconocer como podemos alimentarnos saludablemente en el almuerzo o la lonchera por medio del juego de rol y la elaboración del plato saludable.

Descripción de la Actividad

Inicio. Se da inicio a la actividad adecuando el aula de clase como un pequeño restaurante a donde van las personas “con poderes especiales”, cada uno de los niños y

Sistematización de Experiencias

niñas participo en la actividad como un héroe diferente, con el fin de hacer el restaurante de los héroes, cuestionándose a su vez sobre ¿Qué era lo que los hacia héroes?.

Desarrollo. Posteriormente después de definir lo que iba a realizar cada uno de los niños y las niñas se personificó como chef, mesero y comensal en donde según el orden de llegada cada comensal ingresaba al restaurante, lo atendía uno de los meseros y así ordenaban lo que querían comer para que los chef lo prepararán y nuevamente el mesero tomando de la pirámide alimenticia aquellos alimentos, lo colocara en el plato para llevarlo donde el comensal y este pudiera consumir los alimentos que lo ayudaron a convertirse en héroe; los niños y niñas cambiaron de rol para que todos y todas pudieran personificar cada uno de los personajes.

Figura 11. Foto tomada por la autora, (2015), Actividad No 4 Súper héroes, Inicio.



Figura 12. Foto tomada por la autora, (2015), Actividad No 4 Desarrollo.



Cierre. Para finalizar la actividad y después de haber entablado el juego de roles los niños y niñas se convirtieron en héroes y heroínas, ya que fueron alimentados sanamente, teniendo como base la clasificación de alimentos en la pirámide alimenticia.

Figura 13. Foto tomada por la autora, Actividad No 4 Cierre.



La finalidad de esta actividad fue promover el juego simbólico y de ficción, siendo los súper héroes una motivación para los niños y las niñas, como ejemplo a seguir para crecer “sanos y fuertes.” Por medio de esta actividad se logró que los estudiantes a través de la memoria y los aprendizajes ya adquiridos, formaran de manera lúdica un pato ideal y balanceado.

Trabajo con padres y/o cuidadores

Se vio la necesidad de vincular a los padres o cuidadores dentro del proceso investigativo para fortalecer las prácticas de cuidado en los niños y niñas generando buenos hábitos alimenticios desde casa, ya que ellos son los principales transmisores en el aprendizaje y la alimentación depende en gran medida de su corresponsabilidad y cuidado integral, generando un escenario de participación que permitiera una reflexión constructiva hacia la problemática planteada y hacia la manera cómo es suministrada la lonchera o el almuerzo en casa, para que de esta manera pudiera trabajarse conjuntamente casa-jardín de una forma adecuada. Por lo cual, fue diseñado y ejecutado un taller para los padres del Jardín Infantil Kindergarten Arcoíris, donde se plantearon tres actividades básicas que de la misma manera fueron desarrolladas con los niños y niñas, para así lograr transmitir una idea metodológica basada en el juego y que los padres lograran ver más allá del hecho de obligar a sus hijos a comer, a realizarlo de forma activa y dinámica desde casa. A continuación será detallado el taller:

Taller de Padres J.I. Kindergarten Arcoíris.

Tema: Alimentación saludable en el preescolar.

Objetivo General

Promover la participación de la comunidad educativa fortaleciendo y generando buenos hábitos alimenticios en los niños y niñas por medio de los juegos y dinámicas desarrolladas.

Objetivos Específicos

- Destacar la importancia de generar actividades lúdicas y estratégicas para alimentarse saludablemente, trabajando en conjunto Jardín y casa.
- Propiciar un espacio donde la introspección y reflexión permita la auto transformación en la comunidad educativa participe del taller.

Estrategia de Motivación frente al tema seleccionado. Al iniciar el taller se dio la bienvenida a los padres de familia asistentes con un caluroso saludo, invitándolos a ubicarse en las sillas dispuestas en el auditorio.

Para iniciar la actividad se realizó un juego tipo ronda “rompe hielo” de agilidad verbal y motriz llamada, “Comida para el viaje”, la cual será explicada en el anexo No 2. Luego se mostró a los padres un video introductorio llamado “Nutrición Infantil” que ayudo a dar inicio al tema. Este video fue socializado por un experto en nutrición del Jardín Infantil Kindergarten Arcoíris, que guio la parte teórica mediante una charla y explicación de la temática, teniendo en cuenta el plato del buen comer o pirámide alimenticia para un desarrollo óptimo en la primera infancia.

Estrategia de socialización frente al tema seleccionado. Para socializar el tema se organizaron tres actividades, dos de ellas de forma individual y la otra de manera grupal, las cuales se describen a continuación:

Figura 14. Tabla, estrategias y/o actividades taller de padres (2016).

Tipo de Actividad.	Nombre de la actividad.	Objetivo.	Descripción.
Individual Inicial.	La pirámide de la alimentación.	Identificar cada uno de los grupos de alimentos en	Para esta actividad la docente encargada del taller colocará una mesa en el centro del auditorio con diferentes imágenes de alimentos correspondientes

		<p>el orden correspondiente, asociando las porciones diarias que se debe suministrar a los niños y las niñas.</p>	<p>a cada uno de los grupos pero en diferente orden, para que cada uno de los padres tome los que corresponde y arme adecuadamente la pirámide al colocar los alimentos de mayor a menor consumo tal como fue explicado anteriormente por el nutricionista mostrado en el video, para finalizar esta actividad cada uno de los padres mostrará su pirámide, explicando el orden en que la realizó.</p>
<p>Grupal Central.</p>	<p>El parque de la nutrición.</p>	<p>Promover la participación de las familias en el fortalecimiento de los hábitos alimenticios por medio del juego y la integración.</p>	<p>La actividad grupal se hace con el fin de que los padres de familia hagan uso de su aprendizaje previo y trabajen en equipo con los demás padres de familia, logrando interactuar con los mismos y socializar entre todos sus conocimientos, en este caso se manejó por medio de la siguiente actividad: Consiste en elaborar un juego de mesa tradicional conocido como parque, en tamaño gigante y dividir a los padres de familia en cuatro grupos de color (amarillo, azul, rojo, verde). De cada grupo se debe seleccionar un padre líder que arroje los dados y los demás padres de familia serán los encargados de ser las fichas y buscar las pistas. En este caso las pistas serán partes fraccionadas de una frase, al jugar en el parque y obtener cada uno de las fichas, estas los conllevarán a la frase final, la idea es que cada padre debe caer en las casillas en donde esté la pista que corresponda a su color, pero deben buscarlas en parejas, con un pie amarrado al otro hasta que las tengan todas y así formar la frase correspondiente; deben tener en cuenta que solo</p>

			pueden correr por la pista, si caen en la casilla del parque que tenga una lupa. El primer grupo que lo logre será el ganador de la actividad grupal y se le obsequiará un detalle como premiación, las frases que formará cada grupo corresponden a la temática establecida en el taller de padres, para este caso es la alimentación saludable.
Individual Final.	El plato del buen comer.	Detectar las posibles formas de alimentación en casa.	Para finalizar se entregará a cada padre un plato desechable y un vaso, para que los padres quiten los alimentos de la pirámide alimenticia elaborada al inicio de la actividad y los coloquen en el plato del buen comer de manera adecuada, es decir, teniendo en cuenta si la instrucción es formar un plato para desayuno, almuerzo o cena y luego socializarlo con los demás asistentes explicando porque se escogió cada uno de los alimentos que colocaron en el plato. (Ver anexo No 4)

Resultados. Con el presente taller se obtuvo en primera medida la participación de los padres y cuidadores, donde se dispuso un ambiente de reflexión que permitió el pleno fortalecimiento de los buenos hábitos nutricionales de manera explicativa y lúdica para que a su vez los padres de familia generaran nuevos conocimientos, ya que el estado nutricional de los niños y niñas es determinado en gran medida por el contexto en que se encuentran inmersos pero a su vez a la disponibilidad acceso y consumo que ellos como principales responsables de dicho proceso le ofrecen a los niños y niñas, tal como lo expresa la Constitución Política de Colombia en el Artículo 44, donde establece el derecho a la alimentación equilibrada como un derecho fundamental de la infancia, entendiendo que los hábitos y las costumbres alimenticias son relacionados por el ambiente en el cual el niño y la niña se desarrolla. En concordancia con lo establecido en la Ley 1404 de 2010 “Por la

Sistematización de Experiencias

cual se crea el programa escuela para padres y madres en las instituciones de educación preescolar, básica y media del país”, es importante que la institución no solo genere este tipo de actividades sino que vele por un desarrollo óptimo e integral en los niños y niñas dentro de un proceso pedagógico vincula estrategias que permitan al niño y la niña experimentar y explorar el medio que lo rodea. (Evidencia del taller en anexos No 4).

Aplicación de propuesta

Una vez realizado el diagnóstico y diseño de la propuesta, se realiza la aplicación del proyecto de aula en el salón de clase y se evidencia que el hecho de usar el juego simbólico en el escenario de aprendizaje es pertinente, ya que capta la atención de los niños y las niñas haciendo que su participación sea más activa, por cuanto las prácticas sociales que ellos llevan a la escuela son en gran medida un punto de partida para su aprendizaje. Surgiendo una propuesta para la institución, en la cual se integre con la misma estrategia (juego simbólico) la participación y exploración del medio con la siembra y cultivo de alimentos tales como verduras y frutas, para dar cumplimiento a la ley 1549, donde se establece la importancia de generar ambientes que brinden la posibilidad de participación y acompañamiento de los procesos formativos donde se fortalezcan los proyectos ambientales escolares PRAE, incorporados en el proyecto educativo institucional P.E.I o en este caso del Proyecto Pedagógico, partiendo de la ley y de las características de la institución, en cuanto al currículo fue importante ejecutarlo desde los pilares del desarrollo; en lo concerniente a la exploración del medio y las instalaciones fue necesario generar una estrategia de trabajo ya que el Jardín Infantil Kindergarten Arcoíris no contaba con un espacio donde cultivar propio para el desarrollo de la huerta escolar, es así como a través de la investigación se propone realizar un cultivo Hidropónico con raíz flotante donde los niños pudieron explorar, crear y participar en torno a generar buenos hábitos nutricionales viendo el proceso por el cual los alimentos son sembrados, cuidados y llevados al plato, con un valor agregado y es el ahorro del agua, característica clave de método hidropónico para que desde el colegio se haga un aprovechamiento de tales alimentos a la hora del almuerzo trabajando así acorde a lo estipulado en la Ley.

Figura 15. Foto tomada por la autora, (2016), Aplicación de la propuesta.



Figura 16. Foto tomada por la autora, Cultivo Hidropónico.



Resultado de la Propuesta

Durante el desarrollo de la metodología y puesta en práctica de las actividades establecidas en el proyecto de aula, se observó interés de parte del grupo docente, de los niños, las niñas y de los padres de familia, lo que ayudo en el desarrollo del proceso de investigación, en el que se vio reflejada la motivación ante el juego simbólico, conllevando a una participación para que la temática abordada no solo fuera fomentar una alimentación saludable sino que esta fuera significativa para el grupo participante.

Sin embargo, es importante que se haga un seguimiento al proyecto, ya que debe existir una continuidad en la que se incluya una rutina diaria, de la misma forma en la que se hace con un cultivo al momento de sembrar y regar para que dé frutos, se debe realizar de manera diaria con los niños y las niñas.

Conclusiones

Con el fin de dar solución a la problemática planteada, se concluyó con una propuesta en la que se fomentara y promoviera una alimentación saludable en niños y niñas de 5 años con la participación de los cuidadores en el Jardín Infantil Kindergarten Arcoíris. Con la ejecución de la propuesta, se evidenció que una de las formas más sencillas de captar la atención de los niños y las niñas es por medio del juego, pero que este a su vez es mucho más significativo si se permite el desarrollo de la imaginación, creatividad y memoria. De este modo, el llevar al aula de clase estrategias novedosas para ellos y ellas, como lo permite el juego simbólico cimentadas en personificar diferentes roles, permitió la participación activa y el impulso de prácticas sociales en los niños y niñas, establecidas como punto de partida en el desarrollo de los diferentes escenarios pedagógicos, lo cual hizo que la alimentación no se viera rutinaria y poco incentivadora, permitiendo el paso a clases atractivas o divertidas generando buenos hábitos alimenticios, incrementando el consumo de verduras y frutas y dando un giro al que hacer docente cargando las clases de dinamismo para que así, la hora del almuerzo o refrigerio no fuera una “tortura” para los niños.

Por otro lado, es importante destacar la necesidad de adaptar el juego simbólico en diversos contenidos presentes dentro del currículo como generador de aprendizajes y que a su vez sea empleado como recurso en los diferentes escenarios para dar una óptima solución a las problemáticas planteadas en la institución lo cual para esta investigación fue abordado desde los hábitos de alimentación saludable, cumpliendo así la misión de enlazar contenidos conceptuales con la importancia de generar un juego bien planeado donde el rol del docente sea el de guía y facilitador para que la participación sea activa al involucrarse y generar buenos hábitos de alimentación.

Con respecto a la estrategia pedagógicas diseñada, se evidencio que los estudiantes se involucraron de forma directa en cada uno de los escenarios creados para el desarrollo del proyecto de aula “En la cocina pasan muchas cosas” manifestando interés ya que por

Sistematización de Experiencias

medio de juegos de roles aprendieron la conceptualización respecto a la clasificación de alimentos, ubicándolos en la pirámide alimenticia de forma correcta, y comprendieron que depende a tal clasificación se establece la cantidad en el consumo de dicho alimento, formando con estos conceptos “el plato ideal”, haciéndolos participes en la elección de la lonchera y generando buenos hábitos alimenticios a través de la representación del rol del súper héroe, ya que por medio de este el niño y la niña construyeron su realidad a través de la imitación, para elevar el consumo diario de frutas y verduras llegando a la memoria a través del descubrimiento lo cual lo hizo significativo.

En el trabajo realizado con los padres por medio del taller, se manifestó la importancia de consumir alimentos sanos que aporten buenos nutrientes, logrando generar cambios en la loncheras de los niños y niñas, balanceando mejor los almuerzos y fortaleciendo en casas los buenos hábitos alimenticios generados en el Jardín Infantil, además como valor agregado, por medio de la Hidroponía los estudiantes y los padres, participaron activamente en la siembra de los alimentos, realizando la recolección para disponerla al consumo, valorando la importancia de destacar que el juego simbólico y el proyecto de aula de la mano con la hidroponía cumplieron un rol significativo ya que tomándola como recurso en el aula brindo la posibilidad al Jardín Infantil Kindergarten Arcoíris de dar cumplimiento a la Ley 1549 de 2012 y permitir a los estudiantes explorar el medio que los rodea reflejándose mayor interés por parte de los niños y niñas, donde el docente planea y desarrolla actividades que pueden vincularse a las demás áreas del conocimiento para generar nuevos aprendizajes teniendo en cuenta relacionarlo con la importancia de brindar una alimentación sana.

Finalmente es importante reconocer que en la primera infancia no solo el juego sino también la exploración al medio son fundamentales para un pleno desarrollo integral, es por esto que para lograrlo se deben planear estrategias que conlleven a realizarlo y que el apoyo docente sea vital asumiendo lo que se estipula en el aspecto legal de la educación inicial.

Anexos

Anexo No 1: Proyecto de Aula “En la cocina Pasan muchas cosas”

Diagnostico

- Se observa que muchos de los niños no almuerza bien en casa sumado a que refieren comer lo que se denomina “comida chatarra” y optan por comer en el jardín.
- Las loncheras enviadas por los padres o cuidadores pocas veces traen frutas.

Fundamentación. La nutrición de los niños y niñas se determina por el contexto en el cual este se desarrolla además de la disponibilidad en cuanto el acceso, consumo y aprovechamiento de los alimentos, sobre lo anteriormente mencionado es de gran importancia determinar que, los hábitos y las costumbres alimenticias son una gran influencia por el ambiente en el cual el niño se desarrolla, por lo cual se empieza a evidenciar dentro de los 4 y 5 años la importancia del Juego de roles o “imitación” (Vygotsky s.f) donde ellos adoptan la postura de uno de sus familiares cercanos y que consideren modelos de alimentación, la influencia de las madres es de gran importancia ya que son ellas en algunos casos las que consideran lo pertinente en la alimentación, según su capacidad económica, disponibilidad de tiempo y conocimiento frente a la alimentación sana, teniendo el niño muchas posibilidades de ampliar su alimentación fuera de casa y fuera del ambiente familiar, exponiéndose a los diversos alimentos, horarios y formas de preparación los cuales influyen significativamente.

Objetivo General

Promover desde la educación preescolar una alimentación saludable a partir de estrategias pedagógicas como el juego que permitan la participación y exploración del medio a los estudiantes como complemento para generar buenos hábitos.

Objetivos Específicos

- Realizar indagaciones de su entorno más próximo de manera grupal e individual
- Analizar algunas de las transformaciones que pueden ocurrir mediante la siembra y/o manipulación de los alimentos.

Población. Niños y niñas de 5 años del grado Transición del Jardín Infantil Kindergarten Arcoíris.



Metodología. La metodología empleada durante el proyecto de aula da la posibilidad a los niños y niñas de 5 años de participar activamente involucrando esencialmente el juego en cada una de las actividades para que el aprendizaje sea significativo, este será desarrollado en cada clase por medio de planeaciones donde cada día se aborden los temas a tratar con respecto a la alimentación saludable estos pueden ser: clasificación de los alimentos en la pirámide alimenticia (frutas, verduras, proteínas, harinas, lácteos, golosinas) así como la construcción de platos ideales por medio de juego de roles (cocinero, chef, restaurante), cuentos dirigidos, obras de teatro, huerta escolar y finalmente actividades que permitan a los niños llevar a la memoria lo aprendido como lo son concéntrese, collages, imágenes, busca parejas etc. Aprovechando los materiales didácticos que se describen en el ítem recurso, que sirven como soporte para las diferentes actividades a realizar.



Sistematización de Experiencias



Finalmente se debe tener en cuenta que estos materiales se adapten al contenido a tratar y siendo consecuente con el modelo pedagógico del jardín que en este caso es Constructivista con enfoque hacia el aprendizaje significativo.



Planeación de la Fase Operativa. Durante la fase operativa se debe establecer una planeación por cada día de intervención, donde se identifique el tema, subtema, objetivo, la actividad en específico a realizar definiendo cada uno de los momentos, así como los pilares y dimensiones.



A continuación se describen 14 de las planeaciones realizadas para el proyecto de aula las cuales se realizan con los niños del grado transición del J.I. Kindergarten Arcoíris.



	JARDIN INFANTIL KINDERGARTEN ARCOIRIS “Educando Grandes Mentes” Reg. SDIS # 16831 PLANEACIÓN No 1	 UNIMINUTO <small>Corporación Universitaria Minuto de Dios</small>
Tema:	Hábitos Nutricionales	Subtema: ¿Qué son los alimentos?
Objetivo:	- Reconocer la importancia de una alimentación saludable identificando los conceptos o saberes previos.	
Pilares:	Juego, Arte.	
Dimensiones Del Desarrollo:	Corporal (motriz), comunicativa (lenguaje), cognitiva, artística, socio afectiva.	Grado: Transición.
Día:	Actividad No 1	Recursos
1	<p>Bienvenida: Posterior al saludo a los niños y niñas procederemos a indagar sus saberes previos acerca de los hábitos nutricionales, lo que más les gusta, lo que menos les gusta, etc., cantaremos la ronda de “los alimentos Riki ra”, sentados en las sillas en mesa redonda.</p> <p>Actividad conceptual: Por medio del uso de hojas blancas, colores y lápices de manera creativa los niños y niñas deben dibujar lo que más les gusta comer en casa o lo que sus padres les cocinan habitualmente, posteriormente entablaremos la pregunta ¿Qué creen que comen los súper héroes para ser sanos y fuertes?, luego en la mesa se colocarán imágenes de diferentes alimentos con lo cual los niños y niñas deben escoger los alimentos que normalmente comen en casa y decorarlos de manera creativa para realizar un mural, para así entrar a hablar acerca de la clasificación que tienen los alimentos.</p> <p>Actividades de socialización y/o evaluación Por último se socializarán los dibujos elaborados acerca de la alimentación de los niños en sus casas, posteriormente y escucharemos de los niños como les pareció la actividad, que entendieron y que dudas quedaron.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Hojas blancas. - Lápices. - Marcadores. - Colores. - Imágenes de alimentos. - Mesas. - Sillas.



	JARDIN INFANTIL KINDERGARTEN ARCOIRIS “Educando Grandes Mentes” Reg. SDIS # 16831 PLANEACIÓN No 2	 UNIMINUTO <small>Corporación Universitaria Minuto de Dios</small>
Tema:	La clasificación de los Alimentos en la Pirámide Alimenticia.	Subtema: las frutas
Objetivo:	- Identificar como se clasifican las frutas, por medio de la pirámide alimenticia.	
Pilares:	Juego, Arte.	
Dimensiones Del Desarrollo:	Corporal (motriz), comunicativa (lenguaje), cognitiva, artística, socio afectiva.	Grado: Transición.
Día:	Actividad No 2	Recursos
2	<p>Bienvenida: Posterior al saludo a los niños y niñas cantaremos la ronda de “los alimentos Riki ra”, sentados en las sillas en mesa redonda.</p> <p>Actividad conceptual: iniciaremos con la elaboración de una pirámide alimenticia en cartulina para pintarla y dividirla en seis segmentos en los cuales se colocara cada uno de los alimentos a medida que se vayan viendo en clase, posteriormente hablaremos acerca de las frutas y veremos la diferencia de aquellas dulces o acidas entregando imágenes de las mismas; reconociendo en particular sus formas, tamaños y colores con estas ilustraciones de frutas se les entregará el material para decorarlas de la forma que más les guste para pegarlas en la pirámide alimenticia, finalmente procedemos a realizar las frutas en material reciclado (cartón, fomy, papel, vasos desechables, icopor) para así con este organizar nuestro frutero.</p> <p>Actividades de socialización y/o evaluación: Por último se socializarán las imágenes decorados acerca de las frutas, posteriormente y escucharemos de los niños como les pareció la actividad, que entendieron y que dudas quedaron.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Cartón. - Fomy. - Papel de varios colores. - Vasos. Desechables. - Icopor. - Plastilina. - Colores. - Pegamento. - Cartulina.



 <p>KINDERGARTEN ARCO IRIS</p>	JARDIN INFANTIL KINDERGARTEN ARCOIRIS “Educando Grandes Mentes” Reg. SDIS # 16831 PLANEACIÓN No 3	 <p>UNIMINUTO Corporación Universitaria Minuto de Dios</p>
Tema:	La clasificación de los Alimentos en la Pirámide Alimenticia.	Subtema: las verduras.
Objetivo:	- Identificar la suma importancia de consumir vegetales. - Reconocer que nutrientes le pueden aportar los vegetales a nuestro cuerpo.	
Pilares:	Juego, Arte, Literatura.	
Dimensiones Del Desarrollo:	Corporal (motriz), comunicativa (lenguaje), cognitiva, artística, socio afectiva.	Grado: Transición.
Día:	Actividad No 3	Recursos
3	<p>Bienvenida: Iniciaremos dándole la bienvenida a los niños y niñas cantando la ronda de “la mariposa” y “el pollito pon”, para animar al grupo y adentrarnos al tema de los vegetales, indagando además los saberes previos que ellos puedan tener acerca de los mismos.</p> <p>Actividad conceptual: Por medio del cuento llamado “marianita quiere ser” iniciaremos el tema narrando dicho cuento y a su vez haciendo uso de algunos títeres elaborados de manera creativa en forma de verduras que comúnmente utilizan las mamitas a la hora de cocinar en el cual se explicará, la importancia y los nutrientes que los vegetales aportan a nuestro cuerpo, además de lo expuesto que esta nuestro cuerpo al no consumirlos, posteriormente, y para finalizar la actividad decoraremos algunas imágenes de varias verduras con el material escogido por cada estudiante para ubicarlas en la pirámide alimenticia elaborada en la clase anterior y se le hará entrega a cada niño un vegetal mini títere como recordatorio de la actividad.</p> <p>Actividades de socialización y/o evaluación: Por último se socializarán con los estudiantes el cuento y se responderán dudas que puedan surgir frente al mismo, además de escuchar lo que piensen referente a los dibujos realizados acerca de las verduras y su consumo en casa, luego escucharemos de los niños como les pareció la actividad, que entendieron y que dudas quedaron.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Cuento. - Títeres. - Imágenes. - Plastilina. - Colores. - Pegamento. - Cartulina. - Temperas. - Recordatorios.



	JARDIN INFANTIL KINDERGARTEN ARCOIRIS “Educando Grandes Mentes” Reg. SDIS # 16831 PLANEACIÓN No 4	 UNIMINUTO <small>Corporación Universitaria Minuto de Dios</small>
Tema:	La clasificación de los Alimentos en la Pirámide Alimenticia.	Subtema: las proteínas.
Objetivo:	- Identificar y valorar la importancia de consumir alimentos tales como pollo, pescado, huevo, salchicha, etc. - identificar como se compone la pirámide alimenticia.	
Pilares:	Juego, Arte.	
Dimensiones Del Desarrollo:	Corporal (motriz), comunicativa (lenguaje), cognitiva, artística, socio afectiva.	Grado: Transición.
Día:	Actividad No 4	Recursos
4	<p>Bienvenida: Iniciaremos el día dándoles la bienvenida a los niños y niñas cantando la ronda de “el carrito viejo” y posteriormente realizando la ronda de “los marineros” así animado el grupo se indagará acerca de los saberes previos de los niños acerca de las proteínas, y se dará inicio a la actividad.</p> <p>Actividad conceptual: La docente conversará con los niños acerca de las proteínas, ¿Cuáles son? ¿Cómo son? etc., también hablarán acerca de su importancia, beneficio y delicioso sabor, luego se entregarán imágenes de proteínas saludables como el huevo el cual vamos a decorar con cáscaras de huevo, el pollo, la salchicha, la carne, etc. Para luego socializar la forma en que los padres consiguen dichas proteínas escuchando lo que ellos piensen finalmente invitar a los niños y niñas a participar de la actividad del pescador la cual trata de sacar de un balde con una caña de pescar (elaborada por las docentes en balsa y fomy) algunos pescados</p> <p>Actividades de socialización y/o evaluación: Antes de finalizar la intervención se socializará con los estudiantes las actividades realizadas, retroalimentando lo trabajado, y respondiendo posibles inquietudes que puedan surgir, escuchando además las opiniones de los estudiantes respecto al tema tratado.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Imágenes de proteínas. -Temperas. -Colores. -Cinta. -Pegamento. -Pirámide alimenticia. -Silicona. -Mesas. -Sillas. -Platos. -Palos de balsa -Fomy.



	JARDIN INFANTIL KINDERGARTEN ARCOIRIS “Educando Grandes Mentes” Reg. SDIS # 16831 PLANEACIÓN No 5	 UNIMINUTO <small>Corporación Universitaria Minuto de Dios</small>
Tema:	La clasificación de los Alimentos en la Pirámide Alimenticia.	Subtema: Los Lácteos.
Objetivo:	- Identificar la importancia de los lácteos y la cantidad que se debe consumir a diario.	
Pilares:	Juego, Arte y Exploración del medio.	
Dimensiones Del Desarrollo:	Corporal (motriz), comunicativa (lenguaje), cognitiva, artística, socio afectiva.	Grado: Transición.
Día:	Actividad No 5	Recursos
5	<p>Bienvenida: Se dará la bienvenida a los niños y niñas con un caloroso saludo para posteriormente cantar la ronda “chu chu wa” lo cual ayudara a entrar un poco más en confianza y animar al grupo,</p> <p>Actividad conceptual: Iniciaremos la actividad socializando con los estudiantes una imagen alusiva a la utilidad de la vaca en cuanto a lo que trate de la alimentación, y así obtener una pequeña información acerca de donde provienen los lácteos como: la leche, el yogurt, el queso, la mantequilla etc., realizando entre todos un mini mural acerca de la vaca y sus derivados, además de socializar algunos lugares como “la tienda” en donde podemos conseguirlos, reconociendo además la gran importancia del tendero en nuestra sociedad, posteriormente decoraremos las imágenes de los lácteos conocidos el día de hoy para proceder a pegarlos en nuestra pirámide alimenticia y adecuar el espacio para realizar el juego de roles referente al tendero personificando a los niños.</p> <p>Actividades de socialización y/o evaluación: se socializara con los estudiantes las actividades realizadas, retroalimentando lo trabajado, y respondiendo posibles inquietudes que puedan surgir, escuchando además las opiniones de los estudiantes respecto al tema tratado</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Imágenes. - Colores. - Crayolas. - Temperas. - Cinta. - Casa de juguetes. - Muñecos. - Disfraces. - Juguetes.



 <p>KINDERGARTEN ARCO IRIS</p>	<p align="center">JARDIN INFANTIL KINDERGARTEN ARCOIRIS “Educando Grandes Mentes” Reg. SDIS # 16831</p> <p align="center">PLANEACIÓN No 6</p>	 <p align="center">UNIMINUTO Corporación Universitaria Minuto de Dios</p>
<p>Tema:</p>	<p>La clasificación de los Alimentos en la Pirámide Alimenticia.</p>	<p>Subtema: Los Carbohidratos.</p>
<p>Objetivo:</p>	<p>- Destacar la importancia de supervisar el consumo de golosinas. - Identificar la importancia de la salud oral después de consumir alimentos o golosinas.</p>	
<p>Pilares:</p>	<p>Juego, Arte.</p>	
<p>Dimensiones Del Desarrollo:</p>	<p>Corporal (motriz), comunicativa (lenguaje), cognitiva, artística, socio afectiva.</p>	<p>Grado: Transición</p>
<p>Día:</p>	<p align="center">Actividad No 6</p>	<p align="center">Recursos</p>
<p align="center">6</p>	<p>Bienvenida: Se dará la bienvenida a los niños y niñas con un caloroso saludo para posteriormente cantar la ronda de “el topo” lo cual ayudara a entrar un poco más en confianza y animar al grupo, luego indagaremos los saberes previos de los estudiantes acerca de las Golosinas y lo que conozcan de ello. Actividad conceptual: Iniciaremos la intervención socializando con los estudiantes la importancia de controlar el consumo de golosinas, sensibilizando además a los niños el daño que le causa a nuestros dientes un consumo desmedido de los mismos, dicha sensibilización se hará por medio de la intervención del títere “Doctor muelitas” el cual le contara a los niños y niñas lo que sucede cuando no se supervisa dicho consumo, como por ejemplo la aparición de enfermedades como la caries, destacando de la misma la labor del odontólogo, posteriormente elaboraremos con diferentes tipos de papel algunas golosinas y luego decoraremos otras para pegar en nuestra pirámide alimenticia, finalmente cada estudiante se llevara un recordatorio del doctor muelitas para recordar dicha actividad, Actividades de socialización y/o evaluación: Antes de finalizar la intervención se socializara con los estudiantes las actividades realizadas, retroalimentando lo trabajado, y respondiendo posibles inquietudes que puedan surgir, escuchando además las opiniones de los estudiantes respecto al tema tratado.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Papel seda. - Silueta. - Cinta. - Colbon. - Colores. - Temperas. - Plastilina. - Fomy. - Títeres.



	JARDIN INFANTIL KINDERGARTEN ARCOIRIS “Educando Grandes Mentes” Reg. SDIS # 16831 PLANEACIÓN No 7	 UNIMINUTO <small>Corporación Universitaria Minuto de Dios</small>
Tema:	La clasificación de los Alimentos en la Pirámide Alimenticia.	Subtema: los cereales y legumbres.
Objetivo:	- Identificar los cereales que existen, su importancia y la cantidad que debe consumirse.	
Pilares:	Juego, Arte y Exploración del medio.	
Dimensiones Del Desarrollo:	Corporal (motriz), comunicativa (lenguaje), cognitiva, artística, socio afectiva.	Grado: Transición.
Día:	Actividad No 7	Recursos
7	<p>Bienvenida: Iniciaremos dándole la bienvenida a los niños y niñas cantando la ronda de “la mariposa” y “el pollito pon”, para animar al grupo y adentrarnos al tema, indagando además los saberes previos que ellos puedan tener acerca de los mismos.</p> <p>Actividad conceptual: se hablara con los niños acerca de lo que ellos consideran son los cereales, procediendo a dar una explicación de los mismos luego se colocaran escondidos por todo el salón diferentes imágenes de alimentos para que los niños y niñas armen dos grupos y busquen solo los que corresponden a los cereales y legumbres para que a manera de carrera los decoren con el material de su elección y los peguen en la pirámide alimenticia, el grupo ganador se llevara un recordatorio alusivo al tema</p> <p>Actividades de socialización y/o evaluación :</p> <p>La docente socializará lo trabajado con los estudiantes y preguntara que dudas hay respecto además de que piensan de la actividad solucionando dudas que se presenten</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Imágenes. -Plastilina. -Tijeras. -Marcadores. -Colores. -Papeles de colores. -Cinta.



	JARDIN INFANTIL KINDERGARTEN ARCOIRIS “Educando Grandes Mentes” Reg. SDIS # 16831 PLANEACIÓN No 8	 UNIMINUTO <small>Corporación Universitaria Minuto de Dios</small>
Tema:	Estimulación Cognitiva.	Subtema: Juegos Lógicos.
Objetivo:	- Desarrollar la concentración y memoria de los niños y niñas por medio de actividades como concétrese.	
Pilares:	Juego, Exploración del medio.	
Dimensiones Del Desarrollo:	Corporal (motriz), comunicativa (lenguaje), cognitiva, artística, socio afectiva.	Grado: Transición.
Día:	Actividad No 8	Recursos
8	<p>Bienvenida: Iniciaremos la actividad saludando calurosamente a los estudiantes e invitándolos a cantar la ronda de “la señora gorda” y “arroz con leche”, así animaremos a los estudiantes para dar inicio a la actividad programada.</p> <p>Actividad conceptual: Iniciaremos la actividad observando como quedo finalmente nuestra pirámide alimenticia retomando los alimentos vistos y como se clasifica cada uno, por medio de un concétrese cada estudiante debe buscar y unificar las parejas iguales para posteriormente decir a que grupo de los ubicados en la pirámide alimenticia pertenece, luego se realizara un collage de los diferentes alimentos vistos en un mini- mural para pegarlo en el salón de clases, finalmente cada estudiante se llevara un recordatorio de la actividad, el cual consta de una mini pirámide de alimentos.</p> <p>Actividades de socialización y/o evaluación: Antes de finalizar la intervención se socializara con los estudiantes las actividades realizadas, retroalimentando lo trabajado, y respondiendo posibles inquietudes que puedan surgir, escuchando además las opiniones de los estudiantes respecto a las actividades realizadas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Concétrese. - Imágenes. - Cartulinas. - Colores. - Marcadores. - Cinta. - Recordatorios.

 <p>KINDERGARTEN ARCOIRIS</p>	JARDIN INFANTIL KINDERGARTEN ARCOIRIS “Educando Grandes Mentes” Reg. SDIS # 16831 PLANEACIÓN No 9	 UNIMINUTO Corporación Universitaria Minuto de Dios
Tema:	Plato del buen comer.	Subtema: Loncheras Ideales.
Objetivo:	- Reconocer como podemos alimentarnos saludablemente en momentos como el almuerzo o la lonchera.	
Pilares:	Juego, Arte,	
Dimensiones Del Desarrollo:	Corporal (motriz), comunicativa (lenguaje), cognitiva, artística, socio afectiva.	Grado: Transición.
Día:	Actividad No 9	Recursos
9	<p>Bienvenida: Iniciaremos el día dándole la bienvenida a los niños y niñas cantando rondas como “el pollito pon”, “la mariposita”, “el topo” y “soy una taza” para animar a los estudiantes y dar inicio a la actividad lo cual ayudara a entrar un poco más en confianza.</p> <p>Actividad conceptual: Iniciaremos la actividad explicando a los niños nuevamente la importancia de alimentarse sanamente, para posteriormente ejemplificarlo por medio de imágenes, la docente entregara a cada estudiante un plato desechable, cuchara y tenedor, luego en el suelo se pondrán varias imágenes de los alimentos vistos durante cada una de las intervenciones como: frutas, verduras, proteínas, carbohidratos, y por indicación de la docente se pegara en el plato según sea el caso, si es el plato de almuerzo o si debe ser lonchera, finalmente cada niño y niña se llevara dicha actividad como recordatorio del tema.</p> <p>Actividades de socialización y/o evaluación: Antes de finalizar la intervención se socializara con los estudiantes las actividades realizadas, retroalimentando lo trabajado, y respondiendo posibles inquietudes que puedan surgir, escuchando además las opiniones de los estudiantes respecto a las actividades realizadas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Imágenes de alimentos. -Platos -Desechables. -Cucharas. -Tenedores.

 <p>KINDERGARTEN ARCOIRIS</p>	<p>JARDIN INFANTIL KINDERGARTEN ARCOIRIS “Educando Grandes Mentes” Reg. SDIS # 16831</p> <p>PLANEACIÓN No 10</p>	 <p>UNIMINUTO Corporación Universitaria Minuto de Dios</p>
<p>Tema:</p>	<p>Mi alimento Favorito.</p>	<p>Subtema: Frutas, verduras, lácteos, carbohidratos.</p>
<p>Objetivo:</p>	<p>- Identificar las clases de alimentos determinando uno en específico.</p>	
<p>Pilares:</p>	<p>Juego, Arte.</p>	
<p>Dimensiones Del Desarrollo:</p>	<p>Corporal (motriz), comunicativa (lenguaje), cognitiva, artística, socio afectiva.</p>	<p>Grado: Transición.</p>
<p>Día:</p>	<p>Actividad No 10</p>	<p>Recursos</p>
<p>10</p>	<p>Bienvenida: Iniciaremos el día dándole la bienvenida a los niños y niñas cantando rondas como “soy una taza” y “el león” para animar a los estudiantes y dar inicio a la actividad lo cual ayudara a entrar un poco más en confianza.</p> <p>Actividad conceptual: Realizaremos la actividad artística “mi alimento favorito”, en la cual cada estudiante socializara cual de todo los alimentos vistos es su favorito, para proceder a ejemplificarlo por medio de un globo inflado al cual se le pondrán varias capas de periódico que los mismo estudiantes rasgaran, lo importante es pegar bastantes capas y dejar secar para que quede duro. Finalmente decoraremos dependiendo el tipo de alimento a realizar, usando materiales a elección de cada estudiante.</p> <p>Actividades de socialización y/o evaluación: Antes de finalizar la intervención se socializara con los estudiantes las actividades realizadas, retroalimentando lo trabajado, y respondiendo posibles inquietudes que puedan surgir, escuchando además las opiniones de los estudiantes respecto a las actividades realizadas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Bombas. - Periódico. - Pegamento. - Temperas. - Fomy. - Pinceles.

 <p>KINDERGARTEN ARCOIRIS</p>	<p>JARDIN INFANTIL KINDERGARTEN ARCOIRIS “Educando Grandes Mentes” Reg. SDIS # 16831</p> <p>PLANEACIÓN No 11</p>	 <p>UNIMINUTO Corporación Universitaria Minuto de Dios</p>
<p>Tema:</p>	<p>Restaurante de los súper héroes, creando el plato del buen comer.</p>	<p>Subtema: El plato del buen comer.</p>
<p>Objetivo:</p>	<p>- Reconocer como podemos alimentarnos saludablemente en momentos como el almuerzo o la lonchera por medio del juego de rol y la elaboración del plato saludable.</p>	
<p>Pilares:</p>	<p>Juego, Arte, Exploración del medio.</p>	
<p>Dimensiones Del Desarrollo:</p>	<p>Corporal (motriz), comunicativa (lenguaje), cognitiva, artística, socio afectiva.</p>	<p>Grado: Transición.</p>
<p>Día:</p>	<p>Actividad No 11</p>	<p>Recursos</p>
<p>11</p>	<p>Bienvenida: Se da inicio a la actividad adecuando el aula de clase como un pequeño restaurante a donde van las personas “con poderes especiales”, es decir cada uno de los niños apporto a la actividad un héroe diferente con el fin de hacer el restaurante de los héroes, cuestionándose a su vez sobre ¿Qué era lo que los hacia héroes.</p> <p>Actividad conceptual: Posteriormente después de definir lo que iba a realizar cada uno de los niños se personificaron como chef, meseros y comensales en donde según el orden cada comensal ingresaba al restaurante lo atendía uno de los meseros y así ordenaban lo que querían comer para que los chef lo prepararán y nuevamente el mesero tomando de la pirámide alimenticia aquellos alimentos, lo colocara en el plato para llevarlo donde el comensal y este pudiera consumir tales alimentos que lo ayudarán a convertirse en héroe, de esta forma se cambió de rol para que todos pudieran personificar cada uno de los personajes.</p> <p>Actividades de socialización y/o evaluación: Para finalizar la actividad y después de haber entablado el juego de roles ya mencionado, los niños y niñas se convirtieron en héroes.</p>	<p>-Disfraces. -Material didáctico. pirámide alimenticia y plato. -Gorros de chef. -Mesas y sillas.</p>

	JARDIN INFANTIL KINDERGARTEN ARCOIRIS “Educando Grandes Mentes” Reg. SDIS # 16831 PLANEACIÓN No 12	 UNIMINUTO <small>Corporación Universitaria Minuto de Dios</small>
Tema:	Master Chef Arcoiris, Mini Cocineritos”	Subtema: El oficio del chef y la preparación de alimentos.
Objetivo:	-Observar todas las posibilidades que nos ofrece la cocina para una alimentación saludable. -Generar un juego de rol destacando la importancia del chef y del trabajo en equipo promoviendo mediante actividades compartidas la construcción de aprendizajes significativos identificando la importancia, diferencia, características, de los alimentos.	
Pilares:	Juego, Arte, Exploración del medio.	
Dimensiones Del Desarrollo:	Corporal (motriz), comunicativa (lenguaje), cognitiva, artística, socio afectiva.	Grado: Transición.
Día:	Actividad No 12	Recursos
12	<p>Bienvenida: Se dará la bienvenida a los niños y niñas con un caluroso saludo para posteriormente indagar los saberes previos de los estudiantes acerca de los chef y lo que conozcan de ellos.</p> <p>Actividad conceptual: Con la previa explicación por medio de imágenes y saberes previos acerca del chef y el traje que estos deben llevar en la cocina luego se elaboraron dichos trajes, y después de haber visto la clasificación de los alimentos por medio de la pirámide alimenticia entre todos realizan la receta.</p> <p>Receta: Fruta picada acompañada de arepas rellenas de queso con huevos de codorniz y jugo de naranja natural</p> <p>Ingredientes: Melón picado, fresas, mango, banano, papaya, naranjas, queso rallado, Harina, huevos de codorniz, Mantequilla. Posteriormente se dispone un espacio para ambientar la cocina de un restaurante en donde todos los niños ya disfrazados de chef van a participar en la elaboración de dicha receta manejando un contacto directo con los alimentos en la preparación (mezcla y combinación de alimentos), manipulación y servido Finalmente luego de participar activamente en la preparación, los estudiantes consumirán los alimentos que ellos mismos prepararon.</p> <p>Actividades de socialización y/o evaluación: se socializará con los estudiantes las actividades realizadas, y respondiendo posibles inquietudes que puedan surgir, escuchando además las opiniones de los estudiantes respecto al tema tratado.</p>	-Mesas. -Sillas. -Alimentos. -Disfraces. -Murales. -Platos y menaje desechables.

	JARDIN INFANTIL KINDERGARTEN ARCOIRIS “Educando Grandes Mentes” Reg. SDIS # 16831 PLANEACIÓN No 13	 UNIMINUTO <small>Corporación Universitaria Minuto de Dios</small>
Tema:	La labor del campesino.	Subtema: Huertas y siembra.
Objetivo:	<ul style="list-style-type: none"> - Destacar la importancia del campesino en nuestro país reconociendo el valor de sembrar y cosechar. - Identificar los alimentos que podemos sembrar y la forma en la que se puede realizar. 	
Pilares:	Juego, Arte y Exploración del medio.	
Dimensiones Del Desarrollo:	Corporal (motriz), comunicativa (lenguaje), cognitiva, artística, socio afectiva.	Grado: Transición.
Día:	Actividad No 13	Recursos
13	<p>Bienvenida: se da la bienvenida a los niños cantando diferentes rondas propuestas por ellos mismos.</p> <p>Actividad conceptual: Después de la bienvenida prepararemos el salón de clase y posteriormente iniciaremos la clase con la explicación de la labor del campesino y porqué es importante en la comunidad, explicando además que hace el campesino en el campo y que actividades son más comunes, como sembrar diferentes alimentos, además de esto se explica que existen diferentes formas de sembrar y una de estas es la hidroponía, luego de explicar en qué consiste se da a los niños la tierra y las semillas de lechuga para que realicen la siembra y participen en la creación del cultivo, para esta actividad se tendrá en cuenta la plena participación y el cuidado hacia el mismo, finalmente se realiza en material creativo un mini cultivo con algunos de los alimentos vistos durante la las intervenciones y contado con los saberes previo personificando la labor del campesino.</p> <p>Actividades de socialización y/o evaluación: Se finaliza la actividad preguntando a los niños y niñas que fue lo que más les gusto y resolviendo dudas e inquietudes que se puedan presentar</p>	

Anexos Proyecto de Aula

Figura 17. Foto tomada por la autora, (2015), Pirámide Alimenticia.



Figura 18. Foto tomada por la autora, (2015), Plato del buen comer.



Figura 19. Foto tomada por la autora, (2015), la labor del campesino.




Figura 20. Foto tomada por la autora, (2015). Proyecto de aula "En la Cocina pasan Muchas Cosas"



Ficha Técnica Material Didáctico, Pirámide Alimenticia

Figura 21. Ficha técnica material didáctico, (2014). Pirámide alimenticia y plato del buen comer.

Nombre	Pirámide Alimenticia Y plato del buen comer
Especificaciones Físicas Del Material	Especificaciones Pedagógicas Del Material
<p>Medidas pirámide: 120 cm x 80 cm</p> <p>Medidas apliques: 5 x 5 cm en diámetro</p> <p>medidas plato: 25 cm de diámetro</p> <p>El material didáctico esta realizado en forma de pirámide, pintada de seis colores diferentes con el fin de diferenciar los grupos de alimentos, en cada uno de los grupos de color hay 5 boquillas de botellas plásticas pegadas y 30 apliques circulares hechos en madera MDF pegados sobre tapas de botella plástica con diferentes dibujos de alimentos correspondientes a cada uno de los grupos de alimentos existentes, además de un plato hecho en MDF igual que la pirámide y seis boquillas de botella plástica para colocar los alimentos o apliques, los apliques circulares se deben</p>	<p>La pirámide alimenticia es un material didáctico dirigido a niños y niñas de preescolar y primaria en las edades de 5 a 7 años.</p> <p>Esta tiene como objetivo promover una alimentación saludable en los niños y niñas, principalmente indicándoles cual es a escala de alimentos y cuantas raciones diarias de cada una se debe consumir en los diferentes momentos (desayuno, almuerzo, cena, loncheras) de una forma divertida, la pirámide alimenticia debe trabajarse en las instituciones educativas introduciéndola en el tema de buenos hábitos alimenticios apoyándose en juegos de roles como lo es “el chef” o “los cocineros” para hacer más divertido el aprendizaje y este sea mucho más significativo, la idea es que los estudiantes tomen de dicha pirámide los alimentos que van a consumir dentro de su juego y estos apliques puedan colocarse en el plato de cada uno, el cual está adaptado para enroscar los apliques escogidos, destacando la importancia de que haya un acompañamiento docente en este proceso.</p> <p>Finalmente lo que se pretende es que los niños y niñas se sientan partícipes en su proceso de alimentación y vean la importancia de alimentarse sanamente.</p>

ajustar y desajustar enroscados.	
Imagen del material didáctico	

Anexo N0 2: Cuento “Marianita Quiere Ser”

“Marianita Quiere ser”

Esta es la historia de una niña llamada Marianita, a Marianita no le gustaba la Lechuguita, pero le gustaba el Tomatico y eso le ponía sus cachetitos coloraditos. Marianita soñaba algún día, cuando fuese grande ser como su mamá. Su mamá trabajaba como Chef de un famosísimo restaurante, en sus tiempos libres a Marianita le gustaba acompañar a su mamá al restaurante y observar los platillos tan deliciosos que ella solía cocinar, un día ingresó al restaurante Susana y su hija Matilde, cuando ellas se disponían a comer Matilde hizo una terrible pataleta porque en su plato encontró verduras como: brócoli, tomate, zanahoria y algo de cebolla, a Susana le avergonzó muchísimo lo que su hija hizo y se marcharon

Sistematización de Experiencias

apenas del restaurante, más tarde al regresar a casa, Marianita por cierto muy sorprendida por el comportamiento de Matilde, cenó, cepilló sus dientes, se dirigió a su habitación y se quedó dormida. En medio de su sueño vio a el señor brócoli triste, llorando y pensativo, Marianita se acercó y le preguntó el ¿porqué de su tristeza?, en ese preciso momento vio que se acercaba la señora mazorca y le dijo - Marianita, el señor brócoli ha perdido su sonrisa, además está muy triste porque ningún niño lo quiere, solo quieren a la señora zanahoria porque es linda y nos ayuda a ser grandes y fuertes cada día, Marianita Pensativa y preocupada por el señor brócoli le preguntó a doña Mazorca, ¿Qué podemos hacer para que el señor brócoli recupere su sonrisa? Doña mazorca pensativa le dijo, - no lo sé Marianita, Tendríamos que preguntárselo a mi amiga Cebollina, una guapa e inteligente cebolla, Juntas y preocupadas fueron a casa de doña Cebollina a pedirle un sabio consejo, después de que Doña Cebollina escuchó lo sucedido con don brócoli les dijo lo siguiente: - Marianita en tus manos está ayudar a que don Brócoli recupere su bella sonrisa, debes buscar a todos los niños del planeta incluyendo los bellos niños que nos están escuchando y decirles que todos los vegetales nos ayudan a ser fuertes y sanos cuando seamos grandes para así poder ser tan importantes como tu mamá, nunca pero nunca deben olvidar que si de nuestro plato de comida rechazamos a un vegetal sea el que sea, Él se va a poner muy triste y nosotros como niños buenos no podemos hacer llorar a nadie por ningún motivo.

Marianita despertó muy feliz, inmediatamente llevo ese mensaje a todos los niños del mundo, los niños empezaron a comer todos los vegetales, y así se volvieron fuertes, grandes y sanos incluyendo también a Matilde, después de esto no solo los papitos y mamitas de los niños fueron felices y amaron a sus hijos por siempre, sino que además Don Brócoli recupero su sonrisa, después de muchos años Marianita se volvió una Chef exitosa como su mamá y siguió llevando el bonito mensaje que le enseñó Doña Cebollina a todos los niños del mundo.

Fin

Anexo N0 3: Juego “Comida Para el Viaje”

Para el desarrollo de este juego se debe realizar lo siguiente:

1. No explicar en qué consiste el juego, es decir, se debe adivinar de que se trata a medida que se vaya jugando.
2. El grupo debe haberse presentado con anterioridad, saber los nombres de cada uno.

Desarrollo del Juego. Se dispone en mesa redonda a las personas que vayan a participar teniendo en cuenta que debe establecerse un líder quien es la persona que va dirigir el juego, el líder inicia contando que todos se irán de viaje y que para el viaje cada uno debe llevar una fruta o verdura, la clave del juego es que solo podrá ir quien nombre la fruta o verdura cuyo nombre empiece con la inicial de su nombre, ejemplo María solo podrá llevar Manzanas o mandarinas, Pedro solo podrá llevar Peras o Pepinos, y así sucesivamente, la esencia del juego es que no se le indique al participante que la fruta o verdura inicia con la letra de su nombre sino que a medida que nombre frutas o verduras se le diga si puede o no ir y que el que adivine la metodología tampoco la diga hasta que cada uno logre hacerlo.

Anexo No 4: Evidencia Taller de Padres

Figura 22. Foto tomada por la autora, (2015). Material didáctico "Parqués"



Figura 23. Foto tomada por la autora, (2015). Evidencia taller de padres.



Figura 24. Foto tomada por la autora, (2015). Evidencia taller de padres.



Figura 25. Foto tomada por la autora, (2015). Evidencia taller de padres.



Cronograma

Figura 26. Cronograma.

Año Mes	2014				2015								2016									
	A	S	O	N	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	F	M	A	M	J	J	
ETAPAS																						
Título.	X	X														X						
Introducción.																	X					
Caracterización de la Población.		X		X																		
Planteamiento del problema.				X	X	X																
Objetivos generales y específicos.							X									X						
Antecedentes.																X	X					
Justificación.						X	X															
Marco teórico.								X	X	X			X			X	X					
Marco legal.													X			X		X				
Marco conceptual.				X	X			X				X						X				
Marco metodológico.													X	X			X	X				
Problematización.		X											X	X								
Diagnostico.			X			X							X			X	X					
Diseño de la propuesta.				X	X						X											
Aplicación de la propuesta.		X				X					X	X				X						
Resultado de la propuesta.														X		X						
Conclusiones.																	X	X				
Bibliografía.																		X				
Redacción y compilación.																		X				

Presupuesto

Figura 27. Presupuesto.

Ítem	Cantidad	Tiempo	Total
A. Personal			
Viáticos.	\$ 5.000 x día	68 días	\$ 340.000
Transporte.	\$ 6.000 x día	68 días	\$ 480.000
Matricula o Semestres.	\$ 2.275.000 x 3 semestres	3 semestres	\$2.275.000
B. Equipos			
Internet.	\$ 60.000 x mes	17 meses	\$ 1.020.000
USB.	\$ 25.000		\$ 25.000
C. Materiales			
Impresiones.	\$ 12.000 x mes	17 meses	\$ 204.000
Fotocopias.	\$ 5.000 x mes	17 meses	\$ 85.000
Hojas y cartulinas.			
Material didáctico practica 1 (Pirámide Alimenticia).	\$ 30.000		\$ 30.000
Material didáctico practica 2 (Parques).	\$ 120.000		\$ 120.000
Material didáctico practica 3 (cultivo Hidropónico).	\$ 75.000		\$ 75.000
Impresión y anillado para Entrega.	\$ 50.000		\$ 50.000
Total inversión.	\$ 4.704.000		

Referencias

Alcaldía Mayor de Bogotá, (2009), Lineamientos y estándares técnicos de Calidad en los servicios de Educación Inicial en el Distrito, Recuperado de <http://www.alcaldiabogota.gov.co/SPJ/INTEGRACIONSOCIAL/LINEAMIENTOS.pdf>.

Alcaldía Mayor de Bogotá, (s.f), Lineamiento Pedagógico y curricular para la educación inicial en el Distrito, Recuperado de <http://old.integracionsocial.gov.co/anexos/documentos/lineamientopedagogico.pdf>.

Cerda Gutiérrez, Hugo, (1938), Proyecto de aula: el aula como sistema de investigación y construcción de conocimientos, Bogotá: cooperativa Editorial Magisterio, 2001.

Constitución Política de Colombia, (1991), Edición Actualizada, Editorial Atenea.

Departamento Administrativo de Planeación Distrital DAPD, POT, (2000), Mapa Único, Cálculos, Subdirección de Desarrollo Social, Sistema de Información Geográfica, Bogotá D.C. Información suministrada por el, 2003 e Idiger Recuperado de <http://www.shd.gov.co/shd/sites/default/files/documentos/RECORRIENDO%20KENNEDY.pdf>.

Departamento Nacional de Planeación, 2012, Consejo Nacional de Política y Economía Social Conpes, Recuperado de <https://www.dnp.gov.co/CONPES/documentos-conpes/conpes-sociales/Paginas/conpes-sociales.aspx#Default>.

De Zubiría Samper, Julián, (2006), Los Modelos Pedagógicos: hacia una pedagogía dialogante 2ª edición, Cooperativa Editorial Magisterio, Bogotá.

Sistematización de Experiencias

Delors, Jacques, (s.f) Informe a la Unesco, de la comisión Internacional sobre la educación para el siglo XXI, La Educación encierra un tesoro, Editorial Santillana.

E-innova Bucm, (2011), Piaget y el Valor del Juego en su Teoría Estructuralista, Revista electrónica de Educación, Recuperado de <http://biblioteca.ucm.es/revcul/e-learning-innova/6/art431.php#.Vxw3hPnhDIV>.

Gervilla Castillo, Ángeles, (2006), Didáctica Básica de la educación infantil, Conocer y comprender a los más pequeños, Narcea, S,A, Ediciones.

Holliday Jara, Oscar, (2012), Sistematización de Experiencias, Investigación y Evaluación: Aproximaciones desde tres ángulos, PDF. Recuperado de <http://educacionglobalresearch.net/wp-content/uploads/02A-Jara-Castellano.pdf>.

Holliday Jara, Oscar, (s.f) Orientaciones Teórico Prácticas para la sistematización de experiencias, Pdf. Recuperado de http://www.bibliotecavirtual.info/wpcontent/uploads/2013/08/Orientaciones_teorico-practicas_para_sistematizar_experiencias.pdf.

Instituto Colombiano De Bienestar Familiar, I.C.B.F. (s.f.). Informe de gestión 2012. Obtenido de Dirección de Planeación y Control de la Gestión Recuperado de <http://www.icbf.gov.co/portal/page/portal/Descargas1/Informe%20de%20Gesti%C3%B3n%20ICBF%20-%202022%20de%20Febrero%20de%202013.pdf>.

Lineamiento Técnico de Alimentación y Nutrición para la Primera Infancia, (s.f), Recuperado de <http://www.deceroasiempre.gov.co/QuienesSomos/Documents/4.De-Alimentacion-y-nutricion-para-la-Primera-Infancia.pdf>.

Sistematización de Experiencias

Mesa Restrepo, Sandra, (2003), La Alimentación y la Nutrición del Escolar, Tesis de Maestría, Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.

Ministerio de Educación Nacional (2014), Política Educativa para la primera infancia, pdf, Recuperado de <http://www.mineducacion.gov.co/primerainfancia/1739/article-178050.html>.

Ministerio de Educación Nacional, Colombia Aprende, (2005, 3 de Junio), ABC de los Proyectos Educativos Escolares PRAE, Recuperado de <http://www.colombiaprende.edu.co/html/mediateca/1607/article-81637.html>.

Ministerio de Educación Nacional, Colombia aprende, (Enero de 2007) Primera Edición, ¿Cómo Participar en los Procesos Educativos de la Escuela?, Recuperado de http://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-120646_archivo_pdf.pdf.

Mc Millan, James & Schumacher, Sally, (2005), Investigación Educativa 5ª Edición, Person Educación S,A, Madrid 2005.

Obesidad infantil y juvenil en España, Resultados del estudio Enkid (1998, 2000), Medicina clínica, Volumen 121.

Orellana Ríos, Antonio, 18 de Marzo de (2010), El Proyecto Kilpatrick: Metodología Para el Desarrollo De Competencias, clave XXI, Reflexiones y experiencias en educación No 1.

Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación, FAO, (2010), Nueva Política de Huertos Escolares, Pdf, Recuperado de <http://www.fao.org/docrep/013/i1689s/i1689s00.pdf>.

Sistematización de Experiencias

Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación, FAO, (2009), El Huerto Escolar como recurso de enseñanza- aprendizaje de las Asignaturas del currículo de Educación Básica, Proyecto educación alimentaria y Nutricional en escuelas de educación básica, Santo Domingo, Recuperado de <http://www.fao.org/ag/humannutrition/21877-061e61334701c700e0f53684791ad06ed.pdf>

Piaget, Jean, (1946), Desarrollo de competencias para la comunicación y el lenguaje, La formación del símbolo en el niño, Editorial fondo de cultura económica, México.

República de Colombia, (1994), Ley General de Educación, Ediciones Lito Imperio.

Roberts, S. Feldman, (2008), El Desarrollo en la infancia, cuarta Edición. Person Educación, México.

Torres C, M. (s.f) La Dimensión Ambiental: Un Reto para la Educación de la Nueva Sociedad. Proyectos Ambientales Escolares. MEN., Santa Fe de Bogotá 1996. Pg 35.

Uniminuto, Manual Para la elaboración de Trabajos Escritos (2014), CEPLEC, segunda Edición, pdf.

Vera Rey, Anyul Milena, Hernández C, Blanca, (2013), Documento Guía Alimentación Saludable, pdf, Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/SNA/Guia-Alimentacion-saludable.pdf>.

Westbrook, Robert B, (1993), John Dewey, Perspectivas: revista trimestral de educación comparada (París, UNESCO: Oficina Internacional de Educación), vol. XXIII, nos 1-2, Recuperado de

http://www.ibe.unesco.org/fileadmin/user_upload/archive/Publications/thinkerspdf/deweys.pdf.