



Estrategias de autocuidado para la primera infancia de la sede Cristóbal Colón, Guadalejo,

Buga - Valle.

Jennifer Marmolejo Arias & Adriana Lucia Ordoñez Alegrías

Corporación Universitaria Minuto de Dios – UNIMINUTO

Licenciatura en Educación Infantil

Guadalajara de Buga

Noviembre 18, 2023

Estrategias de autocuidado para la primera infancia de la sede Cristóbal Colón, Guadualejo,
Buga - Valle.

Jennifer Marmolejo Arias & Adriana Lucia Ordoñez Alegrías

Trabajo de Investigación para obtener título de Licenciadas en Educación Infantil

Director

Mónica Patricia Valencia Mg. Educación Infantil

Corporación Universitaria Minuto de Dios – UNIMINUTO

Licenciatura en Educación Infantil

Guadalajara de Buga

Noviembre 21, 2023

Agradecimientos

A Dios.

Que con sus grandes bendiciones e infinito amor llenos de sabiduría para desarrollar este proyecto que fue construido con mucho esfuerzo y dedicación, por darnos vida, por la maravillosa familia que tengo, por la bendición más hermosa que llego a mi vida, él bebe que llevo en mi vientre y esta bella disposición.

A mi familia.

Quienes han sido siempre mi gran apoyo y han creído en mí en todo momento, llenándome de alegría, valentía, fuerza, ánimo y motivación para seguir adelante y llevar a cabo de la mejor manera este proyecto. Sin dejar a un lado todo el gran esfuerzo que hicieron por verme cumplir mis sueños, que no ha sido nada fácil, pero en todo momento estuvieron luchando sin rendir. A mi pareja por siempre estar para mí ayudándome y apoyándome día a día en este proceso, por su amor, comprensión y paciencia en todo momento. Son el centro de mi vida.

A los maestros.

Por brindarnos saberes tan enriquecedores y significativos para nuestro proceso de formación y por crear espacios tan agradables saliendo de lo rutinario, quienes a partir de su formación comprometida enseñarnos a creer no solo como maestras sino también como seres humanos con el sentido de la responsabilidad.

Jennifer Marmolejo Arias.

Al finalizar con mi trabajo de grado para obtener el título de licenciada en educación infantil, quedan en mi a lo largo de este camino muchas experiencias significativas, aprendizajes y vivencias inolvidables las cuales han dejado huellas de gran valor. Motivo por el cual en este pequeño espacio quiero agradecer aquellas personas que me acompañaron y que hicieron parte de este maravilloso proceso.

Agradezco en primer lugar a Dios por bendecir mi vida y por poner en ella personas tan especiales, además de guiar mi camino dándome la fortaleza y la capacidad de tomar las mejores decisiones. A mi familia, mis padres Wilson y María Piedad a mi hermano Wilson Andrés, no hay palabras para describir el agradecimiento que siento hacia ellos, por todo lo que han hecho al ayudarme a cumplir el sueño de ser Licenciada en Educación Infantil, gracias por creer en mí, por hacer parte de este proceso desde el momento uno, acompañándome e incentivando a demostrar y demostrarme a mí misma de todo lo que soy capacidades; gracias porque a través de su ejemplo, del amor, el respeto, la honestidad generosidad y dedicación me ayudaron hacer la persona y ser humano que soy hoy.

A mi pareja, amigo y compañero de vida, Samuel quien estuvo ahí apoyándome, además de ayudarme y alentarme día a día, resaltando su paciencia y comprensión durante todo este proceso. Desde luego, a una personita muy especial, mi hija María Paz quien viene en camino y ha sido la bendición más grande y hermosa que llegó a mi vida, la cual se convirtió en mi inspiración y motivación para alcanzar mis metas y propósitos.

Resaltando aquellas instituciones que me abrieron sus puertas, a los docentes que brindaron su conocimiento y sabiduría, mencionando también a los niños y niñas que hicieron de este camino una aventura inolvidable, entre risas, llantos, alegrías y aprendizajes. Sin dejar de un lado asesora de tesis, Mónica Valencia Murillo, quien se convirtió en una guía,

orientadora en un apoyo incondicional, quien con su confianza orientó todo este maravilloso proceso, aportando de una manera significativa tanto en mi vida profesional, como personal; además, a mi compañera de tesis, todos los momentos y experiencias compartidas, por su compromiso, responsabilidad y dedicación los cuales aportaron a que el día de hoy estemos culminando este asombroso camino.

Adriana Lucia Ordoñez Alegrias

Palabras clave

Aprendizajes, didácticas, prácticas, acompañamiento, acciones, docente.

Resumen

Se llevó a cabo un proceso que partió desde la observación y recopilación de información, que permitió diseñar y aplicar una serie de estrategia didácticas para favorecer un mejor aprendizaje y conocimientos respecto a una adecuada ejecución del autocuidado además de reconocer su importancia y de esta manera evaluar de forma cualitativa los resultados obtenidos con la aplicación de las mismas, mediante un proceso de investigación – acción participativa.

Lo mencionado, permitió obtener resultados exitosos y aprendizajes significativos alcanzando los objetivos propuestos, identificando que los estudiantes, construyeron nuevos saberes respecto a las prácticas de autocuidado personal, permitiendo vivir diferentes experiencias, debido a que las actividades estaban diseñadas con hábitos fundamentales de su vida, inmersos en su cotidianidad, lo que implicaba su ejecución de una manera constante facilitando que estos aprendizajes no solo fueran para el momento si no que trascendieran; logrando así que los cuidadores más propicias para esto.

Abstract

In this regard, a process was carried out that started from the observation and collection of information, which allowed the design and application of a series of teaching strategies to promote better learning and knowledge regarding adequate execution of self-care in addition to recognizing its importance and In this way, qualitatively evaluate the results obtained with their application, through a participatory action research process.

The aforementioned made it possible to obtain successful results and significant learning by achieving the proposed objectives, identifying that the students built new knowledge regarding personal self-care practices, allowing them to live different experiences, because the activities were designed with fundamental habits of their life. immersed in their daily lives, which implied their execution in a constant manner, facilitating that these learnings were not only for the moment but also transcended; thus making the caregivers more conducive to this.

<p>Título</p>	<p>Estrategias de autocuidado para la primera infancia de la sede Cristóbal Colón, Guadualejo, Buga – Valle.</p>
<p>Resumen</p>	<p>Se llevó a cabo un proceso que partió desde la observación y recopilación de información, que permitió diseñar y aplicar una serie de estrategia didácticas para favorecer un mejor aprendizaje y conocimientos respecto a una adecuada ejecución del autocuidado además de reconocer su importancia y de esta manera evaluar de forma cualitativa los resultados obtenidos con la aplicación de las mismas, mediante un proceso de investigación – acción participativa.</p> <p>Lo mencionado, permitió obtener resultados exitosos y aprendizajes significativos alcanzando los objetivos propuestos, identificando que los estudiantes, construyeron nuevos saberes respecto a las prácticas de autocuidado personal, permitiendo vivir diferentes experiencias, debido a que las actividades estaban diseñadas con hábitos fundamentales de su vida, inmersos en su cotidianidad, lo que implicaba su ejecución de una manera constante facilitando que estos aprendizajes no solo fueran para el momento si no que trascendieran; logrando así que los cuidadores más propicias para esto.</p>
<p>Abstract</p>	<p>In this regard, a process was carried out that started from the observation and collection of information, which allowed the design and application of a series of teaching strategies to promote better learning and knowledge regarding</p>

	<p>adequate execution of self-care in addition to recognizing its importance and</p> <p>In this way, qualitatively evaluate the results obtained with their application, through a participatory action research process.</p> <p>The aforementioned made it possible to obtain successful results and significant learning by achieving the proposed objectives, identifying that the students built new knowledge regarding personal self-care practices, allowing them to live different experiences, because the activities were designed with fundamental habits of their life. immersed in their daily lives, which implied their execution in a constant manner, facilitating that these learnings were not only for the moment but also transcended; thus making the caregivers more conducive to this.</p>
<p>Palabras clave</p>	<p>Aprendizajes, didácticas, prácticas, acompañamiento, acciones, docente.</p>
<p>Objetivo General</p>	<p>Generar estrategias que incentiven a la práctica de hábitos sobre el autocuidado personal en los niños y niñas de 4 a 6 años de la institución Manuel Antonio Sanclemente, sede Cristóbal Colón en Buga-Valle.</p>
<p>Referencia</p>	<p>Marmolejo, J. Ordoñez, A (2023) Estrategias de autocuidado para los niños y niñas de 4 a 6 años de la Institución Educativa Manuel Antonio Sanclemente, sede Cristóbal Colón (Trabajo de grado). Corporación Universitaria Minuto de Dios – UNIMINUTO (Guadalajara de Buga- Colombia)</p>

Contenido

Introducción	11
Capítulo I	13
1.1 Justificación Impacto Central del Proyecto	13
1.2 Planteamiento del problema	15
1.3 Pregunta problema	18
1.4 Objetivos	18
1.4.1 Objetivo general	18
1.4.2 Objetivos Específicos	18
1.5 Antecedentes	18
1.5.1 Internacionales	19
1.5.2 Nacionales	21
1.5.3 Locales	24
Capítulo II	25
2.1 Marco Teórico	25
2.1.1 Autocuidado	26
2.1.2 Estrategias	30
2.2 Marco Legal	33
Capítulo III	35
3.1 Metodología	35
3.1.1 Enfoque	36
3.1.2 Diseño	36
3.1.3 Fases	37
3.2 Instrumentos	41
3.3 Población	44
Capítulo IV	45
4.1 Análisis de resultados	45
Capítulo V	60
5.1 Conclusiones	60
Referencias Bibliográfica	61

Anexos	1
Anexo 1: Formato de observación no participe	1
Anexo 2: Encuesta a padres de familia, Autocuidado Personal	2
Anexo 3: Planeación 1“DESCUBRIENDO CÓMO CUIDARME”	6
Anexo 4: Diario de campo 1 “DESCUBRIENDO CÓMO CUIDARME”	13
Anexo 5: Diario de campo 2 “DESCUBRIENDO CÓMO CUIDARME”	23
Anexo 6: Planeación 2 “TU CUERPO, UN TESORO QUE DEBES DE CUIDAR”	32
Anexo 7: Diario de campo 3,4,5, 6 y 7 “Tu cuerpo, un tesoro que debes de cuidar”	37
Anexo 8: Diario de campo 8 “Tu cuerpo, un tesoro que debes de cuidar”	65
Anexo 9: Consentimiento informado.....	71

Introducción

A lo largo de este documento se podrá evidenciar lo relacionado con el proyecto realizado sobre autocuidado personal en los niños y niñas de la institución educativa Manuel Antonio Sanclemente – Sede Cristóbal Colón, Buga Valle, partiendo desde reconocer una necesidad entorno a la adecuada ejecución de sus prácticas y la importancia que tiene su realización, se plantean una serie de objetivos para dar respuesta a lo mencionado, además de contar con el soporte de tesis internacionales, nacionales y locales, se fundamenta también por medio de diversos teóricos que hacen énfasis en estas practicas de autocuidado en los niños y niñas.

Permitiendo así, dar paso al diseño y aplicación de estrategias didácticas dando respuesta a la necesidad de mejorar estas prácticas, siendo este un tema muy importante para ser desarrollado en edades tempranas, resaltando que la escuela no es el único lugar que debe impartir la enseñanza, ya que desde la familia y el hogar son quienes brindan la base fundamental, como lo afirma Domínguez (2010) ‘‘La educación es un proceso muy largo que comienza siendo impartida por la familia y luego la escuela, y se necesita de ambas partes para conseguir un pleno desarrollo educativo y personal del niño/a.’’ (como se citó en Barrera y Hernández, 2018, p.29) Trabajando así de la mano, con la familia, escuela resaltando el hecho de que el docente, los padres de familia y acudientes cumplen un papel muy importante como guía para obtener experiencias en relación a estos hábitos de las prácticas de autocuidado personal como lo es el lavado de manos como y en qué momentos, la presentación personal, la alimentación, el lavado de dientes entre otros.

Para alcanzarlo anterior, se desempeñaron una serie de fases que brindaron el paso a paso del cómo se efectúa el proyecto, además de mencionar los intentos instrumentos, entre ellos, formatos de observación, encuesta para padres, madres y acudientes, planeaciones

pedagógicas y ocho diarios de campo; que fueron pieza clave para evaluar el impacto generado.

Alcanzando de manera exitosa, todo lo propuesto en los objetivos, logrando dar respuestas a las necesidades evidenciadas, ya que los niños y niñas conocieron la importancia de realizar estas practicas de autocuidado, los beneficios que tiene para su vida, construyendo un aprendizaje significativo y favorecedor, mediante un proceso que estuvo acompañado y orientado, desde las diferentes acciones de inmersas en su vida diaria, llevándolos a vivir experiencias significativas.

Capítulo I

1.1 Justificación Impacto Central del Proyecto

Con el presente trabajo, se busca incentivar a los niños y niña de la Institución Manuel Antonio Sanclemente, sede Cristóbal Colón, a que lleven a cabo las prácticas de autocuidado personal, comenzado a fortalecer este proceso desde el ámbito escolar, resaltando la importancia que tiene el hecho de llevar a la práctica estos hábitos de higiene personal y aún

más si este proceso es incentivado por medio de la escuela, incluyendo el apoyo de los padres de familia desde casa, de esta manera como lo menciona Sanches, Migarl y Raya (2006):

Actualmente nosotros como docentes pretendemos formar conciencias comunitarias acerca de lo que es el autocuidado de los niños preescolares de edades entre 4 y 6 años, apoyándonos en los padres de familia, alertando a los pequeños de los peligros a que están expuestos, e invitando a los compañeros docentes a formar conciencia sobre lo importante que es estar alerta a cualquier cambio de conducta que los infantes manifiesten porque a través de ella nos podemos percatar de alguna situación de peligro por la que esté pasando en ese momento(p.8-9)

Haciendo énfasis en lo anterior, el autocuidado personal cumple un rol muy importante en la vida de los niños y niñas, puesto que con la realización adecuada de estas prácticas, se pueden prevenir diferentes situaciones como lo son las enfermedades, además de fortalecer un punto de gran relevancia como lo es su autonomía; así de este modo dentro de sus beneficios esperados es fundamental mencionar, el papel que los niños y niñas deben de lograr es adquirir unos amplios conocimientos en relación a estas prácticas y lo que esto implica para su vida cotidiana, de tal manera que comiencen a implementar estos hábitos en su diario vivir hasta llevar a un proceso de perfeccionamiento. En esta línea de argumentación es valioso mencionar que este tema es un pilar fundamental para la salud y bienestar, el cual se debe de tomar con responsabilidad y es por esto que se crean ambientes de aprendizaje que permitan concientizar a las personas.

Este trabajo que se realizó ha sido gran progreso debido a que en el lugar donde se desarrolló no se había realizado este tipo de actividades para educar a los estudiantes sobre el autocuidado personal, dando como resultado no solo beneficiar el hecho de culminar este

trabajo de una manera exitosa, sino también a los niños y niñas de la institución, puesto que como es mencionado anteriormente, estas prácticas de autocuidado personal son un punto de gran relevancia para su vida y los aprendizajes que logran obtener mediante esto, no solo son para el momento si no que trascenderán de tal manera que también se ve favorecido el proceso de autonomía, sin dejar de pasar por alto que al plantear estos aprendizajes desde las experiencias y vivencias flexibles entra a tener un mayor valor de manera significativa.

1.2 Planteamiento del problema

En relación al planteamiento del problema frente a las prácticas de autocuidado, es esencial tener como punto de referencia, un concepto claro que permita conocer más a fondo frente a este tema, priorizando su importancia y el papel que este cumple en la etapa que se encuentran los niños y niñas, para así identificar las necesidades que se presentan, permitiendo proceder a iniciar desde lo más general a lo más específico.

El autocuidado es un tema que debe ser llevado a cabo desde la infancia, teniendo presente que inculcar nuevos saberes a los niños y niñas desde una edad temprana permite desarrollar el autoconocimiento y autoestima, para ello se debe comenzar brindando enseñanza y aprendizaje frente a este tema, ayudando en la práctica adecuada. Esto implica gran variedad de aspectos para su vida, entre ellos, la manera en que nos vemos y nos ven las demás personas, ocasionando repercusiones tanto positivas, como negativas. Como breve conclusión, es decir que esto hace parte de la vida de todo ser humano, siendo un aspecto con el que cada persona debe de contar para beneficio propio, desarrollando acciones que favorezcan su funcionamiento de una manera adecuada recordando que esto conlleva el interés a llevar una vida sana interna y externamente como menciona:

El conjunto de acciones intencionadas que realiza la persona para controlar los factores internos o externos, que pueden comprometer su vida y desarrollo posterior. El autocuidado, por tanto, es una conducta que realiza o debería realizar la persona para sí misma, consiste en la práctica de las actividades que las personas maduras, o que están madurando, inician y llevan a cabo en determinados períodos de tiempo, por su propia parte y con el interés de mantener un funcionamiento vivo y sano, continuar además, con el desarrollo personal y el bienestar mediante la satisfacción de requisitos para las regulaciones funcional y del desarrollo. (Prado, González, Paz y Romero, 2014, como se citó en Reyes, 2019, p.11)

Teniendo presente lo anteriormente mencionado, se destaca la gran relevancia de estos hábitos de autocuidado físico y aún más desde la primera infancia, en la que se evidencia que si no son llevados a cabo afectan aspectos primordiales, tales como puede ser su pleno desarrollo, siendo procesos inherentes para cada niño, en los que se debe priorizar el generar en los pequeños un pensamiento desde lo que es positivo, hasta lo no favorable respecto a no tener un adecuado manejo de los mismos, trayendo consigo grandes consecuencias para la vida personal de cada uno, puesto que se empiezan a ver reflejados aspectos con relación a la falta de autoestima por un posible desconocimiento del mismo.

Los niños durante su infancia que transcurre entre el nacimiento y la adolescencia de ahí la importancia de generar ambientes propicios para su crecimiento y desarrollo; así como también, tomar en cuenta lo expresado por el niño y darle pautas para que pueda ejercer el autocuidado durante toda su vida. (Rizo, 2013, p. 16 citado por Ortega y Trujillo, 2015, p.13).

Como es mencionado, desde una edad temprana se comience con el proceso de poner a su disposición pautas para su autocuidado, brindando conocimientos con relación al mismo, debido a que esto se convierte en saberes que trascienden, de tal manera que estos se siguen viendo reflejados a lo largo de su vida, comenzando en propiciar ambientes y espacios para llevar a cabo lo relacionado con los hábitos de autocuidado físico.

En consecuencia, a ello, en la institución educativa Manuel Antonio Sanclemente, sede Cristóbal Colón, se pudo observar como en los niños y niñas de 4 a 6 se presentan necesidades frente a la práctica de los hábitos de autocuidado, siendo algo primordial desde la educación para su etapa de desarrollo, formación y presentación personal. Cabe mencionar, que por parte de los padres de familia se dificulta un acompañamiento constante y adecuado debido a sus largas jornadas laborales, viéndose así reflejado una poca supervisión para llevar a cabo estas prácticas de autocuidado de manera adecuada.

Los niños y niñas de la institución se les dificulta llevar a la práctica los hábitos de autocuidado personal, evidenciándose esto en lo relacionado con la higiene, debido a que la gran parte de los estudiantes asisten a sus clases sin completar adecuadamente los hábitos básicos del autocuidado, lo cual, no beneficia su presentación personal, bienestar, desarrollo y formación integral.

Durante la infancia el acompañamiento con ayuda de la enseñanza y aprendizaje frente al autocuidado personal es algo esencial para aprender a estar bien consigo mismo y con los demás, como lo plantea Milicic (2009) que: “Introducir en los niños y en las personas el concepto del autocuidado es central. Así como hay que aprender a tratar bien con los otros, hay que aprender a tratar bien a sí mismo” (citado por Ortega y Trujillo, 2015-2016, p.13). Es fundamental incluir a los niños y niñas en este proceso, con el propósito de que estos hábitos

de autocuidado sean llevados a la práctica durante su día a día de una manera adecuada, desde su formación y desarrollo aportando este proceso desde la educación.

1.3 Pregunta problema

¿Cómo implementar estrategias de autocuidado personal en los niños y niñas de 4 a 6 años de la institución educativa Manuel Antonio Sanclemente, sede Cristóbal Colón, en Buga-Valle?

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo general

Generar estrategias que incentiven a la práctica de hábitos sobre el autocuidado personal en los niños y niñas de 4 a 6 años de la institución Manuel Antonio Sanclemente, sede Cristóbal Colón en Buga-Valle.

1.4.2 Objetivos Específicos

- Identificar las dificultades y necesidades en relación a las prácticas de autocuidado en los niños y niñas de la institución educativa Manuel Antonio Sanclemente, sede Cristóbal Colón, Buga-Valle.
- Diseñar estrategias didácticas para dar respuesta a las necesidades de los niños y niñas en relación a las practicas de autocuidado personal.
- Implementar estrategias para el mejoramiento de las prácticas de autocuidado personal de los niños y niñas.
- Evaluar los resultados obtenidos con la aplicación de las estrategias para la práctica de autocuidado.

1.5 Antecedentes

A continuación, traemos los antecedentes locales, nacionales e internacionales, centrados principalmente hacia las estrategias del autocuidado mencionados a lo largo del documento, con la finalidad de conocer la importancia, las diferentes metodologías implementadas, sus enfoque y diseño, además de los objetivos propuestos para cada una de ellas, de tal manera que se pueda conocer los resultados obtenidos con su implementación, siendo tomados en cuenta para este trabajo.

1.5.1 Internacionales

Nancy Paola Paredes Flores, en Ecuador, en el año 2018, en su trabajo de grado titulado “El autocuidado en la atención primaria de salud en la carrera de enfermería de la universidad técnica de Ambato”; mencionó aspectos muy importantes, tales como su objetivo principal de “Determinar el potencial de competencias de los docentes y estudiantes de la carrera de Enfermería en la Universidad Técnica de Ambato para la implementación del autocuidado en la atención primaria de la salud”. (Paredes, 2018).

Para el trabajo anteriormente mencionado fue fundamental implementar una investigación de tipo descriptivo, prospectivo además de transversal y explicativo con ayuda de esta, los sucesos fueron descritos tal cual, y como se observaron con la finalidad de que se pudiera establecer una relación entre las variables, siendo fundamental, debido a que se permitió estudiar las problemáticas y así evaluar el proceso de las mismas.

De este modo es importante mencionar lo relacionado con los resultados obtenidos, puesto que gracias a lo anterior se pudo conocer que un gran porcentaje de la población con la cual se trabajó manifestó el hecho de comenzar a implementar distintas acciones de autocuidado para una vida saludable, de tal manera que le dedicarán más tiempo a su ejecución, además de buscar mayor información.

Por otra parte, en el trabajo de grado de Patricia Noemí Chuc Batz - ``Prácticas de autocuidado de los adolescentes del colegio evangélico Guatemala de Totonicapán, Guatemala año 2020`` hace énfasis en su objetivo fundamental de `` Determinar las prácticas de autocuidado que realizan los adolescentes que estudian en el Colegio Evangélico Guatemala de Totonicapán, Guatemala año 2020``. (Chuc, 2021).

Sin dejar de un lado que se implementó un diseño descriptivo para su investigación y además de corte transversal, llevada a cabo de una manera cualitativa. Teniendo como resultado su punto fundamental identificado, que es el hecho de que a los estudiantes si les interesa el tema del autocuidado sin dejar de lado que entre la población escogida las más interesadas fueron las mujeres. Resaltando que gran parte de la población con la cual se interactúa mencionó realizar las prácticas de autocuidado de manera constante, sin olvidar que hubo un porcentaje el cual no lo cumplía.

Finalizando con los antecedentes internacionales está el trabajo de grado titulado ``Práctica de Autocuidado para la Salud`` realizado por las autoras Mónica Cruz Morales, Adriana Edith Sanbrano Gregorio Solís y Solange Sanbrano Pamela. Quienes con un claro objetivo principal de ``Conocerlas prácticas de autocuidado de salud de la población de Mina Pirquitas, Departamento de Rinconada Provincia de Jujuy, en el segundo semestre del año 2019.`` (Cruz, Sanbrano y Sanbrano, 2019).

Mencionando un aspecto fundamental, como lo importante que fue para este trabajo su investigación de tipo cuantitativa, puesto a que hicieron uso del pensamiento deductivo además de transversal, con la finalidad de recolectar variedad de conclusiones, con instrumentos y técnicas ofrecieron mediciones de manera numérica con el propósito de saber sobre las prácticas de autocuidado de una formas más precisa y detallada.

1.5.2 Nacionales

El autocuidado en la primera infancia es un tema de alto interés para el desarrollo de enseñanza – aprendizaje aportando esto desde la educación, para llevar a cabo el desarrollo de los antecedentes se realizaron búsquedas para agrupar ideas y tener un conocimiento más a fondo sobre los hábitos del autocuidado personal. Frente a esto se llegó a:

García Janes Jahir y Fernández Johan Camilo, En su trabajo titulado La enseñanza del autocuidado como estrategia fundamental en la promoción de la salud, el año 2020 en donde se da a conocer la investigación frente a el proceso de ‘‘La enseñanza del autocuidado aporta a la promoción de la salud en los estudiantes de la I.E. Campestre nuevo horizonte, sede La Madera- del municipio de El Carmen de Viboral y del C.E.R. Jesús Aníbal Gómez -sede Tacamocho- del municipio de Tarso, mediante la Investigación Acción Educativa’’. (García y Fernández, 2020).

Para esta investigación se desarrolla frente al paradigma Socio-crítico, comprendiendo la relación entre el medio natural y social, lo cual permite analizar frente al autocuidado y la salud dentro del campo educativo. Para esta investigación utilizan un enfoque cualitativo debido a que interpretan las realidades de la comunidad teniendo presente el respeto hacia la cultura y viendo en ella el potencial con el que cuenta.

Con base a lo mencionado anteriormente, se permite llegar a unos resultados contribuyentes a la implementación de actividades lúdicas para los conocimientos, los cuales facilita el identificar la importancia que tiene el autocuidado, de igual manera aportar estrategias para crear conciencia al momento de tomar decisiones en las que se deba reconocer lo bueno y lo malo que conlleva esto, logrando que los estudiantes comprendieran

el hecho de que la higiene personal va mucho más allá que solo el aseo diario, alcanzando así los objetivos propuestos.

Pereira, Murillo Laura y Duque Lucelly, en su trabajo titulado La educación para el autocuidado en higiene personal: un aporte a la primera infancia, el año 2017 por medio de la cual se dan a conocer aspectos fundamentales como lo es su principal objetivo: ‘El comprender cómo la educación en salud desde la higiene personal contribuye al fortalecimiento del autocuidado en un grupo de tres niños del grado jardín del Centro de Desarrollo Integral del corregimiento de Puerto Caldas, que han participado en el programa Cultura del cuidado’.(Murillo y Duque, 2017)

Para esta investigación utilizaron un enfoque cualitativo, además de un método hermenéutico, los cuales fueron implementados para recolectar la información necesaria, teniendo en cuenta también la utilización de entrevistas, además de una observación estructurada y los talleres lúdicos.

Del mismo modo, con lo ya mencionado se permite llegar a unos resultados partiendo de distintos análisis, la información y la interacción con ellos, tales como, el entender que desde la educación y aspectos de salud por medio de diversas estrategias, didácticas y variedad de metodologías, llegan así a la primera infancia con grandes beneficios positivos para ellos, en pro del fortalecimiento para las prácticas de higiene del autocuidado personal, brindando una orientación adecuada con un acompañamiento oportuno de los padres y docentes, resaltando lo fundamental que es la constancia, sin dejar de un lado la importancia de los entornos sociales y culturales con los que se cuentan además de lo emocional.

Por otra parte, para lograr los resultados esperados se desarrolló un proceso de orientación individual en el que se tiene presente los diferentes contextos de vida,

contemplando el entorno en el que se encuentran para realizar de unas prácticas de autocuidado adecuadas. Logrando identificar algunas falencias en este proceso, puesto que las prácticas de autocuidado en algunas ocasiones por parte de la familia se presenta poco conocimiento en relación a ello, ocasionando límites a la hora de ejecutarlo.

Para finalizar con los antecedentes nacionales, Jazmin Eliana Villa Gallon, Jenny Alexandra Escobar Gomez y Andres Felipe Orozco Salinas, en su trabajo de grado titulado, La gestión del conocimiento como estrategia para el reconocimiento de la realidad integral del paciente en ruta hacia su autocuidado 2022, en este se evidencia su principal objetivo para esta investigación, el cual habla del “comprender los sentidos que otorgan los pacientes con diagnóstico de DM2, de Unisalud, sede Manizales, a las prácticas educativas en salud, que tributen a que se hagan corresponsables de su autocuidado, en la atención primaria en salud”. (Villa, Escobar y Orozco, 2022).

Con relación a la metodología implementada para esta investigación de estudio de caso, basado desde un enfoque cualitativo que también se encuentra soportando por medio de una serie de datos numéricos y otros de tipo descriptivo, para este se tuvo en cuenta la implementación de diversos métodos desde el punto analítico, detallando así elementos claves para el autocuidado, sin dejar de un lado el estudio de casos para el desarrollo del mismo y las entrevistas llevadas a cabo.

Dentro de sus resultados es importante mencionar lo fundamental que es el hecho que las personas se responsabilicen acerca de su autocuidado personal, logrando así adoptar ciertas prácticas favorables y enriquecedora para su ejecución y al mismo tiempo para su bienestar, teniendo claro que son aspectos que benefician su calidad de vida, realizados de una manera activa y constantes.

1.5.3 Locales

Dentro de los antecedentes locales es importante mencionar la tesis titulada “Pautas para el fortalecimiento del autocuidado en trece adolescentes con deficiencia intelectual en el instituto Julián Mendoza guerrero de Buga.” realizado por Valeria González González en el año 2022, la cual hace énfasis en su principal objetivo de “Sistematizar la experiencia de fortalecimiento del autocuidado, desarrollada con trece (13) adolescentes diagnosticados con deficiencia intelectual, beneficiarios del Instituto Julián Mendoza Guerrero ubicado en Buga (Valle del Cauca) en el marco de la práctica profesional entre agosto y noviembre de 2021.” (González, 2022).

Teniendo en cuenta un aspecto fundamental de trabajo es su metodología, la cual está basada en una investigación el paradigma de investigación y acción llevada a cabo de una manera participativa por medio de la autora, sin dejar de un lado que este es cualitativo, resaltando siempre el aspecto educativo, desde las realidades humanas.

En relación a los resultados se tiene en cuenta para alcanzarlo la importancia y relevancia que tuvieron las diferentes intervenciones realizadas como las individuales, además de las familiares y comunitarias; por medio de los cuales se logró el objetivo de concientizar la implementación del autocuidado, aunque cabe mencionar que en un inicio los participantes tienen pocos conocimientos respecto a este tema, motivo por el cual se implementó la diferentes estrategias para dar respuesta al dificultad identificada fortaleciendo así de esta manera los distintos procesos de los niños y niñas.

Por otra parte, también es importante mencionar el trabajo de grado titulado “Material didáctico para el personal de psicología de la institución Hogares María Goretti como refuerzo para brindar medidas de autocuidado ante el abuso sexual infantil.” en el año

2021, con la autoría de Sandra Catherine Arias Muñoz, la cual por medio de su propósito definido de “Diseñar un material didáctico que sea de utilidad para el personal de psicología en el trabajo con las menores que se encuentran ingresadas en la institución Hogares María Goretti en Cali, Colombia, para que refuercen las medidas de autocuidado ante situaciones de riesgo de abuso sexual.” (Arias, 2021).

Para el trabajo anterior se tuvo en cuenta una metodología analítica, además de contener una fase creativa y por consiguiente una fase de implementación, de manera cualitativa.

Finalizando con sus resultados es importante mencionar que gracias a la metodología y el objetivo propuesto, abarcó puntos fundamentales en relación a la dificultad identificada, como lo es el hecho de conocer aquellas observaciones esenciales, tenidas en cuenta adicional a lo anterior de mucha ayuda para dar respuestas a las mismas. Del mismo modo se resalta el hecho de que este trabajo no paró, si no que continuó brindando su apoyo además de la institución con la cual se inició, también se sumaron otras más encargadas del autocuidado además del físico, se tiene presente el emocional y el sexual.

Capítulo II

2.1 Marco Teórico

El marco teórico se convierte en una parte esencial para la construcción de este proyecto, su función general es acondicionar la información que existe, respecto lo que se quiere investigar, esto quiere decir que facilita conseguir información necesaria para soportar lo que se realizó. Con ayuda de esta se obtiene fuentes de diferentes consultas teóricas para sustentar y así tener un soporte en relación a todo lo que se plantea a lo largo del documento,

haciendo énfasis en dos categorías que son de gran relevancia como lo es el autocuidado y las estrategias, siendo detalladas a continuación.

2.1.1 Autocuidado

El autocuidado cuenta con una serie de conductas que son de gran importancia, las cuales deben de ser tomadas desde las primeras etapas de la vida, debido a los grandes impactos que estos causan de forma positiva en todas las dimensiones. Es fundamental que estas se lleven a cabo por medio de la educación, puesto que de esta manera permitirá conocer más a fondo la importancia y lo fundamental que es para la vida del ser humano.

Con lo anteriormente mencionado, es fundamental destacar que esto es un tema de gran importancia y aún más en niños y niñas en su nivel personal, debido a que por medio de una buena práctica del mismo se ven beneficiados diversos aspectos, como lo puede ser lo relacionado con una mejoría en su presentación personal, puesto que esta se puede ver afectada en su apariencia a causa de una carencia en estas prácticas. Durante los primeros años de vida es fundamental llevar a cabo la realización del autocuidado de una manera cotidianamente, pues de esta manera se obtienen variedad de beneficios, entre ellos desde la educación sobre los mismos, además de prevenir aspectos negativos que esto trae consigo, como lo pueden ser las enfermedades.

Para lograr el autocuidado se debe de implementar hábitos de cuidado personal que brindan diversos conocimientos encaminados hacia la educación incluyendo aspectos tales como la salud física, mental y emocional, este es un punto de gran importancia, pues allí cada una de las personas entran a tener su propia autonomía, sin dejar de un lado que esta es una práctica que se adquiere y se convierte en una costumbre, destacando que esta etapa aún son dependientes en su totalidad de sus cuidadores y también docentes, requiriendo de un

constante acompañamiento reflexivo para lograr adquirir un aprendizaje significativo, debido a que son diversos hábitos que se llevan a cabo de manera constantemente, que con el pasar del tiempo se integran siendo beneficiosas y saludables ocupándose de sí mismo como lo mencionan Olivera, Bastidas, Lombo y Soto (2020).

Desde este primer análisis el autocuidado, debe significarse como un concepto que comprende la práctica reflexiva que permite el reconocerse como sujeto vulnerable e involucra una práctica educativa para la salud que permite aprender para ocuparse de sí mismos y de los otros. (p.51)

Como es mencionado anteriormente son prácticas reflexivas en las que cada quien es responsable de darles cumplimiento, pero por ende en la primera infancia se necesita de orientación, la cual debe ser de forma constante, cabe recalcar que la implementación de esta en los niños y niñas es importante y beneficioso para su diario vivir, teniendo en cuenta que son sujetos dependientes que se les debe brindar un acompañamiento permanente, generando hábitos de manera adecuada, por medio de los cuales se verá favorecido su desarrollo integral y así de estas manera los niños los vayan acogiendo como parte de sus rutinas, hasta llegar al punto de lograr ser autónomos de ello gracias a la constancia realización de los mismos, teniendo esto presente es esencial trabajar también desde la educación otorgando las pautas adecuadas para mantener el bienestar de su cuerpo.

Se debe enseñar a los niños y niñas sobre la higiene y cuidado adecuado del cuerpo, para que así vaya construyendo una imagen positiva de sí mismo, y poniéndolas en práctica. El autocuidado no solo ayuda en lo físico, sino también permite obtener un desarrollo sano hacia la autoestima y la salud, para lo cual se pueden brindar grandes aportes por parte de los docentes desde su rol de educadores.

Uno de los puntos a tener en cuenta en este proceso es el hecho de lograr hacer partícipe a los padres por medio de la realización de actividades a realizar de igual manera a la comunidad educativa y los factores externos que también toman gran relevancia al momento de que estas prácticas de autocuidado se realicen, fomentando así conocimientos enriquecedores y habilidades en los niños y niñas los cuales pongan en práctica en su vida diaria como lo es mencionado (Sánchez et al, 2019, como se citó en García y Fernández, 2020).

La escuela, la familia, los grupos sociales y todas aquellas dinámicas que tejen comunidad son factores externos que permiten la transformación de un pensamiento colectivo en aras de promover el cuidado de sí; además, las acciones individuales son necesarias para la construcción de habilidades y competencias para el autocuidado, lo cual conlleva a que el aula de clase sea el espacio para indagar, promover, investigar y debatir acerca de las prácticas, estrategias y rutas para la adquisición de una cultura del autocuidado en el marco de la promoción de la salud. Como ya se dijo, por estas razones es que durante mucho tiempo se ha reconocido que uno de los escenarios más importantes para promover la salud es el entorno escolar (p.8)

El acompañamiento que se les puede brindar en el aula de clases a la hora de transmitir los conocimientos, relacionándolo con su importancia y las prácticas ayudan a fomentar el autocuidado, ya que de esta manera los niños y niñas contarán con una guía y obtendrán aprendizajes respecto a esto, puesto que entran hacer parte vital en esta etapa, con el fin de que sea realizado de modo individualizado a medida que van adquiriendo estas habilidades, la escuela al fomentar la cultura del autocuidado genera en ella espacios para su implementación, en los cuales los docentes son la parte fundamental para brindar un acompañamiento oportuno en cuanto a la orientación de los niños y niñas en el proceso,

tomando un rol de líderes planteándose de forma pedagógica la integración de actividades generando conciencia colectiva, sin olvidar las enfermedades que esto puede acarrear siendo riesgoso para la salud e integridad como lo plantean Sanches, Migarl y Raya (2006):

Actualmente nosotros como docentes pretendemos formar conciencias comunitarias acerca de lo que es el autocuidado de los niños preescolares de edades entre 4 y 6 años, apoyándonos en los padres de familia, alertando a los pequeños de los peligros que están expuestos, e invitando a los compañeros docentes a formar conciencia sobre lo importante que es estar alerta a cualquier cambio de conducta que los infantes manifiesten porque a través de ella nos podemos percatar de alguna situación de peligro por la que esté pasando en ese momento(p.8-9)

El apoyo de los padres de familia, como lo es mencionado, es de gran relevancia, pues, se puede trabajar de manera íntegra en conjunto con los docentes, ya que esto facilitara que se obtenga una práctica habitual del autocuidado de tal forma que al estar inmersos en ellos se garantiza su total cumplimiento atendiendo oportunamente las situaciones que lo requieran.

Además, el propiciar ambientes que faciliten su realización de este modo se vuelven centros de interés en los niños y niñas, comprendiendo por medio de actividades vivenciales, contextualizadas en promoción su bienestar, por medio de la autonomía conociendo de la responsabilidad que se debe tener de sí mismos con acciones estrechamente relacionadas entre sí, ya que son prioritarias y su vez llevadas a cabo cotidianamente por medio de las destrezas obtenidas por su realización rutinariamente, tanto así que se vuelven un estilo de vida para los niños y niñas en cuanto a su bienestar y para sus procesos de socialización con los demás, adicional a ello el ejecutar estas acciones hacen notoria diferencia en ellos, no solo

en lo físico sino también en su salud fortaleciendo su proceso de desarrollo de una manera íntegra.

Relacionar esto en cuanto a las prácticas educativas es de gran relevancia, el autocuidado en los niños y niñas es una parte esencial a la que se le aportan diversos conocimientos con el fin de que estos sean reflejados y a su vez puestos en práctica con los padres de familia contando con un acompañamiento continuo. Los niños y niñas se encuentran en un proceso estrechamente relacionado entre la escuela y el hogar, además el hecho de sacar un máximo provecho de su curiosidad y del interés con el que cuentan al aprender de diversas técnicas o habilidades nuevas, complementando que esto los va a ser conocedores de las enfermedades o aspectos de salud los cuales pueden prevenir por medio de estas acciones a implementar haciéndolos de manera amena, participativa y dinámica. (Torres, Ordóñez y Vázquez, 2014, como se citó García y Fernández, 2020, p.14).

2.1.2 Estrategias

Aplicar estrategias didácticas en la primera infancia permiten desarrollar la autonomía y a contar con una educación integral, puesto que cuando el niño o niña adquiere conocimientos, aprendizajes y competencias las van transformando en habilidades, contando con las herramientas necesarias para ello. Es importante resaltar que estas dan respuesta y facilitan el pensamiento dinámico y creativo haciendo efectivo el proceso de enseñanza-aprendizaje evitando las desmotivación y desconcentración, permitiendo de esta manera dar el toque o esencia de realizar algo diferente a la hora de enseñar.

Las estrategias son herramientas que cumplen una gran función tanto para el docente como para los estudiantes favoreciendo el proporcionar conocimientos propuestos para la

comprensión de los educandos, facilitando así el aprendizaje y enseñanza, como menciona

Flores, Ávila, Rojas, Sáez, Acosta, Díaz. (2017):

En el proceso de organización para la enseñanza, las estrategias didácticas son herramientas útiles que ayudan al docente a comunicar los contenidos y hacerlos más asequibles a la comprensión del estudiante. Una estrategia didáctica no es valiosa en sí misma; su valor está en facilitar el aprendizaje de los estudiantes y en generar ambientes más gratos y propicios para la formación.

Esto quiere decir, que estas acciones y actividades son herramientas implementadas por el docente para que sus estudiantes aprendan de una mejor manera, facilitando espacios diferentes, saliendo de lo tradicional y de su zona de confort con los distintos aportes que esta puede brindar para la variedad de conocimientos. Así mismo es esencial recordar que cumplen un propósito fundamental, el de dar respuestas a unas necesidades específicas que favorezcan los distintos procesos de enseñanza y aprendizaje.

Por consiguiente, permiten llevar un aprendizaje por medio de experiencias que contribuyan a un objetivo que va desde la enseñanza para la construcción de un conocimiento reflexivo que permitan explorar diferentes aspectos como se menciona a continuación: ‘Las estrategias, que no son otra cosa que acciones reflexionadas a través de nuestra experiencia, deben explorar más en la actividad mental y social del estudiante, de acuerdo a parámetros de eficiencia, oportunidad, complejidad cognoscitiva, contexto, motivación, actitud y resolución.’ (Montes, Bañaes, Mejía, 2018) Dejando claro que esto nos ayuda a pensar y reflexionar sobre nuestras vivencias, teniendo presente unos parámetros de medición para el proceso de la toma de decisiones.

Esta herramienta es de gran utilidad para los docentes en el aula de clases ya que a la hora de desarrollar actividades permite ir más allá y a salir de lo tradicional si es planteada de una manera adecuada. Por otra parte, como menciona Frola y Velásquez (2011):

El maestro trabaja en el salón con un grupo de educandos y su labor profesional como mediador se realiza con todo el grupo y con los equipos que se constituyan en el mismo. A veces esos equipos son informales en otras oportunidades formales, pero siempre en dependencia de las funciones que se cumplimentan y las estrategias didácticas que se emplean para el logro de los objetivos educativos planteados. (p.56)

Con lo anteriormente mencionado se puede concluir que en cualquier momento que sea necesario se puede complementar el uso de las estrategias didácticas ya que se presentan diferentes equipos de trabajo y también orientar hacia el trabajo individual o en equipo con un adecuado acompañamiento logrando los objetivos propuestos.

Es fundamental hacer énfasis también en el papel o rol tan importante que cumplen los docentes por medio de las diferentes estrategias que pueden implementar para impartir su conocimiento a los educando, puesto que como se menciona a continuación Montes, González y Mejía (2018) ‘El papel del docente en el entorno del diseño y aplicación de estrategias, le implica un replanteamiento radical de los procesos de enseñanza-aprendizaje y un análisis general de todo aquello que interviene en su práctica ‘. El hecho de ejecutar estrategias conlleva a reconsiderar constantemente de las mismas, puesto que por medio de ellas, se facilita el poder evaluar estos procesos y transformarlos de una manera favorable y enriquecedora.

2.2 Marco Legal

Es esencial tener presente lo relacionado con el autocuidado, las prácticas de higiene de los niños y niñas cuentan también con un marco legal que incluyen leyes, decretos, normas, entre otras que lo soporta, con la finalidad de que estos sean llevados a cabo una manera adecuada, partiendo de los aportes desde la educación en los cuales se busca el incluir en ellos de una manera constante el acompañamiento tanto de los docente como de los padres de familia y cuidadores para un desarrollo y formación de manera íntegra.

Con lo anteriormente mencionado, se tiene presente el código de infancia y adolescencia, ley 1098 de 2006, en el artículo 39, en el cual se hace mención sobre las obligaciones de la familia quien es una de las encargadas de garantizar los derechos de los niños y niñas haciendo mención en ella sobre aspectos fundamentales como lo es el cuidado, la higiene personal en el punto 5 “Proporcionarles las condiciones necesarias para que alcancen una nutrición y una salud adecuadas, que les permita un óptimo desarrollo físico, psicomotor, mental, intelectual, emocional y afectivo y educarlos en la salud preventiva y en la higiene” (Instituto Colombiano de Bienestar Familiar [ICBF], 2020).

Siendo esencial fomentarlo desde la educación como es mencionado, apoyando estos procesos con la finalidad de lograr unas adecuadas prácticas de la misma con un apoyo y acompañamiento constante entre familia escuela y sociedad.

Del mismo modo, en conformidad con la ley 2120 del 30 de julio del 2021 "Por medio de la cual se adoptan medidas para fomentar entornos alimentarios saludables y prevenir enfermedades no transmisibles y se adoptan otras disposiciones" en el artículo 13 en el cual se hace mención a los hábitos de vida saludable para los niños y niñas, en se destaca como entidades como el ICBF y MEN, apoyan estos programadas desde las entidades

educativas, aportando así en estos procesos fundamentales para los niños y niñas en sus jornadas escolares, como es mencionado en el Parágrafo 2°.

Atendiendo a los lineamientos u orientaciones que expida el Ministerio de Educación y el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar -ICBF, las entidades públicas o privadas que tengan a su cargo la atención a la primera infancia, implementarán estrategias de promoción de hábitos de vida saludable y juego activo en los distintos programas a cargo. (Constitución Política de Colombia 1991)

Del mismo modo, en la ley 2120 del 30 de julio del 2021 mencionada anteriormente, en el artículo 3 habla acerca de las definiciones entre ellas de los Hábitos y estilos de vida saludables: “corresponde a los índices corporales adecuados (masa corporal, grasa, entre otros), la actividad física adecuada, la buena higiene personal y un ambiente limpio que influye en la salud humana.” (Constitución Política de Colombia 1991).

Como es mencionado, se hace énfasis en una buena higiene personal para los niños y niñas en la importancia y relevancia de estos hábitos, tiene relación también con la actividad física y contar con un ambiente limpio debido a que esto influye en muchos aspectos en la vida del ser humano. También eso cuenta con unos índices que son de total importancia para la salud por eso se debe de llevar a cabo desde pequeños y ser enseñado principalmente desde la escuela y el hogar, contando con prácticas de autocuidado para una vida saludable y así evitar posibles enfermedades teniendo cuidados y protección, aportando así desde la educación con un acompañamiento y supervisión por parte del docente.

Adicional a lo anterior se tiene en cuenta también la ley 115 del 8 de febrero de 1994 por medio de la cual se expide la ley general de la educación, haciendo énfasis en el artículo 5 sobre los fines de la educación estando en relación con el artículo 67 de la Constitución

Política de Colombia la cual prioriza una serie de fines esenciales como lo es el número 12 mencionado en el la importancia de la formación además de la prevención de aspectos como lo es la higiene de los niños y niñas esto estando integrado desde la educación en las instituciones educativas por medio de actividades como lo puede ser la educación física incluyendo en ella diversos deportes, la recreación y haciendo uso de los tiempo libres para así implementar estrategias por medio de las cuales se brindan diversos conocimientos frente a temas importantes como en este caso es mencionado en autocuidado desde la higiene personal.

Capítulo III

3.1 Metodología

La metodología se convirtió en una parte clave para llevar a cabo este proyecto, puesto que con ayuda de ella se dio la base fundamental para comenzar con su realización y así proponer una solución acorde a la necesidad que se presentó, conociendo e identificando aquellos métodos utilizados, además, de qué manera se enfocó, como lo fue en este caso lo cualitativo, sin dejar de un lado, que este se encontró estrechamente relacionado con un diseño de investigación de participación- acción, permitiendo llegar a un proceso de reflexión constante, desde lo vivido frente a las prácticas de autocuidado personal.

3.1.1 Enfoque

Para llevar a cabo el desarrollo de este proyecto se realizó bajo un enfoque cualitativo descriptivo, teniendo presente la gran relevancia que tiene para la recopilación de información, puesto que se destacan diversos aspectos como; obtener de una manera detallada diversos tipos de aspectos de gran utilidad, teniendo presente que es desde lo vivencial, las experiencias, como lo afirma Watson y Gegeo (1982)

Señala que la investigación cualitativa consiste en descripciones detalladas de situaciones, eventos, personas, interacciones y comportamientos que son observables.

Además, incorpora lo que los participantes dicen, sus experiencias, actitudes, creencias, pensamientos y reflexiones, tal y como son expresadas por ellos mismos.

(como se citó en Merlo, 2018, p.28)

De tal manera que datos y la información a recolectar durante la misma es por medio del reconocimiento de aquellas dificultades y las necesidades evidenciadas en relación al autocuidado en la institución educativa Manuel Antonio Sanclemente, sede Cristóbal Colón, ubicada en el corregimiento de Guadalejo, en la cual se llevó cabo la implementación de diversas estrategias metodológicas con relación a las prácticas adecuadas del autocuidado además de tener en cuenta a padres de familia por medio de encuestas y así permitir también la evaluación de estos procesos de aplicación de las estrategias.

3.1.2 Diseño

En relación al diseño de la investigación se tuvo presente un tipo de investigación de campo desde una investigación - acción, ya que esta cuenta con grandes beneficios como lo son el hecho de una reflexión desde las acciones vividas, comprendiendo así de una mejor manera las diversas situaciones, con el propósito de realizar modificaciones como lo menciona Elliott (1993).

Define la investigación-acción como «un estudio de una situación social con el fin de mejorar la calidad de la acción dentro de la misma». La entiende como una reflexión sobre las acciones humanas y las situaciones sociales vividas por el profesorado que tiene como objetivo ampliar la comprensión (diagnóstico) de los docentes de sus problemas prácticos. Las acciones van encaminadas a modificar la situación una vez que se logre una comprensión más profunda de los problemas (como se citó en Latorre ,2005, p.24)

Debido a que se llevó a cabo trabajando desde la acción, con una intervención constante de una manera colaborativa con las partes involucradas, con el seguimiento y acompañamiento oportuno de todo el proceso planteado, de una forma flexible en el cual también cabe resaltar que se realizaron los ajustes y cambios que fueron necesarios y pertinentes.

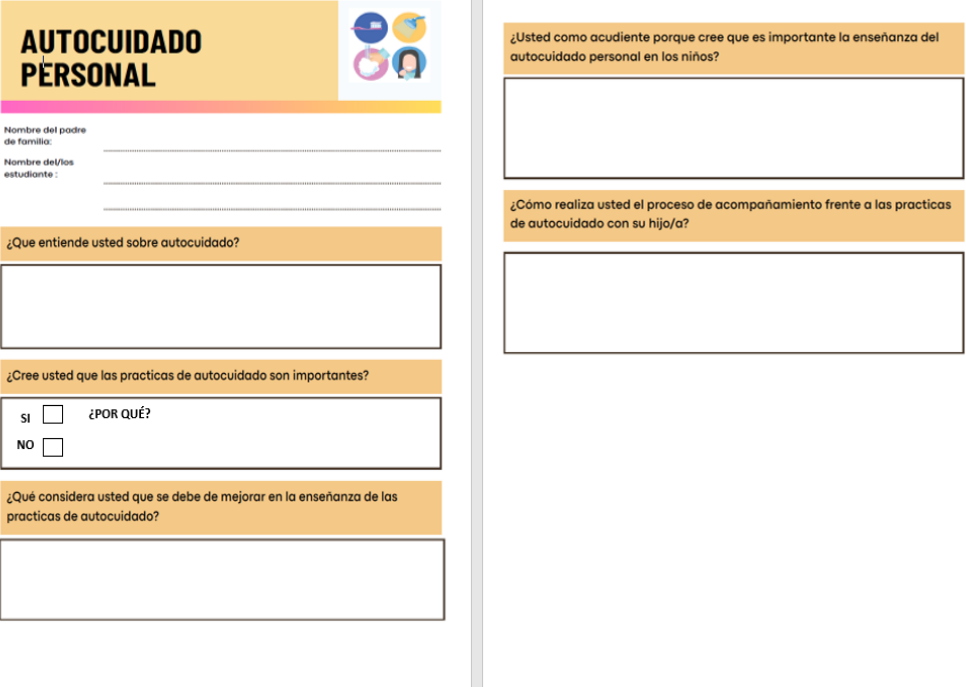
3.1.3 Fases

Actualmente las fases son conocidas como la clave principal de un proyecto, puesto que, son muy útiles para manejar una organización adecuada, representando el paso a paso que se plantea desarrollar desde el comienzo hasta el final, permitiendo ser un proyecto preciso de manera estratégica y organizada.

Con el permiso y autorización de la institución y del docente a cargo de la población a trabajar con los niños y niñas de los 4 a los 6 años de la Institución Educativa Manuel Antonio Sanclemente sede Cristóbal Colón, ubicada en Buga- Valle, se procederá también al diligenciamiento de los consentimientos informados por parte de los padres, madres de familia y acudientes, con los cuales se busca llevar a cabo la investigación descrita por medio de 4 fases:

Una vez ya realizadas las observaciones del formato anterior, se dio paso al desarrollo y diligenciamiento de encuestas para padres, madres o cuidadores, la cual constaba de cinco preguntas abiertas basadas sobre el autocuidado personal, evidenciadas en el siguiente formato:

Figura 2. Formato encuesta de autocuidado.



AUTOCUIDADO PERSONAL

Nombre del padre de familia: _____

Nombre de/los estudiante: _____

¿Que entiende usted sobre autocuidado?

¿Cree usted que las practicas de autocuidado son importantes?

SI ¿POR QUÉ?

NO

¿Qué considera usted que se debe de mejorar en la enseñanza de las practicas de autocuidado?

¿Usted como acudiente porque cree que es importante la enseñanza del autocuidado personal en los niños?

¿Cómo realiza usted el proceso de acompañamiento frente a las practicas de autocuidado con su hijo/a?

Fuente: Elaboración propia (2022).

Estas con la finalidad de identificar los conocimientos previos con los que contaban, respecto a este tema, para así recoger información que nos permite saber cómo realizan este tema desde el hogar.

Fase 2: Con la información anterior se llevó a cabo el diseño de estrategias didácticas, la primera de ellas tiene por nombre “Descubriendo como Cuidarme” esta contó con tres momentos inicio, desarrollo y cierre. Realizado mediante la temática de la búsqueda de un tesoro que contenía ilustraciones donde se evidenciaban acciones referentes al autocuidado personal, como cepillarse los dientes, peinarse, bañarse, lavado de manos, entre otras, las cuales mediante el ejercicio de la mímica debían de realizar ante sus compañeros; cerrando

así con un juego en el que siguieron ciertas indicaciones dadas por las estudiantes a cargo y el que se equivocara le correspondería una preguntas entorno al autocuidado personal.

Dando paso, al diseño de la segunda estrategia, “Tu Cuerpo un Tesoro que debes de Cuidar” estuvo compuesta por diversos stands referentes al autocuidado personal, entre ellos se encontraba: el stand del salón de belleza, del baño, de la alimentación y stand de la gimnasia; contaron con una debida ornamentación en relación a los ambientes que se querían recrear, con la finalidad de llevar a cabo las distintas acciones de la vida cotidiana respecto al autocuidado personal. Finalizando con un espacio destinado para el dialogo, por medio de preguntas y respuestas de lo aprendido del tema abordado.

Fase 3: Posteriormente, se pasó a la implementación de las estrategias anteriormente diseñadas que permitieron tener un mejoramiento frente las prácticas de autocuidado personal en los niños y niñas, de una manera adecuada, con una supervisión y acompañamiento constante.

Como primer momento, se realizó una pregunta abierta frente al autocuidado personal, con la finalidad de recoger el conocimiento previo de los niños y niñas frente a este tema, esto dio paso a una explicación profunda respecto al mismo, haciendo uso de videos, diapositivas, carteles y el tablero.

Una vez realizado lo anterior se prosigió a realizar un juego lúdico que incluía la búsqueda de un tesoro el cual contaba con aspectos relacionados al autocuidado personal, para llegar a él debían de realizar una serie de obstáculos.

Otra de las estrategias implementadas era los stands, el cual consta de diversos ambientes donde se desarrollaron actividades en relación a: el cuidado del cabello, las uñas, la cara, la piel, el vestir, del mismo modo el baño donde se da a conocer: el lavado de manos y el cuerpo, aseo de los dientes, y por consiguiente otro espacio destinado a la alimentación y

el ejercicio desarrollando en ellos acciones de la vida cotidiana. Cerrando con un espacio de dialogo en el se permitió escuchar y conocer los conocimientos y aprendizajes obtenidos.

Fase 4: Para la evaluación de los resultados obtenidos se llevó a cabo el desarrollando de un análisis, para el cual se tuvo en cuenta el formato de observación, las encuestas para padres, madres o acudientes de los niños y niñas, además de los ocho diarios de campo en donde se encuentra plasmado lo evidenciado con la implementación de las estrategias diseñadas.

Este análisis se realizó de una manera detallada teniendo presente los fundamentos teóricos que soportan lo mencionado a lo largo del mismo, haciendo énfasis en el como se inicio el proceso y lo alcanzado con la implantación del proyecto.

3.2 Instrumentos

En cuanto al instrumento es un mecanismo o herramienta que permite recolectar información y datos importantes para llevar a desarrollar un proyecto, su función principal es construir datos directamente hacia la población a trabajar que se quieren conocer e identificar.

Por ende, a lo largo de este proyecto se trabajó con la realización de encuestas, logrando recopilar información de una manera precisa y detallada, sobre los diversos puntos a tener en cuenta, como es mencionado por Briones (1987):

La encuesta es una técnica que encierra un conjunto de recursos destinados a recoger, proponer y analizar informaciones que se dan en unidades y en personas de un colectivo determinado... para lo cual hace uso de un cuestionario u otro tipo de instrumento. (como se citó en Moreno, 2005, p.)

Gracias a esto se confirmó que la realización de encuestas permite recopilar información, conocer opciones, actitudes e ideas con la que cuentan los padres, madres o acudientes, que son de suma importancia para abarcar e ir más a fondo.

Cabe resaltar que esta estrategia para recopilar información fue planteada principalmente para todos los padres, madres de familia o acudientes responsables de los niños y niñas entre los 4 y 6 años de la Institución Educativa Manuel Antonio Sanclemente, sede Cristóbal Colón, en el corregimiento de Guadualejo.

Las encuestas contaron con una serie de preguntas frente al tema principal que es el autocuidado personal y de igual manera, con un campo de observación para conocer las opiniones de cada una de las personas y así poder actuar de la mejor manera, teniendo como punto de partida estos conocimientos previos.

Con ello, se pudo recopilar la información necesaria permitiendo identificar, obtener y conocer los diversos aspectos y necesidades con las que cuenta cada uno y de igual manera, lo que pueden brindar los participantes, indagando más a fondo para comprender la situación y otorgar las posibles soluciones.

Por otra parte, se tiene presente la utilización de un formato de observación no participe como herramienta para reconocer las necesidades en el ámbito escolar, respecto a las prácticas de autocuidado personal en los niños y niñas de 4 a 6 años; en acciones tales como: el adecuado lavado de manos, la alimentación, presentación personal, entre otros, con el objetivo de recopilar información de forma voluntaria como lo menciona (Ketele, 1984) “Observar es un proceso que requiere atención voluntaria e inteligente, orientada por un objetivo terminal y organizador, y dirigido hacia un objeto con el fin de obtener información.” (como se citó en Herrero 1997, p.2) Reconociendo así, lo significativo que es el formato la observación como instrumento debido a que aporta y ofrece una amplia

perspectiva en relación a las situaciones que se evidenciaron y fueron pieza clave para identificar una necesidad a la cual se planteó dar una solución.

Por consiguiente, también está la planeación pedagógica, la cual cumplió un rol fundamental para la construcción de las estrategias donde el docente logra plasma los recursos necesarios para la construcción pertinente a la necesidad que se evidenció de una manera flexible con el fin de dar respuesta al objetivo planteado como se menciona en el Gobierno de Colombia Mineducaión (2018)

La planeación pedagógica es un ejercicio de construcción continua, permanente y flexible que les permite a los agentes educativos comunitarios, dinamizadores y profesionales en pedagogía organizar su práctica pedagógica, proyectar, diseñar y estructurar procesos, experiencias y materiales, con el fin de promover el crecer bien, los desarrollos y aprendizajes de las niñas, los niños.

Con lo anterior, es importante hacer énfasis en que esta permite el diseñar aspectos que ofrezcan grandes beneficios, como lo es el promover el desarrollo de una manera íntegra permitiendo así que los niños y niñas lleven a cabo actividades, teniendo experiencias significativas las cuales ofrecen una solución oportuna.

Para finalizar con los instrumentos utilizados a lo largo de este trabajo, está el diario de campo, el cual se convirtió en pieza clave para evaluar los resultados obtenidos, puesto que permitió comprender el por qué, como, cuando, donde, además, de aquellos elementos y aspectos detallados desde las experiencias realizada, recopilando información de los distintos procesos como lo afirman Alzate, T. Puerta, A.M. Morales, R.M. (2008)

El diario de campo es un útil en el que el estudiante hace evidencia de lo que aprende y de lo que aún le queda pendiente por aprender. El conocimiento que apropia puede ser de tipo declarativo o teórico, y aquel proveniente de la práctica, de la cotidianidad, del contacto con el entorno y de la confluencia de estas.

Para terminar, se necesita del analizar y reflexionar cada detalle del espacio a trabajar, ya que de esta manera recibimos información necesaria y detallada para abarcar más a fondo lo observado frente a las vivencias. Asimismo, Zavala (2002) afirma que “El análisis de la práctica docente debe ejecutarse a través de los acontecimientos que resultan de la interacción maestro-estudiantes y estudiantes-estudiantes.” (Como se citó en Ortiz, 2020, p.5) Es importante, tener presente este instrumento para el desarrollo de la práctica docente ya que de esta manera permite abarcar todo el proceso realizado y a evaluar los resultados obtenidos, permitiendo tener en cuenta lo que sucede durante la ejecución de las estrategias como fue llevada a cabo.

Con lo mencionado, se afirma que, este es un apoyo fundamental para retroalimentar el proceso de enseñanza y aprendizaje de los niños y niñas de una manera constante y favorecedora haciendo énfasis principalmente: en aquellos puntos que necesitan refuerzo y de igual manera aspectos alcanzados como se evidencia a lo largo del trabajo.

3.3 Población

A continuación, en esta parte del trabajo se dará a conocer la población con la cual se llevó a cabo todo el proyecto, perteneciente a la ciudad de Guadalajara de Buga, se encuentran ubicados en una vereda llamada Guadualejo. Son un total de 13 niños asistente a la Institución Educativa Manuel Antonio Sanclemente, de los que 8 niños y 5 son niñas que oscilan entre los 4 y 6 años, quienes se encuentran en un estrato socioeconómico entre 1 y 2, de ellos en su mayoría son estrato 1, sin dejar de un lado que algunos forman parte de la zona rural.

Los principales cuidadores de los niños y niñas son sus abuelos y en un segundo cargo están sus padres debido a que comienzan a trabajar desde muy tempranas horas de la mañana

y terminan en horas de la noche; dedicándose a la construcción, son areneros, mayordomos, amas de casa, trabajan en casas de familia, entre otras.

Estas familias son conformadas por padres, hermanos y sus abuelos; también se evidencian niños y niñas los cuales viven con su madre o padre y su padrastro o madrastra, de este modo, se observa como cuentan con una tipología familiar que está estructurada entre la categoría nuclear, extensas, disfuncional, reconstruidas y monoparental. Resaltando el hecho que dentro de estas familias mencionadas anteriormente se encuentran niños y niñas con nacionalidad venezolana pertenecientes a la institución educativa.

Por otra parte, es importante mencionar que esta población con la cual se trabajó no cuenta con sectores los cuales les propicien ayuda o un apoyo adecuado en relación con las herramientas e instrumentos que son necesarios para ellos, destacando así el hecho de que el docente a cargo por su voluntad, es quien se encarga de realizar las gestiones para lograr conseguir ayudas por parte de empresas ubicadas en la ciudad de Guadalajara de Buga.

Capítulo IV

4.1 Análisis de resultados

En este espacio se describe el análisis de los objetivos trazados a lo largo de este documento, como soporte para obtener una serie de resultados que se encuentran especificados con paso a paso desde un proceso inicial donde se observaron diferentes necesidades a trabajar, dando respuesta al proceso de observación, acción y participación activa, mediante un acompañamiento oportuno. Con esto en mente, permitió construir y recopilando una serie de resultados con la aplicación de las estrategias planteadas anteriormente, que se convirtieron en un éxito, alcanzando así los objetivos propuestos

Dentro de este contexto, es importante comenzar con el primer objetivo, que nos habla sobre **“Identificar las dificultades y necesidades en relación a las prácticas de**

autocuidado en los niños y niñas de la institución educativa Manuel Antonio

Sanclemente, sede Cristóbal Colón, Buga-Valle”; para esto fue necesario comenzar con un formato de observación el cual contenía aspectos a tener en cuenta tales como: el lavado constante de manos, uso de jabón, uso de toalla al terminar, presentación de su cabello, las acciones y su tipo de alimentación, su presentación personal teniendo en cuenta lo relacionado con el uniformes, medias y zapatos, además si piden ayuda cuando lo necesitan y permiten que lo hagan teniendo en cuenta la negación cuando es necesario y el manejo límites. Cabe señalar que estos puntos son muy importantes, debido a que están estrechamente relacionados con las prácticas de autocuidado personal de los niños y niñas, siendo necesario que sean realizados y enseñados desde edad temprana; estos puntos se desarrollaron por medio del siguiente formato:

Anexo 1: Formato de observación

Durante el trabajo de observación se pudo apreciar que gran parte de los niños y niñas no contaban con un lavado de manos constante, puesto que al momento de dirigirse a consumir los alimentos el docente les dio la indicación para que fueran a realizar la acción; identificando que algunos no lo realizaron y aquellos que lo hicieron lo desarrollaron rápidamente sin utilizar jabón ni toalla.

Los niños y niñas querían dirigirse rápidamente a consumir sus alimentos, los cuales son brindados en la misma institución, estos son consumidos por algunos de los estudiantes en su totalidad, otros no logran terminarlos, aunque cabe mencionar que algunos, además de esos alimentos, esperan a que pase por el colegio una panadería móvil para dirigirse a comprar allí. Este espacio destinado a la alimentación, lo llevan a cabo rápidamente, puesto que después de comer es el tiempo para su receso.

Por otra parte, lo observado sobre su presentación personal en relación al uso adecuado del uniforme de la institución, se pudo evidenciar que gran parte de los niños y

niños no portan correctamente el uniforme, un ejemplo de ello es que utilizan la sudadera de educación física con la camisa y zapatos del uniforme de diario. Sin dejar de un lado la presentación de su cabello puesto que en relación a las niñas en algunas ocasiones no lo llevan de una manera adecuada.

Se puede decir que las prácticas de autocuidado son acciones que deben ser llevadas a cabo de una manera consciente, puesto que de estas depende no solo la apariencia física, sino también, el bienestar, la autoestima y la salud, como es planteado anteriormente en el marco teórico por Olivella, Bastidas, Lombo y Soto (2020).

Desde este primer análisis el autocuidado, debe significarse como un concepto que comprende la práctica reflexiva que permite el reconocerse como sujeto vulnerable e involucra una práctica educativa para la salud que permite aprender para ocuparse de sí mismos y de los otros. (p.51)

Es fundamental que los niños y niñas conozcan la importancia, los beneficios y todo aquello que involucra las prácticas de autocuidado personal, mencionando aspectos que requieren una práctica reflexiva la cual debe ser realizada de una manera consciente, un ejemplo de ello, es el adecuado lavado de manos utilizando jabón, antes y después de comer, donde se requiere de la educación, formación, guía y aprendizaje sobre este tema, para que de esta manera logren tener el conocimiento y la capacidad de formar personas responsables en relación al cuidado de sí mismo desde una edad temprana.

Tomando como punto de partida, mencionar el acompañamiento que se les puede brindar en el aula de clases, a la hora de transmitir los conocimientos, ayuda a fomentar el autocuidado, de esta manera los niños y niñas contarán con una guía y obtendrán aprendizajes, ampliando sus conocimientos y lo renovarían respecto a esto. Siendo algo de total importancia para la etapa en que se encuentran.

La escuela al fomentar la cultura del autocuidado genera en ella espacios para su implementación, donde el docente y el padre de familia son esenciales para brindar un acompañamiento oportuno y orientándolos en este proceso, tomando el rol de líderes, planteándose de forma pedagógica la integración de actividades que generen conciencia, sin olvidar las enfermedades que esto puede traer consigo, y los riesgos para la salud e integridad. Con base a lo mencionado es importante ampliar el conocimiento frente a esto y se apoya mediante lo que menciona Vega y Camacho (2019):

El aprendizaje que se tiene en la vida escolar y cotidiana, ha sido adquirido por diferentes medios y estrategias de enseñanza. Cada día se experimentan los sucesos de manera diferente en su interacción y de cierta manera el conocimiento se va ampliando y renovando. En la orientación dinámica con el medio, el desarrollo de comportamientos se ha ido estableciendo por diferentes modelos de enseñanza, algunos organizados inclusive por una teoría formal del aprendizaje, pero otros por el sentido común que se sigue. (p.19)

Con esto en mente, estas prácticas de autocuidado se obtienen por medio de la escuela y la vida cotidiana como ya se hizo notar anteriormente, resaltando que trabajar de manera íntegra facilita que se obtenga una práctica habitual del autocuidado, que al estar inmersos en ellos se garantiza su total cumplimiento, atendiendo oportunamente las situaciones que lo requieran.

Además el propiciar ambientes que faciliten su desarrollo, se vuelven centros de interés por medio de actividades vivenciales contextualizadas en pro de su bienestar mediante la enseñanza de la autonomía, la responsabilidad que se debe tener de sí mismos, las acciones y las rutinas que se vuelven un estilo de vida saludable, adicional a ello, sus acciones hacen notoria diferencia en ellos, no solo en lo físico, sino también, en su salud, fortaleciendo su proceso de desarrollo de una manera íntegra.

Adicional al formato de observación anterior, para llevar a cabo este primer objetivo se realizó también una encuesta para los padres, madres de familia o acudiente de los niños y niñas con la finalidad de identificar aquellos conocimientos previos que tenían en su entorno familiar relacionados al autocuidado personal, lo que significaba, la importancia y como ellos ejecutaban este proceso con sus hijos; de tal manera que los datos sirvieran como base para ampliar, reforzar o brindar saberes desde la práctica de estos, llevándolos a vivir experiencias significativas y favorables para así ofrecer las bases para construir sus propios conocimientos desde lo evidenciado. Motivo por el cual se les envió una encuesta la cual constaba de cinco preguntas que dieron respuestas de la siguiente manera:

Anexo 2: Encuesta a padres de familia, Autocuidado Personal

1. ¿Qué entiende usted sobre el autocuidado?

P1. Mantenerlos limpios en todas las etapas de su crecimiento.

P2. Cuidarlos en todo

P3. Protección en todo

P4. Es cuidar de su cuerpo no permitir que nadie les toque las partes íntimas no callar y denunciar es mantener un buen aseo personal

P5. Cuidar de nuestro cuerpo en todos los momentos

P6. Cuidar uno mismo tanto físicamente como internamente.

P7. El cuidado requiere que las personas asuman su responsabilidad en el cuidado de su salud y las consecuencias de las acciones que realizan.

2. ¿Cree usted que las prácticas de autocuidado son importantes? ¿por qué?

P1. Si, prevenimos de contraer enfermedades

P2. Si, mejora la persona

P3. Si, ayuda a que estén bien

P4. Si, nos enseña a cuidar nuestro cuerpo y dar una limpieza personal diaria

- P5. Si, mejora la salud
- P6. Si
- P7. Si, así tiene una mejor calidad de vida y una mente sana y un cuerpo sano
3. ¿Qué considera usted que se debe de mejorar en la enseñanza de las prácticas del autocuidado?
- P1. Con educación y charla para los padres y niños
- P2. Con capacitaciones
- P3. Si como cuidados y enseñanzas a los padres
- P4.
- P5. Más frecuencia en enseñanza
- P6.
- P7. Mantener una mente siempre hiniesta acerca de tus sentimientos
4. ¿Usted como acudiente porque cree que es importante la enseñanza del autocuidado personal en los niños?
- P1. Mejora todo
- P2. Si porque ayuda a su crecimiento
- P3. Ayuda a que ellos mejoren
- P4. Porque ahora se ve mucho la violencia sexual en los niños y niñas mucho maltrato y hay que hablarles y enseñarle a cuerpo de que no los toquen y tengan una limpieza diaria y observan cambios en los niños una buena alimentación buenos ejemplos y una buena crianza.
- P5. Cuidar de ellos en casa y en la calle
- P6.
- P7. Es importante enseñarlo a que mantenga una estrategia para prevenir y promover conductas saludables de su propio cuidado.

5. ¿Cómo realiza usted el proceso de acompañamiento frente a las prácticas de autocuidado con su hijo/a?

P1. Brindando buenos hábitos de aseo en la casa.

P2. En casa todos los días

P3. En casa y en la calle

P4. Les enseño a ser cultos y a saber vestirse el respecto hacia los demás y que se

hagan respetar una sana alimentación mucho amor y valores

P5. Con ase con buena alimentación ayudando todo el tiempo

P6.

P7. Como parte del proceso de crianza que se le hace a nuestros hijos.

Con las respuestas obtenidas anteriormente por parte de los padres, madres de familia y de sus cuidadores, es importante hacer énfasis en cómo desde una manera cualitativa se logra evidenciar que en la mayoría de los casos desde casa hay muchos vacíos en relación a la enseñanza del autocuidado y la importancia que tiene el hecho de comenzar este proceso de educar desde el hogar, como es mencionado por Lledó (2009) “el hombre no es otra cosa sino lo que la educación hace de él” (como se citó en Melo y Trujillo, 2017, p.36). Además, es importante partir desde casa a propiciar estos saberes y conocimientos los cuales son fundamentales en los niños y niñas, puesto que son aprendizajes que no son solo del momento, si no para vida, adquiridos de una manera rutinaria y por consiguiente desde la práctica y las experiencias.

De este modo es importante resaltar el hecho de trabajar de la mano entre familia, escuela y sociedad, ya que brindar conocimientos y aprendizaje no solo debe ser por parte de la escuela, sino, que es un proceso que se debe realizar de una manera colaborativa construyendo así una cercanía para alcanzar juntos un aprendizaje significativo, como lo afirman Carcamo y Mora (2020):

Familia y Escuela son y, seguirán siendo, dos instituciones vitales para el desarrollo humano, por tanto, su interconexión y sus vínculos pueden colaborar al pleno cumplimiento de las fuerzas dirigidas a la potenciación de los talentos, como también podría alterar irremediablemente el desarrollo las capacidades y recursos presentes en los individuos (p.113)

Teniendo claro que se encuentran estrechamente involucrados trabajar entre familia y escuela, se resalta que lo realizado para la recolección de los datos necesarios, en un inicio fue un proceso complejo, puesto que los padres de familia no se relacionaban con las actividades de la institución, lo cual implicó insistir, en un primer momento para la realización de las encuestas y, así, tener cercanía y conocer un poco más de los diferentes contextos en los cuales se encuentran los niño y niñas de la institución, mencionando que los padres y madres de familia al ver como sus hijos llegan motivados con las actividades se fueron involucrando paulatinamente de una manera favorable y significativa. Asimismo, como plantea Alfonso, Amat, Ángelo, Díez, Escaño, Escayola, Fernández, Gil, Huguet, Intxausti, Martorell, Medina, Mestres, Notó, Oller, Parella, Pedreira, Dolors, Rubio, Sitja, Subirá, Terrón, Trilla y Vila. (2003) afirmando que “La realización de tareas conjuntas padres y maestros como talleres de confección de materiales, fiestas o discusiones sobre el desarrollo infantil, abre también la puerta a nuevas formas de relacionarse la familia y la escuela que acostumbran ser enormemente productivas.” (p.36)

Para concluir un poco frente a este tema, la participación de los padres, madres o acudientes es fundamental para la etapa de desarrollo en la que se encuentra los niños y niñas ya que ellos cumplen un papel muy importante y son la base para que cuenten con una educación eficaz, teniendo presente que el docente también hace parte de este proceso, ellos son la guía principal para brindar los nuevos saberes y experiencias.

Respecto al segundo objetivo específicos **“Diseñar estrategias didácticas para dar respuesta a las necesidades de los niños y niñas en relación a las prácticas de autocuidado personal”** se plantearon una serie de estrategias teniendo como base las necesidades evidenciadas, donde se le dio prioridad al formato de observación durante la jornada escolar, sin dejar de un lado los resultados obtenidos con ayuda de las encuestas que fueron realizadas a los padres, madres de familia y acudientes.

Se diseñan así dos estrategias didácticas la primera de ellas corresponde a **“Descubriendo Cómo Cuidarme”** y la segunda **“Tu cuerpo, un tesoro que debes de cuidar”** estas actividades fueron diseñadas con el propósito de implementar estrategias en relación al autocuidado personal que brindan aprendizajes significativos a través de las experiencias y vivencias con los niños y niñas de la Institución Educativa Manuel Antonio Sanclemente, sede Cristóbal Colón, lo que favoreció enriquecer el proceso en formación en la que se encuentran, llevándolo a la práctica en su día a día, brindando grandes beneficios tanto para el docente, como para los estudiantes como lo afirman Flores, Ávila, Rojas, Sáez, Acosta, Díaz. (2017):

En el proceso de organización para la enseñanza, las estrategias son herramientas útiles que ayudan al docente a comunicar los contenidos y hacerlos más asequibles a la comprensión del estudiante. Una estrategia didáctica no es valiosa en sí misma; su valor está en facilitar el aprendizaje de los estudiantes y en generar ambientes más gratos y propicios para la formación.

Haciendo referencia a lo fundamental que es la implementación de estrategias como recurso de aprendizaje, permitiendo que los estudiantes cuenten con conocimientos enriquecedores de una manera consciente y reflexiva alcanzando los objetivos propuestos y como se menciona anteriormente, haciéndolos asequibles para su comprensión.

Es así como se quiere llegar a que cada niño sea responsable de su propio bienestar, pero en la etapa que se encuentran es valioso contar con el acompañamiento de los padres de familia o encargado, ya que es un tema que se debe de trabajar tanto en el hogar como en la escuela hasta llegar a un proceso de independencia. A continuación, como menciona Vega y Camacho (2019):

Los niños a esta edad pueden ser más conscientes y responsables de sus propias necesidades, pero aún necesitan de la cercana compañía de los padres en todo momento. El niño podrá entrar con éxito a la adolescencia si ha tenido completo el desarrollo de habilidades de autocuidado en compañía de las reglas y entendiendo lo que sucede si no se cumplen, es por ello que el diálogo continuo es importante como lo ha mostrado la propia experiencia. (p.30)

Cabe concluir que la aplicación y los principios del autocuidado personal tienen un gran valor, por ende, se debe de brindar esos saberes desde edad temprana, resaltando que es de total importancia que se cuente con un apoyo el cual permita conocer, aprender e identificar esos hábitos saludables.

Por otra parte, para dar respuesta al tercer objetivo **“Implementar estrategias para el mejoramiento de las prácticas de autocuidado personal de los niños y niñas.”** para ello, se llevaron a cabo la elaboración de ocho diarios de campo en relación a las planeaciones propuestas, para los cuales se tuvieron en cuenta que el proceso de adquirir este aprendizaje comienza desde los conocimientos previos con los que contaban y por consiguiente los que construyeron con la implementación de la primer planeación, contando con un espacio para el diálogo en el que se involucraron preguntas respecto a lo que era para ellos el autocuidado personal, resaltando que algunos no tenían claridad respecto al tema, mientras que otros

contaban con unos saberes básicos respecto al mismo; sin dejar de lado que aun así estas acciones que conocían como autocuidado no eran llevadas a la práctica de la manera correcta.

De esta manera, se dio paso a que los niños y niñas empezaran a conocer la importancia y los beneficios que las prácticas de autocuidado les ofrece, de manera interna y externa, además del rol tan fundamental que cumple en la etapa en que se encuentran. Este espacio generó muchas dudas e inquietudes en los estudiantes, puesto que surgieron muchas preguntas respecto a cómo realizarlo, además de mencionarles las consecuencias de no implementarlas, haciendo énfasis en que se ve favorecido su funcionamiento de una manera sana y saludable aportando positivamente en su desarrollo; incentivándolos a comenzar a dedicarse tiempo en el camino de la autonomía que conlleva a un proceso de perfeccionamiento hasta alcanzar mejores resultados.

Aunque por otra parte, se presentaron espacios en los cuales algunos manifestaban negación, respecto al hecho de no querer desempeñar algunas actividades, un ejemplo de ello fue el stand de la belleza y el stand del baño, dónde mencionan que no les gustaba ciertas acciones como arreglar su cabello o utilizar enjuague bucal, dado que no habían llegado a realizar esto anteriormente, lo que implicaba, nuevas experiencias, que probablemente produjeron en ellos miedos a realizar algo diferente pero aun así se enfrentaron a ello, al ver como los demás estudiantes fueron realizando esas actividades, motivándose a participar, teniendo como resultado un aprendizaje significativo desde las vivencias que obtuvieron.

Otro de los aspectos positivos recopilados durante la evaluación fue el hecho de que en el inicio del trabajo, el docente de la institución a cargo del grupo mencionó que contar con la presencia y participación de los padres, madres de familia o acudientes era un aspecto complejo, puesto a que en las diferentes actividades de la institución se mantenían ausentes, sin intervenir. Proceso que cambió al iniciar con las encuestas, de tal manera que comenzaron

a dar respuestas a las diferentes preguntas, aunque no en su totalidad, hasta el punto de involucrarse y asistir a la institución en el momento de realizar la actividad de los stand, aportando lo que les gustaría para sus hijos e hijas, convirtiéndose esto en un gran avance, de manera esencial haciendo que el proceso de las prácticas del autocuidado personal favorecieran sus conocimientos, como es mencionado por Ministerio de Salud y Desarrollo Social, Ministerio de Educación y Deporte y UNICEF (2005):

La práctica de las normas de higiene, con el transcurso del tiempo, se hace un hábito.

De allí la relación inseparable de Los Hábitos de Higiene. Es conveniente para el aprendizaje, práctica y valoración, donde los adultos den el ejemplo a los niños, niñas.

El acompañamiento y apoyo que ofrece la familia estimula y favorecen los distintos proceso de construcción de aprendizaje de los niños y niñas, trabajando de forma articulada, resaltando que durante el cierre de las actividades se implementó un ejercicio de diálogo por medio de preguntas y respuestas respecto al autocuidado personal, espacio donde se observó cómo esto quedó claro, además de que ampliaron sus conocimientos, los reforzaron y del mismo modo los fueron construyendo desde el hacer, por medio de actividades que permitieran la práctica de estas diferentes acciones, desde lo vivido, alcanzando así distintas experiencias.

Finalizando con el cuarto objetivo, el cual corresponde a **“evaluar los resultados obtenidos con la aplicación de las estrategias para la práctica de autocuidado”**, donde se logró como primer momento observar que los niños y niñas de la institución educativa presentaban ciertas dificultades en relación a estas, puesto que durante las diferentes visitas se evidenció la necesidad de profundizar en este tema, teniendo como punto de partida los diferentes hábitos de autocuidado personal, con acciones que pueden llevar a cabo durante su

cotidianeidad, por medio de diferentes experiencias ya que estas entran a ser parte vital para su aprendizaje de una manera significativa, dejando huella. Para entender mejor, como menciona Puche, Orozco, Orozco, Correa, Corporación niñez y conocimiento (2009).

En primer lugar, se incluyen algunas reflexiones sobre las características de lo que se ha denominado espacios educativos significativos, que permiten a los agentes educativos generar experiencias significativas para los niños y cualificar su trabajo con ellos. (p.86)

Complementando lo anteriormente mencionado, se resalta que la práctica permite que el estudiante tenga experiencias y espacios significativos para su aprendizaje, resaltando que lo entendido con ello, cobra valor y sentido para este proceso, contando con una guía que le ayude hasta llegar al perfeccionamiento de estas prácticas.

Posterior a ello, la creación de estos espacios generó interés por motivarse a realizar estas actividades de la mejor manera, ampliando sus aprendizajes y conocimientos, para adaptarse a situaciones que no están en su diario vivir lo que se convierte en algo complejo para su quehacer. Teniendo claro lo anterior, se dio paso a incentivarlos a realizar diferentes actividades que resultaron de su agrado puesto que ya conocían sus beneficios, además de todo lo que estas aportan de manera favorable para ellos.

Es fundamental resaltar que las actividades implementadas fueron un éxito, debido a que gracias a ellas se notó cómo los niños y niñas poco a poco enriquecieron sus conocimientos de una manera significativa, además de evidenciar la motivación que mantuvieron y las diferentes emociones encontradas como la alegría, el entusiasmo, la curiosidad y el querer participar de una manera constante y activa, se convierten en

momentos que enorgullecen e incentivan a brindar y crear más espacios como estos para el aprendizaje significativo desde el que hacer .

Es importante nombrar que cuando hablamos de nuevas experiencias se tiene en cuenta la implementación de estrategias, que permitan el desarrollo de la imaginación, frente a este tema desde otros contextos y entornos, para así, desarrollar diferentes capacidades como menciona Morales, Burgos y Castillo (2020):

Destaca la importancia de la disposición de los entornos donde se propicia la enseñanza, desarrollen y promuevan la creación de grupos de aprendizaje en torno a actividades colaborativas que incentiven la generación de experiencias y a su vez, se potencie el pensamiento deductivo, creativo e innovador de los estudiantes. Así también, el sujeto se involucra en la situación, que es generada por un contexto lúdico, emitiendo respuestas apropiadas a la actividad que se lleva a cabo; con la finalidad de que él desarrolle capacidades en cuanto a competencias genéricas como análisis, comprensión, trabajo en equipo y toma de decisiones. (p.13)

Por lo general la implementación estrategias conducen hacia el progreso y la exploración, ayudando a mejorar las capacidades, habilidades e imaginación, y al mismo tiempo brindando la oportunidad de expresar lo que piensa y siente, aportando positivamente hacia su desarrollo de manera gratificante.

Prosiguiendo con el tema, estos entornos traen consigo desarrollar en los niños y niñas la participación activa, los aprendizajes significativos, la curiosidad, la motivación, entre otros, con espacios diferentes, incentivando a seguir generando experiencias que son placenteras y así descubrir todo lo que le rodea, con una mayor confianza en ellos mismos y a desenvolverse con más facilidad.

Es fundamental hacer énfasis en lo expresado por los niños y niñas, de querer seguir llevando a cabo estos hábitos en casa, lo que quiere decir, que todo lo planteado y propuesto en los objetivos y las planeaciones fueron alcanzados de una manera favorable y enriquecedora, pues así, ampliaron sus saberes, teniendo como punto de referencia que lo implementado no se quedó solo en saberes del momento, sino, en aprendizajes y conocimientos que trascenderán.

Siendo de vital importancia, ya que incentivarlos a realizar cosas nuevas, aún más si estas estimulan y benefician su formación y desarrollo de una manera integral, como se llevó a cabo mediante este proyecto, puesto que la práctica del autocuidado personal es un hábito que debe ser adquirido, a través de la ejecución de acciones en su vida cotidiana.

Por esta razón se plantearon estrategias de forma creativa, dinámica y divertida favoreciendo la estimulación del aprendizaje del autocuidado personal, dejando grandes resultados, permitiendo que los niños, niñas, padres de familia y acudientes se involucraran y conocieran más a fondo sobre este tema tan importante para sus vidas. En esta última etapa, pasaron a convertirse en constructores y guías de este proceso, llevando sus conocimientos al hogar. Finalmente, se logró que los padres de familia contaras con prácticas más propicias respecto a este tema, llevándolos a la práctica con sus hijos reconociendo lo fundamental que es esto para la vida cotidiana.

Capítulo V

5.1 Conclusiones.

Para concluir este proyecto de forma detallada, es importante hacer énfasis en que se realizó un proceso de observación, en el cual se logró evidenciar que los niños y niñas presentaban una necesidad respecto a la realización de las adecuadas prácticas de autocuidado personal, lo que conllevó a implementar una entrevista para padres de familia, obteniendo como resultados que sus conocimientos eran básicos, desconociendo la importancia y los beneficios que estas prácticas traían consigo para su bienestar; siendo un aspecto poco favorable.

Dando paso, al diseño de estrategias didácticas para dar respuesta a las necesidades identificadas teniendo en cuenta aspectos como la motivación, la creatividad e innovación generando espacios agradables con una ornamentación adecuada y llamativa. Pasando así a la aplicación, se logró evidenciar diversos aspectos y situaciones tales como la negación, ya que al realizar cosas que eran nuevas para ellos les producía miedo o inseguridad, sin dejar de un lado que para otros era algo motivador, que generaba mucha curiosidad e interés por realizarlo. Al finalizar este proceso se recogieron aspectos positivos tanto en los estudiantes como por los padres de familia puesto que lo planteado en los objetivos propuestos se logró alcanzar mencionando que los niños se involucraron de la mejor manera ampliando sus conocimientos y mejorando sus prácticas; resaltando que por parte de los padres se encontró con una participación más activa.

Gracias a todas estas experiencias, podemos identificar que el autocuidado personal es algo extenso y cuenta con acciones de total importancia para la vida del ser humano, por ende, es fundamental que este proceso de enseñanza- aprendizaje inicie desde una edad

temprana, y así disfruten mientras amplían sus saberes, creando hábitos que están inmersos en su diario vivir, como se realizó a lo largo de este proyecto.

Referencias Bibliográfica

- Arias Murillo, L., Carmona Duque, N. (2017) *La educación para el autocuidado en higiene personal: un aporte a la primera infancia* [Trabajo de grado, Universidad Católica de Pereira] Repositorio Institucional de la Universidad Católica de Pereira - RIBUC
<https://repositorio.ucp.edu.co/bitstream/10785/4538/1/DDEPDH31.pdf>
- Becerra Pérez, C. (2007) *funcionalidad y autocuidado en familias de niños de 2 a 4 años, asistentes e inasistentes al control de salud en el hospital de Puerto Aisén* [Trabajo de grado, Universidad Austral de Chile] Repositorio Institucional RUI Austral
<http://cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2007/fmb389f/doc/fmb389f.pdf>

Calvo Rey, F. y Tojo Fernández, B.(Eds.). (2013) *Atención Higiénica*. McGraw-Hill.

http://190.116.26.93:2171/mdv-biblioteca-virtual/libro/documento/dc168GqpAnMaE845Fj1GVc_ATENCION_HIGIENICA.pdf

Castro, K. (2017). “*Factores socioeconómicos y su relación con el autocuidado en estudiantes de nivel primario de la institución educativa Jorge polar - Arequipa, 2015*” [Tesis, Universidad alas peruanas] Repositorio UAP.

https://repositorio.uap.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/20.500.12990/692/Tesis_Socioecon%C3%B3micos_Autocuidado_Estudiente.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Código de Infancia y Adolescencia [CIA] Ley 1098 de 2006 Art 39 noviembre 8 de 2006

<https://www.icbf.gov.co/sites/default/files/codigoinfancialey1098.pdf>

Figuro Dias, A. (2018) *Hábitos de aseo e higiene personal y su consecuencia en el cuidado de la salud de los estudiantes de la IEI 215 HUATA*. [Trabajo de grado, Universidad San Ignacio de Loyola] Repositorio USIL

<https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/f016867d-e9e6-469d-acec-b1f849aee05b/content>

García, Janes J. y Fernández, Johan C. (2020). *La enseñanza del autocuidado como estrategia fundamental en la promoción de salud* [Trabajo de investigación, Universidad de Antioquia]. Repositorio Institucional UdeA.

https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/13943/1/FernandezJoan_2020_EnsenanzaAutocuidadoPromocion.pdf

Latorre, A. (Eds). (2005) *La investigación-acción Conocer y cambiar la práctica educativa*

Editorial Graó <https://www.uv.mx/rmipe/files/2019/07/La-investigacion-accion-conocer-y-cambiar-la-practica-educativa.pdf>

Ley 115 de 1994. Por la cual se expide la ley general de educación. Febrero 8 de 1994

https://www.mineduacion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.pdf

Ley 2120 de 2021. Por medio de la cual se adoptan medidas para fomentar entornos

alimentarios saludables y prevenir enfermedades no transmisibles y se adoptan otras disposiciones. 30 de Julio de 2021

<https://www.andi.com.co/Uploads/LEY%202120%20DEL%2030%20DE%20JULIO%20DE%202021.pdf>

Latorre, A. (2005). *La investigación – acción , conocer y cambiar la práctica educativa*.

Editorial Graó, de IRIF, S.L. <https://www.uv.mx/rmipe/files/2019/07/La-investigacion-accion-conocer-y-cambiar-la-practica-educativa.pdf>

Macias, A.L. (2015). *La higiene en educación infantil* [Trabajo de grado, Universitat JAUME

I] Repositorio UJI.

http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/162225/TFG_%20Lizandra%20Maci%CC%81as%2C%20Alba.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Merlo, M. (2018) “*Libro electrónico de investigación cualitativa, para los estudiantes de la maestría en actividad física, del instituto de postgrado de la universidad técnica del norte*” [Trabajo de grado, Universidad] Repositorio Digital Universidad Técnica del Norte

<http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/8975/2/PG%20717%20TRABAJO%20DE%20GRADO.pdf>

- Mesa Leon, M., Palacios Mazabel, N. (2013) *Acercamiento a las prácticas pedagógicas de los agentes educativos en la enseñanza de actividades de autocuidado en niños de párvulos* [Trabajo de grado, Universidad del Valle] Repositorio Digital Univalle
<https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/handle/10893/9854/CB-0494536.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Moreno, P. (2005) *El profesorado de Educación Física y las competencias básicas en TIC en el desarrollo de su actividad profesional* [Trabajo de grado, Universitat Rovira I Virgili] Repositorio URV
https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/8917/Capitulo_III_Marco_Metodol_gico.pdf
- Olivella Fernández, M.C. Bastidas Sánchez, C.V. Lombo Caicedo, J. Soto Morales, A. (2020). *La Triada: Autoeficacia - Autocuidado-Adherencia- En El Cuidado De La Salud Cardiovascular: Hacia Un Autocuidado Total*. Sello Editorial Universidad del Tolima. <https://elibro.net/es/ereader/uniminuto/136353?page=43>
- Ortega Denisse, T. y Trujillo Lissette, K. (2015). *La formación del autocuidado y seguridad personal en la práctica de juegos de niños y niñas de 4 años en la unidad educativa "américo Vespucio" parroquia Ximena año lectivo 2015-2016* [Tesis de grado, Universidad laica Vicente Rocafuerte de Guayaquil]. Repositorios Institución Cedral Universidad laica Vicente Rocafuerte de Guayaquil.
<http://repositorio.ulvr.edu.ec/bitstream/44000/885/1/T-ULVR-0927.pdf>
- Reyes Muñoz, G. K. (2019). *Factores que inciden en las prácticas de autocuidado en los uniformados de la dirección nacional de escuelas de la policía nacional: una mirada cualitativa* [Tesis de maestría, Pontificia Universidad Javeriana] Repositorio

Institucional - Pontificia Universidad Javeriana.

<https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/43453/TESIS%20AUTOCUIDADO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Gallardo, A., Migarl, M. y Raya, S. (2006) *“El autocuidado en la salud en el niño de preescolar* [Trabajo de grado, Universidad Pedagógica Nacional] Repositorio

Institucional UPN <http://200.23.113.51/pdf/23895.pdf>

Sánchez, Jorge S. (2018). *Promoción de la higiene personal en los escolares del grupo CETI de la comunidad de Chocón. Noviembre 2017 - marzo 2018* [Trabajo de grado,

Universidad nacional Chimborazo] Repositorio UNACH.

<http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/4867/1/UNACH-EC-FCS-ENF-2018-0009.pdf>

Rodriguez paredes, P.A. (2020). *Fortalecimiento de las prácticas de autocuidado de madres y cuidadores de personas con discapacidad* [Tesis de maestría, Instituto Colombiano

de Estudios Superiores de Incolda]. Repositorio Universidad ICESI.

https://repository.icesi.edu.co/biblioteca_digital/bitstream/10906/87912/1/T02003.pdf

Vizhñay Cajamarca, F. A. (2019) *"Guía para mejorar las buenas prácticas de higiene, alimentación y salud personal y colectiva en niños y niñas de 4 a 5 años inicial 2, en*

la unidad educativa remigio crespó toral en el año lectivo 2018"[Trabajo de grado,

Universidad Politécnica Salesiana]. Repositorio UPS.

<https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/17167/1/UPS-CT008199.pdf>

Merlo Rosas, M. R. (2018).

<http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/8975/2/PG%20717%20TRABAJO%20DE%20GRADO.pdf>

Mamian Jimenez, M. I. Miamian Jimenez, M. Y. (2018). *Estrategia lúdico - pedagógica para el autocuidado del cuerpo a través del teatro de títeres con niños y niñas del centro educativo creciendo feliz de grado primero*. [Trabajo de grado, Fundación Universitaria de Popayán]. Repositorio FUP.
<http://unividaufup.edu.co/repositorio/files/original/3faa368e28d91dcc3867a254bf7c34f9.pdf>

Frola, P. y Velasquez, J. (2011). *Estrategias didácticas por competencias*. Editorial México D.F. http://secgral4.edu.mx/documentos/estrategias_didacticas.pdf

Flores, J. Ávila, J. Rojas. C. Sáez, F. Acosta, R. Díaz, C. (2017). *Estrategias didácticas para el aprendizaje significativo en contexto universitarios*. S.E.
https://moodle.uneg.edu.ve/pluginfile.php/143236/mod_resource/content/1/estrategias-did%C3%A1cticas.pdf

Montes, F. Gonzalez, L.D. y Mejía, M. (2018). *Estrategias de enseñanza-aprendizaje: Un acercamiento desde la práctica educativa*. Editorial Durango, Dgo., México.
https://www.researchgate.net/profile/Manuel-Mejia-Carrillo/publication/342154055_ESTRATEGIAS_DE_ENSEANZA-APRENDIZAJE_UN_ACERCAMIENTO_DESDE_LA_PRACTICA_EDUCATIVA_Coordinadores/links/5ee5293c458515814a5e59c4/ESTRATEGIAS-DE-ENSEANZA-APRENDIZAJE-UN-ACERCAMIENTO-DESDE-LA-PRACTICA-EDUCATIVA-Coordinadores.pdf

González, V. (2022). *Pautas para el fortalecimiento del autocuidado en trece adolescentes con deficiencia intelectual en el instituto Julián Mendoza Guerrero de Buga*. [Sistematización, Corporación Universitaria Minuto de Dios]. Repositorio

UNIMINUTO.

[https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/17638/2/PAUTAS%20PARA%20E
L%20FORTALECIMIENTO%20DEL%20AUTOCUIDADO%20EN%20TRECE%2
0AD.pdf](https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/17638/2/PAUTAS%20PARA%20E
L%20FORTALECIMIENTO%20DEL%20AUTOCUIDADO%20EN%20TRECE%2
0AD.pdf)

Paredes Flores, N. P. (2018) *El autocuidado en la atención primaria de salud en la carrera de enfermería de la universidad técnica de ambato* [Trabajo de grado, universidad técnica de Ambato] Repositorio Universidad Técnica de Ambato.

[https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/28689/2/Proyecto%20Investigacio
n%20Autocuidado.pdf](https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/28689/2/Proyecto%20Investigacio
n%20Autocuidado.pdf)

Morillas, V. (S.A). *La manipulación y experimentación en educación infantil*. [Trabajo de grado, Universidad de Cádiz] Repositorio UCA.

[https://rodin.uca.es/bitstream/handle/10498/16622/tfg%20final.pdf?sequence=8&isAl
lowed=y#:~:text=La%20experimentaci%C3%B3n%20](https://rodin.uca.es/bitstream/handle/10498/16622/tfg%20final.pdf?sequence=8&isAl
lowed=y#:~:text=La%20experimentaci%C3%B3n%20)

Arias Muñoz, S. (2021) *Material didáctico para el personal de psicología de la institución Hogares María Goretti como refuerzo para brindar medidas de autocuidado ante el abuso sexual infantil*. [Trabajo de grado Instituto Departamental de Bellas Artes] Repositorio Institucional de Bellas Artes

<https://repository.bellasartes.edu.co/handle/123456789/344>

Cruz Morales M, Gregorio Solis, A. E. y Sanbrano, P. (2019) “*Prácticas de autocuidado de la salud*” [Trabajo de grado Universidad Nacional de Cordoba] Repositorio RDU

[https://rdu.unc.edu.ar/bitstream/handle/11086/25064/116.%2024%2019%20INV.%20
9363%20PI.%202728%20%20R.K.%205217.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://rdu.unc.edu.ar/bitstream/handle/11086/25064/116.%2024%2019%20INV.%20
9363%20PI.%202728%20%20R.K.%205217.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Chuc Batz, P. N. (2021) *Prácticas de autocuidado de los adolescentes del colegio evangélico guatemala de totonicapán, guatemala año 2020*. [Trabajo de grado Universidad Rafael Landívar] Repositorio institucional
<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2021/09/02/Chuc-Patricia.pdf>
- Melo, N. Trujillo, S.M. (2017). *Estrategias de autocuidado, como una alternativa de formación de ciudadanos*. [Trabajo de grado, Universidad de la sabana] Repositorio UPB.[https://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/3330/ESTRATEGIA%20DE%20AUTOCUIDADO %20FORMACION%20DE%20CIUDADANOS.pdf?sequence=1](https://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/3330/ESTRATEGIA%20DE%20AUTOCUIDADO%20FORMACION%20DE%20CIUDADANOS.pdf?sequence=1)
- Verano, Y. (2021). *Relación familia – escuela a través de un acompañamiento positivo para potenciar el éxito escolar en un grupo de niños de grado 5° de un colegio privado de Cajicá*. [Trabajo de grado, Universidad Pontificia Bolivariana] Repositorio de la Universidad de la Sabana.
<https://intellectum.unisabana.edu.co/bitstream/handle/10818/49316/TESIS%20-%20YURANY%20VERANO.pdf?sequence=1>
- Peréz, A. (2019). *Estrategia didáctica aplicada al uso de los sistemas de información documental para apoyar el proceso enseñanza- aprendizaje en una Institución de Educación privada de Barrancabermeja*. [Trabajo de grado, Universidad cooperativa de colombia] Repositorio UCC.
https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/7454/TDR_SANCHEZ_OLIVA.pdf
- Vega, C. Camacho, M.E. (2019). *Autocuidado de la salud II*. Editorial El Manual Moderno, S. A de C. V.

https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=NR59DwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT10&dq=%22libro%22+autocuidado&ots=u87viy5dUB&sig=ip4wdQTQDv_nOPhg5bH90e9gJyA#v=onepage&q&f=true

Carcamo, H. y Mora, M (2020). *Familia escuela y sociedad* Ediciones Universidad del Bio

Bio <https://veronicagubbins.cl/wp-content/uploads/2007/11/Libro-FAMILIA-ESCUELA-SOCIEDAD.-multiples-miradas.pdf>

Alfonso, C. Amat, R. Angelo, E. Díez, E.J. Escaño, J. Escayola, E. Fernandez, F. Gil, M.

Huguet, T. Intxausti, M. Martorell, C. Medina, A. Mestres, J. Notó, C. Oller, M.

Parella, C. Pedreira, M. Dolors, Rubio, M. Sitja, G. Subirá, M. Terrón, E. Trilla, J.

Vila, I. (2003). *La participación de los padres y madres en la escuela*. Editorial

Laboratorio Educativo.

https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=_AmOnUBs5ScC&oi=fnd&pg=PA9&dq=%22libro%22+poca+participacion+de+los+padres+en+la+escuela&ots=IDgT6fRFP E&sig=JAUVcGmc49ymmfkzINM15DGOU0E#v=onepage&q&f=true

Puche, R., Orozco, M., Orozco, B., Correa, M. Corporación niñez y conocimiento (2009)

Desarrollo infantil y competencias en la Primera Infancia Unidad de Educación para

la Primera Infancia Ministerio de Educación Nacional

https://www.mineduccion.gov.co/primerainfancia/1739/articles-178053_archivo_PDF_libro_desarrolloinfantil.pdf

Ministerio de Salud y Desarrollo Social, Ministerio de Educación y Deporte y UNICEF.

(2005). *Habitos de higiene* (S.E.)

<https://www.unicef.org/venezuela/media/1186/file/Los%20h%C3%A1bitos%20de%20higiene.pdf>

Bedoya, S. Perez, G y Duque, V. (2016). *El juego dirigido como medio para propiciar la motivación en los estudiantes del grado tercero*. [Trabajo de grado, Fundación universitaria los Libertadores] Repositorio los libertadores.
<https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/906/BedoyaLoaizaSandraMar%C3%ADa.pdf?sequence=2>

Morales, N. Burgos, Y. y Catillo, B.L. (2020). *Desarrollo lúdico del aprendizaje universitario - un enfoque a la visualización lúdica*. Sello editorial Tecnológico Comfenalco, 2020. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/<https://tecnologicocomfenalco.edu.co/wp-content/uploads/librosinvestigacion/LIBRO%20LUDICAS%20CLEI.pdf>

Herrero, M.L. (1997). La importancia de la observación en el proceso educativo. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación Del Profesorado*, 1(0).
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2789646.pdf>

Gobierno de Colombia Mineducación. (2018). Planeación pedagógica. (S.E)
<https://redes.colombiaaprende.edu.co/ntg/men/pdf/Planeacion.pdf>

Alzate, T. Puerta, A.M. Morales, R.M. (2008). Una medición pedagógica en educación superior en salud. El diario de campo. *Revista Iberoamericana de Educación*, ISSN: 1681-5653 <https://rieoei.org/historico/deloslectores/2541Alzate.pdf>

Barrera, Y. y Hernández, A. (2018). *Relación familia – escuela y su influencia en los procesos de aprendizaje de los niños del grado transición 02 del colegio Tomás Cipriano de Mosquera IED*. [Trabajo de Magister, universidad Libre] Repositorio Institucional.

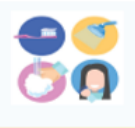
<https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/15950/Tesis%20final%20con%20propuesta%20julio%202025.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ortiz, M.L. (2020). Pensamiento reflexivo en la formación práctica de los maestros.

Revista boletín redipe, 10 (4): 42-59.

<https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/1248/1156>

Anexo 2: Encuesta a padres de familia, Autocuidado Personal

<h3>AUTOCUIDADO PERSONAL</h3>  <p>Nombre del padre de familia: _____</p> <p>Nombre del/los estudiante: _____</p> <p>¿Que entiende usted sobre autocuidado?</p> <p>_____</p> <p>¿Cree usted que las practicas de autocuidado son importantes?</p> <p>SI <input type="checkbox"/> ¿POR QUÉ? _____</p> <p>NO <input type="checkbox"/></p> <p>¿Qué considera usted que se debe de mejorar en la enseñanza de las practicas de autocuidado?</p> <p>_____</p>	<p>¿Usted como acudiente porque cree que es importante la enseñanza del autocuidado personal en los niños?</p> <p>_____</p> <p>¿Cómo realiza usted el proceso de acompañamiento frente a las practicas de autocuidado con su hijo/a?</p> <p>_____</p>
--	---

1. ¿Qué entiende usted sobre el autocuidado?

P1. Mantenerlos limpios en todas las etapas de su crecimiento.

P2. Cuidarlos en todo

P3. Protección en todo

P4. Es cuidar de su cuerpo no permitir que nadie les toque las partes íntimas no callar y denunciar es mantener un buen aseo personal

P5. Cuidar de nuestro cuerpo en todos los momentos

P6. Cuidar uno mismo tanto físicamente como internamente.

P.7. El cuidado requiere que las personas asuman su responsabilidad en el cuidado de su salud y las consecuencias de las acciones que realizan.

2. ¿Cree usted que las prácticas de autocuidado son importantes? ¿por qué?

P1. Si, prevenimos de contraer enfermedades

P2. Si, mejora la persona

P3. Si, ayuda a que estén bien

P4. Si, nos enseña a cuidar nuestro cuerpo y dar una limpieza personal diaria

P5. Si, mejora la salud

P6. Si

P7. Si, así tiene una mejor calidad de vida y una mente sana y un cuerpo sano

3. ¿Qué considera usted que se debe de mejorar en la enseñanza de las prácticas del autocuidado?

P1. Con educación y charla para los padres y niños

P2. Con capacitaciones

P3. Si como cuidados y enseñanzas a los padres

P4.

P5. Más frecuencia en enseñanza

P6.

P7. Mantener una mente siempre hiniesta acerca de tus sentimientos

4. ¿Usted como acudiente porque cree que es importante la enseñanza del autocuidado personal en los niños?

P1. Mejora todo

P2. Si porque ayuda a su crecimiento

P3. Ayuda a que ellos mejoren

P4. Porque ahora se ve mucho la violencia sexual en los niños y niñas mucho maltrato y hay que hablarles y enseñarle a cuerpo de que no los toquen y tengan una limpieza diaria y observan cambios en los niños una buena alimentación buenos ejemplos y una buena crianza.

P5. Cuidar de ellos en casa y en la calle

P6.

P7. Es importante enseñarlo a que mantenga una estrategia para prevenir y promover conductas saludables de su propio cuidado.

5. ¿Cómo realiza usted el proceso de acompañamiento frente a las prácticas de autocuidado con su hijo/a?

P1. Brindando buenos hábitos de aseo en la casa.

P2. En casa todos los días

P3. En casa y en la calle

P4. Les enseñó a ser cultos y a saber vestirse el respeto hacia los demás y que se hagan respetar una sana alimentación mucho amor y

valores

P5. Con aseo con buena alimentación ayudando todo el tiempo

P6.

P7. Como parte del proceso de crianza que se le hace a nuestros hijos.

Anexo 3: Planeación 1“DESCUBRIENDO CÓMO CUIDARME”

Fecha de ejecución de experiencia	Día: 30	Mes: 08	Año: 2023	Institución o escenario de práctica: Institución educativa Manuel Antonio Sanclemente sede Cristóbal Colón.		Grado, curso o nivel que acompaña: Jardín, transición y primero.
Nombre estudiante en Formación	ADRIANA LUCIA ORDOÑEZ ALEGRÍAS JENNIFER MARMOLEJO ARIAS					
ID estudiante en formación	704077 706817		Número de Planeación	01		
Propósito de trabajo	Implementar estrategias en relación al autocuidado personal que brindan aprendizajes significativos a través de las experiencias y vivencias con los niños y niñas de la Institución Manuel Antonio Sanclemente, sede Cristóbal Colón					

<p>Actividades rectoras (Juego, arte, literatura y exploración del medio)</p>	<p>Se utilizarán diferentes herramientas y estrategias teniendo en cuenta las actividades rectoras como medio para posibilitar y lograr diversos aprendizajes, dichas actividades se harán de forma divertida y dinámica. Cabe mencionar que estas aportan significativamente en el proceso de enseñanza-aprendizaje potenciando su desarrollo en diferentes aspectos relacionados con el autocuidado. Debido a esto, desde la siguiente planeación se busca que por medio de la exploración del medio y el juego los niños y niñas construyan su propio conocimiento en relación a las prácticas de autocuidado físico.</p>
<p>COMPRENSIÓN DEL DESARROLLO INFANTIL</p>	
<p>Eje 1: Desarrollo social y personal</p>	<p>Por medio de la planeación se busca llevar a los niños y niñas a la formación del desarrollo social y personal para que así afiancen su confianza y autonomía, teniendo la capacidad de tomar decisiones propias, apoyados en las diferentes actividades, como la búsqueda de los objetos en espacios amplios de zonas verdes, que fomentan la iniciativa de conocer, explorar y descubrir su entorno. Además de ello promueve la relación entre sus pares, recordando que por medio de ellos los niños y niñas se sienten seguros respecto a sus acciones realizadas, explorando desde una manera independiente, aspectos emocionales partiendo de la motivación, construyendo así sus nuevos saberes y conocimientos con la capacidad de transformar.</p>

<p>Eje 2: Expresión - comunicando a través del lenguaje y movimiento</p>	<p>El hecho de que los niños y niñas hagan uso de su cuerpo como un medio para comunicarse y expresarse, les permite desenvolverse con mayor fluidez, ya que realizan diversas acciones a lo largo de la planeación como lo es la mímica, que los incentiva a expresar un lenguaje a través de su cuerpo en movimiento, explorando sus límites, habilidades y capacidades desde su motricidad.</p> <p>Además de tener en cuenta que gracias a los juegos planteados también posibilitan el hecho de los niños y niñas se puedan comunicar, expresar, entre otros, que facilitan la construcción de nuevos conocimientos favorables para los nuevos saberes que se plantean brindar en relación al autocuidado físico.</p> <p>Como es mencionado anteriormente, haciendo uso de su cuerpo, por medio de una serie de obstáculos tales como lo es el saltar sobre unos palos ubicados horizontalmente, el cruzar conos, tocando cada, además de saltar por sobre unas huellas, teniendo en presente hacia donde están apuntando.</p>
<p>Eje 3: Experimentación y pensamiento lógico</p>	<p>Teniendo presente que este eje es el encargado de guiar a los niños y niñas en el mundo que los rodea, por ello con ayuda de las actividades se busca que puedan observar, escuchar, oler, tocar, entre otros, todo aquellos que les permita y les favorezca en la construcción de nuevos conocimientos, además de amplia las bases con las que ya cuenta, explorando, formulando gran variedad de hipótesis que los incita a buscar respuestas formulando preguntas, potenciando su pensamiento de una manera favorable a través de los diversos objetos relacionado con el autocuidado personal que los conlleva a la experimentación.</p>

<p align="center">DESARROLLO DE LA EXPERIENCIA 1.</p> <p align="center">(Actividades que la acompañan)</p>	<p align="center">RECURSOS DIDÁCTICOS</p>	<p align="center">ESTRATEGIAS O CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p>
<p>Motivación:</p> <p><i>“DESCUBRIENDO CÓMO CUIDARME”</i></p> <p>Como actividad de inicio los niños y niñas irán a un espacio amplio de zona verde, donde se llevará a cabo una serie de obstáculos; en primer lugar encontrarán palos acostados en el césped que deberán de pasarlos saltando, en segunda instancia tendrán que cruzar en zic zac unos conos, en tercer lugar encontrarán dos vallas, que deberán superar saltando, como cuarto obstáculo habrán conos en fila y realizarán saltos de rana, como quinto y último momento descubrirán unas huellas que seguirán a través de coordinación y lateralidad hasta llegar a un mapa, ahí encontrarán la ruta para las pistas encantadas y hallar el tesoro.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Espacio al aire libre o zona verde • Conos • Palos de escoba • Huellas • Mapa con las indicaciones necesarias • Imágenes con actividades que se realizan para el autocuidado personal • Caja del tesoro • Cartulina 	<ul style="list-style-type: none"> • Evaluación por observación, preguntas y respuestas • Disfruta de la actividad • Propone ideas • Controla sus emociones • Participa de manera activa sobre el tema. • Conocimientos previos relacionados con los elementos de autocuidado personal. • Coordina movimiento. • Formula Hipótesis • Propone ideas • Soluciona problemas

Desarrollo:

En esta actividad la docente dará las indicaciones y normas del juego, esconderá la caja del tesoro que contiene dulces e imágenes del autocuidado personal, que debe ser buscada por todos los niños y niñas en la zona verde.

Quien encuentre el tesoro, no podrá abrirlo inmediatamente, deberá de reunirse con todos sus compañeros para que así entre todos puedan descubrir que hay dentro.

Por último se realizará un círculo donde cada uno deberá desarrollar una mímica sobre la imagen que encontró en el tesoro, ejemplo si encuentran un cepillo de dientes, se debe mostrar cómo se realiza esa actividad.

- Espacio amplio
- Imágenes del autocuidado personal
- Cartulina
- Caja

- Dulces

- Basurita de colores

-

- Evaluación por observación, preguntas y respuestas
- Formula hipótesis
- Realiza preguntas
- Utiliza su cuerpo como medio de comunicación y expresión
- Participación activa
- Sus expresiones faciales y lenguaje corporal generan interés y entusiasmo sobre el tema.
- Relaciona los conocimientos previos con sus nuevos saberes.
-

Cierre de la experiencia:

Como actividad de cierre se realizará un juego llamado “los palitos saltarines” que consiste en dividir a los estudiantes por grupos de 5 personas, que estarán ubicadas en forma de círculo, cada niño tendrá en sus manos un palo de escoba y este estará apoyado en el suelo.

La docente procederá a indicar a los niños y niñas hacia qué lado deben de girar, ejemplo: dirá tres veces de manera consecutiva “hacia la derecha” todos deben rotar hacia ese lado y cuando diga “izquierda” al rotar alguno deje caer el palo deberá explotar una bomba en la que se encontrara una pregunta frente al tema visto que deberán responder.

- zona verde o espacio amplio
- cinco palos de escoba
- papelitos con preguntas
- cinta

- Demuestran un excelente conocimiento del tema.
- Da respuestas a las preguntas realizadas.
- ¿Qué creías tú que era el autocuidado personal, antes de comenzar con la explicación?
- ¿Para ti según lo que hemos hablado que es el autocuidado?
- ¿Dinos uno de los tips que se dieron anteriormente para el autocuidado personal?
- ¿Qué se debe de hacer para tener un buen autocuidado?
- ¿Cómo debemos de alimentarnos según lo que hablamos de autocuidado personal?
- ¿Qué nos puede suceder si no tenemos un buen autocuidado?
- Demuestra interés frente al desarrollo de la actividad.



- Se relaciona con sus compañeros.
- Comparte con sus compañeros
- Trabaja colaborativamente
- Interactúa con sus compañeros y docente.
- Participa en los diferentes contextos.

BIBLIOGRAFÍA: (Citar según normas APA)

Bejarano Novoa, D. C., Valderrama Castiblanco, N., & Marroquín Sandoval, D. I. (2020). Lineamiento Pedagógico y Curricular para la Educación Inicial en el Distrito: Actualización Secretaría de Educación del Distrito.

[https://repositorios.ed.educacionbogota.edu.co/bitstream/handle/001/3062/Lineamiento%20Pedag%
c3%b3gico.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorios.ed.educacionbogota.edu.co/bitstream/handle/001/3062/Lineamiento%20Pedag%c3%b3gico.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Anexo 4: Diario de campo 1 “DESCUBRIENDO CÓMO CUIDARME”

FORMATO DE DIARIO DE CAMPO	
Proyecto: Estrategias de autocuidado para los niños y niñas de 4 a 6 años de la Institución Educativa Manuel Antonio Sanclemente, sede Cristóbal Colón	
Nombres y apellidos	Fecha: 31 de agosto del 2023
Adriana Lucia Ordoñez Alegrias	
Jennifer Marmolejo Arias	

Nombre de la Institución	Grado, curso o nivel
Institución Educativa Manuel Antonio Sanclemente sede Cristóbal Colón.	Jardín, transición y primero.
Tema Abordar	Autocuidado personal en niños y niñas de 4 a 6 años
Objetivo de la Actividad	Implementar estrategias en relación al autocuidado personal que brindan aprendizajes significativos a través de las experiencias y vivencias con los niños y niñas de la Institución Manuel Antonio Sanclemente, sede Cristóbal Colón
Nombre de la actividad	<i>“DESCUBRIENDO CÓMO CUIDARME”</i>
Descripción breve del grupo observado	El desarrollo de la actividad uno se realizó en la Institución educativa Manuel Antonio Sanclemente sede Cristóbal Colón, en el corregimiento de Guadalejo, con 9 niños y niñas siendo un salón multigrado de la jornada de la mañana. Ya que el resto de los estudiantes no asistieron por motivo de lluvia y viven un poco lejos y otros se encontraban enfermos.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Para dar inicio con la implementación de la actividad, los docentes en formación se dispusieron a presentarse, siendo recibidas por los niños y niñas de la mejor manera, los estudiantes también se presentaron con una excelente actitud, posterior a ellos se dio inicio con explicación de la actividad a realizar, la cual tiene por nombre ***“DESCUBRIENDO CÓMO CUIDARME”***.

En primera instancia se les preguntó que para ellos que era el autocuidado personal, pregunta a la cual respondieron diciendo que era “cuidar el cuerpo” “es bañarse” y “oler bien”, resaltando que el docente de la institución intervino mencionando que el autocuidado también lo debía de tener en cuenta al momento de trasladarse hacia la institución ya que es una doble vía transitada, por la cual gran parte de los niños y niñas se trasladan solos.

Para la explicación las docentes procedieron a entregarles a los niños y niñas unos folletos los cuales contenían información breve, pero de gran relevancia acerca del autocuidado, como que es, además de su importancia, tips para cuidarse, beneficios que este puede brindar, una serie de pautas y conocer un poco más su cuerpo, lo cual procedió a explicarse de una manera detallada y llamativa para los niños, de tal manera que se hicieron partícipes de esto, de una manera activa, para apoyar esta explicación también se hizo uso de diapositivas con más información de una forma animada, dos carteles, en los cuales, en una ellos estaba el tema a tratar, Autocuidado personal y el otro contenía un cuerpo humano rodeado de aquellos objetos e implementos como: tarro de agua, jabón, cepillo de dientes, peinetas, entre otros; que cumplen un

rol fundamental a la hora de realizar estas prácticas. Así de esta manera se les explicó que el autocuidado no era solo la apariencia de en relación a su vestimenta, sino también el aseo de su cabello, el bañarse diario, además de alinearse bien con frutas, verduras, beber agua, lavarse los dientes de una manera constante, el aseo de sus manos antes y después de comer, sin dejar de un lado el hacer deporte, entre otros.

Otro de los temas más importantes fue el hecho de mencionarles a los niños y niñas que su cuerpo es suyo, que nadie lo debe de tocar, que lo deben de cuidar y proteger e informar cualquier situación que los haga sentir incómodos en relación a ello, para esto se hizo uso de un video animado en el cual se les explicaba esto de una manera favorable para ellos.

ANÁLISIS DE LO OBSERVADO DURANTE LA ACTIVIDAD

Uno de los aspectos más importante a tener en cuenta es el hecho de al momento de comenzar a dar inicio a la actividad, con la explicación del tema los niños y niñas estuvieron muy dispuestos, a recibir la información evidenciando atención, concentración, participación activa y constante, brindando sus aportes y saberes en relación lo que conocían frente al tema, aunque por lo contrarios se pudo evidenciar que otros no tanto, debido a que no contaban con los conocimientos previos sobre esto, sin dejar de un lado que durante todo momento estuvieron con total motivación de aprender en relación al tema del autocuidado personal del cual se estaba hablando.

Con lo anteriormente mencionado es importante que los niños y niñas y conozcan acerca de los grandes beneficios e importancia que tienen las prácticas del autocuidado personal, además de tener en cuenta que estas ayudan en su desarrollo de una manera íntegra, y más aún en la etapa que se encuentran los niños y niñas, por ello durante la actividad se les habló de la importancia y los beneficios que tienen el hecho de que empiecen a implementar ciertas acciones en relación a su propio autocuidado, ya que no solo tienen gran incidencia en lo externo, sino también en lo interno, dicho esto, los niños se enteraron aún más haciendo preguntas tales como: ¿Que me puede pasar sino lo hago bien? a lo cual se les explicó que debido se podrían contraer enfermedades que por ese motivo deben de alimentarse, bien, tomar agua ya que esta es vital para su desarrollo. Interviniendo los niños mientras decían que “el agua nos puede hacer más fuertes y nos ayuda a crecer”, siendo esto un aporte muy importante por parte de los estudiantes, puesto que esto hace parte de aspectos más importantes que debe hacer una persona para cuidar sí misma, el iniciar con llevar a cabo estas acciones favorece su funcionamiento de una manera sana y saludable aportando para su desarrollo.

Sin dejar de lado, que lo anterior toma gran incidencia en su desarrollo personal de tal manera que aporta grandes beneficios en pro de su bienestar de una forma favorable para su funcionamiento así como se les mencionó a los niños y niñas durante la actividad, incentivándolos a crear espacios o tomarse un tiempo para cuidarse, momento en el cual se les preguntó, que ¿Con los conocimientos previos y con los brindados durante la explicación e interacción que acciones implementarían para su autocuidado personal? Espacio en el cual todos los niños y

niñas querían participar, mencionar lo que pensaban, lo que habían aprendido, diciendo que “es lavarnos bien los dientes”, “es cuidar nuestra alimentación”, “comer saludable”, “hacer deporte también hacer ejercicio”.

Con lo anterior se logró evidenciar que la enseñanza y los aprendizajes brindados a los niños y niñas fueron de gran ayuda para favorecer sus conocimientos y saberes en relación al autocuidado personal, debido a que incentivo el hecho de generar cierta responsabilidad en ellos, de cuidar de sí mismos, de conocer y preocuparse que el no realizar estas prácticas de una manera adecuada y constante trae consigo complicaciones de salud, autoestima, entre otros.

De este modo se incentivó en los niños y niñas esa invitación a preocuparse por su cuerpo por medio de una serie de una actividad la cual promovió también a dar un paso más hacia la autonomía, con ciertas responsabilidades como es mencionado anteriormente, lo cual también hacer parte de darse muestras de amor propio.

Así de esta manera es importante tener presente el hecho de que estimular estas prácticas en los niños y niñas es fundamental para sí ellos, debido a que así de este modo es posible crear rutinas y hábitos que favorezcan su bienestar como es mencionado anteriormente, con una dosis de amor, que brinda grandes aportes para la vida puesto que son rutinas y hábitos que se van forjando, permaneciendo y perfeccionándose obteniendo mayores y mejores resultados.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



Folleto

Conoce tu cuerpo

El cuerpo humano es la estructura física y mental de todo ser humano. Esta compuesto por cabeza, tronco y extremidades.



Mi cuerpo lo amo, lo cuido y lo respeto...

Tips para autocuidarte

- HABLATE CON AMOR**
- CREA TUS LÍMITES Y APRENDE A DECIR "NO"**
- PIDE AYUDA CUANDO LA NECESITES**
- HAZ EJERCICIO**
- ADOPTA BUENOS HABITOS DE HIGIENE**
- ALIMENTATE DE LA MEJOR MANERA**



EL AUTOCUIDADO



"El mejor autocuidado es aprender a autocuidarse"

¿QUE ES?

Son las acciones que velan por el bienestar de nuestra salud física y mental, también son hábitos y tareas que nos ayudan a tener una mejor calidad de vida. Cabe mencionar que esto es uno de los pilares más importantes de nuestro bienestar. Están compuestas por:

- Buena alimentación.
- Actividad física.
- Salud.
- Limpieza.
- Higiene.
- Prevención de enfermedades.

IMPORTANCIA

Las prácticas del autocuidado son esenciales, ya que fortalece no solo los aspectos físicos, si no también el bienestar, además de conocer cada vez más acerca de nuestro cuerpo y de lo que el necesita para su formación un desarrollo integral.



BENEFICIOS:

- Fortalecimiento de la autoestima.
- Fomenta hábitos saludables
- Actitud
- Mayor productividad y rendimiento en las actividades
- Mejor calidad de vida.

Pautas para poner en practica:



1. Involucra desde pequeños a los niños y niñas a que participen en la actividad de la siguiente forma.

- Explícale como debe de vestirse
- Muéstrale como debe de realizar sus tareas diarias.
- Explícale como debe de vestirse

2. Es mucho más fácil para su hijo aprender a quitarse la ropa. Déjelo que practiquen desvestirse primero, no se preocupe por el tiempo.

3. Divida cada tarea en pasos, para que pueda seguir el ritmo sin sentirse frustrado.

4. Tener paciencia y ser constante con la practica, esta tarea tomará tiempo para aprender.

Diapositivas

El Autocuidado personal

Practicantes:
 Jennifer Marmolejo Arias
 Adriana Lucia Ordoñez



IMPORTANCIA DEL AUTOCUIDADO

Las prácticas del autocuidado son esenciales, ya que fortalece no solo los aspectos físicos, si no también el bienestar, además de conocer cada vez más acerca de nuestro cuerpo y de lo que el necesita para su formación un desarrollo integral.



Tips Para Autocuidarte:

- 

1
Háblate con amor
- 

2
Crea tus límites y aprende a decir no
- 

3
Pide ayuda cuando la necesites
- 

4
Adopta buenos hábitos de higiene
- 

5
Buena presentación personal

¿QUE ES?

Cuentanos tú que crees



BENEFICIOS DEL AUTOCUIDO

- Fortalecimiento de la autoestima.
- Fomenta hábitos saludables
- Actitud
- Mayor productividad y rendimiento en las actividades
- Mejor calidad de vida.



“ El mejor autocuidado es aprender a autocuidarse ”

Son las acciones que velan por el bienestar de nuestra salud física y mental, también son hábitos y tareas que nos ayudan a tener una mejor calidad de vida. Cabe mencionar que esto es uno de los pilares más importantes de nuestro bienestar. Están compuestas por:

- 1 Buena alimentación
- 2 Actividad física
- 3 Higiene
- 4 Prevención de enfermedades
- 5 Presentación personal

APRENDAMOS UN POCO MAS

COMENCEMOS

MOMENTOS DE LA ACTIVIDAD

- 25% Lleguemos al mapa
Vamos todos a cruzar los obstáculos para encontrar el mapa
- 50% Encontramos el tesoro
Busquemos juntos el tesoro escondido y descubramos que hay dentro
- 75% Divirtámonos un poco
Llego el momento de hacer algo diferente

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

Reyes, G. (2019) *Factores que inciden en las prácticas de autocuidado en los uniformados de la dirección nacional de escuelas de la policía nacional: una mirada cualitativa* [Trabajo de grado, Pontificia Universidad Javeriana] Repositorio institucional <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/43453/TESIS%20AUTOCUIDADO.pdf?sequence=1>

Rodriguez Campo, L. (2021) *Guía-cartilla de autocuidado para la primera infancia colombiana* [Trabajo de grado, Universidad Distrital Francisco José De Caldas] Repositorio RUID
<https://repository.udistrital.edu.co/bitstream/handle/11349/29538/Rodr%C3%ADguezCamposLinaMar%C3%ADa2022.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

Fuente: Elaboración propia (2023).

Anexo 5: Diario de campo 2 “DESCUBRIENDO CÓMO CUIDARME”

FORMATO DE DIARIO DE CAMPO	
Proyecto: Estrategias de autocuidado para los niños y niñas de 4 a 6 años de la Institución Educativa Manuel Antonio Sanclemente, sede Cristóbal Colón	
Nombres y apellidos	Fecha: 01 de septiembre del 2023
Adriana Lucia Ordoñez Alegrias Jennifer Marmolejo Arias	
Nombre de la Institución	Grado, curso o nivel

<p>Institución Educativa Manuel Antonio Sanclemente sede Cristóbal Colón.</p>	<p>Jardín, transición y primero.</p>
<p>Tema Abordar</p>	<p>Autocuidado personal en niños y niñas de 4 a 6 años</p>
<p>Nombre de la actividad</p>	<p><i>“DESCUBRIENDO CÓMO CUIDARME”</i></p>
<p>Descripción breve del grupo observado</p>	<p>El desarrollo de la actividad se realizó en la Institución educativa Manuel Antonio Sanclemente sede Cristóbal Colón, en el corregimiento de Guadualejo, con 9 niños y niñas siendo un salón multigrado de la jornada de la mañana. Ya que el resto de los estudiantes no asistieron por motivo de lluvia y viven un poco lejos y otros se encontraban enfermos.</p>
<p style="text-align: center;">DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD</p>	
<p>Se implementó la actividad <i>“DESCUBRIENDO CÓMO CUIDARME”</i>, donde al iniciar la clase los niños y niñas se encontraban ansiosos, contentos y a la expectativa por saber que se iba a presentar, para iniciar y como actividad motivadora realizamos una carrera de obstáculos, en donde encontraron en primer momento en el césped unos palos de escoba acostados horizontalmente, que fueron cruzados</p>	

saltando, en segunda instancia se encontraron con unos conos que debían de cruzar en zigzag, como tercer y último momento pasarían a seguir unas huellas saltando contando con coordinación y lateralidad hasta llegar a un mapa para encontrar el tesoro.

Se dio explicación de cada punto con el que contaba el mapa, también se dieron unas reglas y normas a todos indicando que la persona que encontrara el tesoro debía de ser compartido entre todos y luego se les mencionó que todos podían ir en busca del tesoro por los alrededores, en ese momento todos estaban demasiado ansiosos y felices buscando, momento en el cual donde algunos no tenían la precaución de tener cuidado y cuidar a los demás, algunos realizaron trabajo en equipo para encontrarlo y otros de manera individual. Al hallar el tesoro fue algo emocionante para ellos, una niña fue quien lo encontró y gritó “Lo encontré” con emoción y reunimos a todos para que juntos abrieran y descubriéramos que contenía el tesoro, al hacerlo, empezaron a sacar todas las cosas que este contenía evidenciando que algunos se les dificultó el hecho de compartir en igualdad y allí se realizó una intervención para que todo fuera compartido en partes iguales, se le entregó a cada uno una tarjeta con acciones del autocuidado personal que no podían dejar ver de sus compañeros y un paquete de dulces.

De allí pasamos a realizar un círculo grande donde cada uno debía de ir pasando al centro e imitar la acción de la tarjeta y todos debían de adivinar según los gestos que realizaba su compañero, se contó con una participación activa ya que la mayoría quería salir a realizarlo, aunque a otros les dio pena por la acción que debían de llevar a cabo.

ANÁLISIS DE LO OBSERVADO DURANTE LA ACTIVIDAD

Al ejecutar la actividad **“DESCUBRIENDO CÓMO CUIDARME”** donde al iniciar la clase los niños y niñas se encontraban ansiosos, contentos y a la expectativa por jugar y saber que se iba a presentar, para ellos se procedió a llevar a los niños y niñas a un espacio amplio de zona verde con el cual cuenta la Institución educativa Manuel Antonio Sanclemente, en el trayecto todos los niños realizaban muchas preguntas como: ¿Cómo van a ser los juegos? ¿Dónde nos vamos a hacer? ¿Vamos a correr mucho? ¿Que tiene el tesoro? y decías expresiones tales como: “yo voy a ganar” “ya quiero jugar” “Yo quiero encontrar el tesoro”, evidenciando en todos mucha emoción por realizar la actividad y salir de lo rutinario, teniendo presente el hecho de llevar a los estudiantes a estar en relación con la exploración del medio, haciendo uso del juego para la enseñanza y aprendizaje; por ello como actividad motivadora, se realizó una carrera de obstáculos, en donde encontraron en primer momento en el césped unos palos de escoba acostados horizontalmente, que fueron cruzados saltando, en segunda instancia se encontraron con unos conos que debían de cruzar en zic zac, como tercer y último momento pasarían a seguir unas huellas saltando contando con coordinación y lateralidad hasta llegar a un mapa para encontrar el tesoro.

En este momento, mientras se daba explicación de cómo se realizaba cada obstáculo, ya querían iniciar a realizar cada uno y preguntaban que, si lo estaban haciendo bien, lo entendieron fácilmente y querían realizarlo muchas veces, donde entramos a intervenir informando que realizaremos los ejercicios con calma para que así los pudieran realizar todos y no se cansan tan rápido, donde todos estuvieron de acuerdo ya que querían competir y ser el mejor en hacerlo.

Al finalizar el punto anteriormente mencionado pasamos a la explicación de cada punto con el que contaba el mapa, donde todos se sorprendieron y preguntaban por cada dibujo y punto que tenía el mapa, uno de los estudiantes dijo: “Ah ya se, así vamos a encontrar el tesoro, y es como si estuviéramos en una playa de piratas” donde varios reaccionaron diciendo, “si, es verdad, que divertido” “busquemos todos ya”. También se dieron unas reglas y normas a todos indicando que la persona que encontrara el tesoro debía de ser compartido entre todos, que en este juego es muy importante el compartir con los demás, por ende esperamos que todos realizáramos un excelente trabajo, luego se les mencionó que todos podían ir en busca del tesoro por los alrededores con cuidado, en ese momento todos estaban demasiado ansiosos y felices buscando, momento en el cual donde algunos no tenían la precaución de tener cuidado y cuidar a los demás, algunos realizaron trabajo en equipo para encontrarlo y otros de manera individual. Al hallar el tesoro fue algo emocionante para ellos, una niña fue quien lo encontró y gritó “Lo encontré...” con emoción y todos salieron corriendo hacia ella y le preguntaban: ¿Dónde estaba? ¿Cómo lo encontró? y otros decían: “es trampa” “ella vio donde estaba” “llevémoslo juntos”. En ese momento los reunimos a todos para que abrieran entre todos y descubriéramos que contenía el tesoro, al hacerlo, empezaron a sacar todas las cosas que este contenía sin control, y todos contaban con cara de asombro y felicidad al ver todo lo que había. También se evidenció que algunos se les dificultó el hecho de compartir en igualdad y allí se realizó una intervención para que todo fuera compartido, las docentes en formación informaron que debíamos poner todo en la caja para que todo fuera repartido en partes iguales, escogimos a la persona que encontró el tesoro y otro aleatorio para que le entregara a cada uno una tarjeta con acciones del autocuidado personal que no podían dejar ver de sus compañeros y un paquete de dulces.

Todos empezaron a decir que si se podían comer los dulces ya, entonces dimos 5 minutos para que todos comieran los dulces para continuar con la actividad, de allí pasamos a realizar un círculo grande donde cada uno debía de ir pasando al centro e imitar la acción de la tarjeta que les asignaron sin poder hablar solo por medio de la mímica, muchos se reían y querían ser el primero en hacerlo, otros les daba pena, por este motivo se decidió primero que una de las docentes iniciarán con la actividad y se escoge aleatoriamente el siguiente. Todos deben de adivinar según los gestos que realizaba su compañero, cuando ya daban con la respuesta correcta continuaba otro compañero, este fue un momento muy agradable ya que se divirtieron muchísimo, se reían de los gestos y las mímicas y al finalizar todos querían seguir realizando la actividad haciendo otras acciones, todos participaron muy atentos y activos.

Para dar cierre de la actividad, organizamos a todos en un círculo, una de las docentes en formación dio la explicación del juego y le entrego a cada uno un palo de escoba, la otra se hizo fuera del círculo ya que era quien iba a dar la indicación de “Derecha o Izquierda” que era el lado en el cuál debía de dirigirlas todos y coger el palo de su compañero sin dejarlo caer, aquí todos se reían mucho y algunos se iban para el lado contrario confundido pero eso les causo mucha gracia ya que algunos decían que por estar pendiente de coger el palo se confunden. La persona que dejaba caer el palo se le realizaba una pregunta frente al tema principal tales como: ¿Qué creías tú que era el autocuidado personal, antes de comenzar con la explicación?

- ¿Para ti según lo que hemos hablado que es el autocuidado?
- ¿Dinos uno de los tips que se dieron anteriormente para el autocuidado personal?
- ¿Qué se debe de hacer para tener un buen autocuidado?

- ¿Cómo debemos de alimentarnos según lo que hablamos de autocuidado personal?
- ¿Qué nos puede suceder si no tenemos un buen autocuidado?

Alas que dieron como respuesta:

- Para mi autocuidado es cuidarnos bien siempre y alimentarnos bien
- Cepillarse los dientes, Limpiarse, Bañarse, hacer ejercicio, tener cuidado al pasar las calles.
- Tenemos que bañarnos todos los días, cepillarnos los dientes cada vez que comemos para estar siempre lindos.
- Bañarse, cepillarse, peinarse el cabello, vestarnos bien, comer bien y esto tenemos que hacerlo todos los días.
- Nos vamos a ver feos, a oler mal y a estar muy sucios, hasta los dientes se pueden pudrir.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA







REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

Bedoya Rendon, S. Henao Rendon, N. Toalongo Gonzalez, M. y Villegas Giraldo, Y. (2020). *Estrategias de autocuidado en el sector formal e informal implementadas en países de América Latina*. [Trabajo de grado, Universidad CES]. Repositorio digital Institucional REDICES. https://repository.ces.edu.co/bitstream/handle/10946/4851/1128060385_2020.pdf;jsessionid=A495631BD781E350FCC98CDC97982310?sequence=6

Acevedo Garcia, L.Garces Orozco, L.Rodriguez Martinez, C.A. Valencia Restrepo, M. Vivas Mosquera, L. (2023). *Pedagogia del cuidado en la educacion infantil con niños y niñas desde el nacimiento hasta los 3 años en escenarios no formales*. [Trabajo de grado, Tecnológico de Antioquia - Institucion Universitaria]. Repositorio digital tdea. <https://dspace.tdea.edu.co/bitstream/handle/tdea/3736/MACROPROYECTO%20FINAL%20R.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Anexo 6: Planeación 2 “TU CUERPO, UN TESORO QUE DEBES DE CUIDAR”

Fecha de ejecución de experiencia	Día: 30	Mes: 08	Año: 2023	Institución o escenario de práctica: Institución educativa Manuel Antonio Sanclemente sede Cristóbal Colón.		Grado, curso o nivel que acompaña: Jardín, transición y primero.
Nombre estudiante en Formación	ADRIANA LUCIA ORDOÑEZ ALEGRÍAS JENNIFER MARMOLEJO ARIAS					
ID estudiante en formación	704077 706817		Número de Planeación	02		
Propósito de trabajo	Implementar estrategias en relación al autocuidado personal que brindan aprendizajes significativos a través de las experiencias y vivencias con los niños y niñas de la Institución Manuel Antonio Sanclemente, sede Cristóbal Colón					

<p>Actividades rectoras (Juego, arte, literatura y exploración del medio)</p>	<p>Se utilizarán diferentes herramientas y estrategias teniendo en cuenta las actividades rectoras como medio para posibilitar y lograr diversos aprendizajes, dichas actividades se harán de forma divertida y dinámica. Cabe mencionar que estas aportan significativamente en el proceso de enseñanza-aprendizaje potenciando su desarrollo en diferentes aspectos relacionados con el autocuidado. Debido a esto, desde la siguiente planeación se busca que por medio de la exploración del medio y el juego los niños y niñas construyan su propio conocimiento en relación a las prácticas de autocuidado físico.</p>
<p>COMPRENSIÓN DEL DESARROLLO INFANTIL</p>	
<p>Eje 1: Desarrollo social y personal</p>	<p>Por medio de la planeación se busca llevar a los niños y niñas a la formación del desarrollo social y personal para que así afiancen su confianza y autonomía, teniendo la capacidad de tomar decisiones propias, apoyados en las diferentes actividades, como la búsqueda de los objetos en espacios amplios de zonas verdes, que fomentan la iniciativa de conocer, explorar y descubrir su entorno. Además de ello promueve la relación entre sus pares, recordando que por medio de ellos los niños y niñas se sienten seguros respecto a sus acciones realizadas, explorando desde una manera independiente, aspectos emocionales partiendo de la motivación, construyendo así sus nuevos saberes y conocimientos con la capacidad de transformar.</p>

<p>Eje 2: Expresión - comunicando a través del lenguaje y movimiento</p>	<p>El hecho de que los niños y niñas hagan uso de su cuerpo como un medio para comunicarse y expresarse, les permite desenvolverse con mayor fluidez, ya que realizan diversas acciones a lo largo de la planeación como lo es la mímica, que los incentiva a expresar un lenguaje a través de su cuerpo en movimiento, explorando sus límites, habilidades y capacidades desde su motricidad.</p> <p>Además de tener en cuenta que gracias a los juegos planteados también posibilitan el hecho de los niños y niñas se puedan comunicar, expresar, entre otros, que facilitan la construcción de nuevos conocimientos favorables para los nuevos saberes que se plantean brindar en relación al autocuidado físico.</p> <p>Como es mencionado anteriormente, haciendo uso de su cuerpo, por medio de una serie de obstáculos tales como lo es el saltar sobre unos palos ubicados horizontalmente, el cruzar conos, tocando cada, además de saltar por sobre unas huellas, teniendo en presente hacia donde están apuntando.</p>
<p>Eje 3: Experimentación y pensamiento lógico</p>	<p>Teniendo presente que este eje es el encargado de guiar a los niños y niñas en el mundo que los rodea, por ello con ayuda de las actividades se busca que puedan observar, escuchar, oler, tocar, entre otros, todo aquellos que les permita y les favorezca en la construcción de nuevos conocimientos, además de amplia las bases con las que ya cuenta, explorando, formulando gran variedad de hipótesis que los incita a buscar respuestas formulando preguntas, potenciando su pensamiento de una manera favorable a través de los diversos objetos relacionado con el autocuidado personal que los conlleva a la experimentación.</p>

<p>DESARROLLO DE LA EXPERIENCIA 1.</p> <p>(Actividades que la acompañan)</p>	<p>RECURSOS DIDÁCTICOS</p>	<p>ESTRATEGIAS O CRITERIOS DE EVALUACIÓN</p>
<p>Desarrollo:</p> <p><i>“Tu cuerpo, un tesoro que debes de cuidar”</i></p> <p>Se llevará a cabo una serie de actividades, comenzando con el desarrollo de diversos stand, que estarán ubicados en diferente partes de la institución, los cuales son el salón de belleza, allí se explicara acerca de cómo debe ser nuestro cuidado en el cabello, las uñas, la cara, la piel, el vestir, entre otras, el stand salón de baño, en donde se dará a conocer el lavado, de los dientes, las manos y todo nuestro cuerpo; el stand de la alimentación y la gimnasia, donde se darán pautas respecto a la buena alimentación y sus beneficios y la importancia de realizar ejercicio. De esta manera en cada uno de los stand se desarrollaran acciones de la vida cotidiana de una manera adecuada con los niños y niñas para que así puedan comenzar a implementarlo en ellos, de este modo se podrá obtener un mejor autocuidado físico interno y externo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cartulina de colores • Tijeras • Marcadores • Letreros • Foami • Cinta • Colbón • Mesas • Objetos de autocuidado (cepillo de dientes, toalla, peine para cabello, shampoo, moñas, entre otros) 	<ul style="list-style-type: none"> • Escucha atentamente. • Participación activa. • Se comunica con sus compañeros. • Sigue instrucciones. • Trabajo en equipo • Comparte ideas • Realiza hipótesis • Disfruta de la actividad • Interactúa con sus pares • Muestra buena disposición en relación a la actividad • Establecer relaciones entre personajes, objetos, situación, emociones y lugares. • Comparte los objetos • expresa conocimientos previos en relación a

	<ul style="list-style-type: none"> • Imágenes • Frutas y verduras • Diferentes espacios de la institución. 	<p>estas prácticas de autocuidado físico.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realiza preguntas en relación al autocuidado físico.
<p><i>Cierre de la experiencia:</i></p> <p>Como actividad de cierre se plantea organizar un momento de diálogo donde podamos escuchar y conocer las experiencias, conocimientos y aprendizajes que obtuvieron frente a la actividad anteriormente mencionada, realizando preguntas tales como:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Cómo se sintieron? 2. ¿Disfrutaron de los stands? 3. ¿Será importante realizar las prácticas de autocuidado? ¿por qué? 4. ¿Qué enseñanzas nos dejaron estas actividades? 	<ul style="list-style-type: none"> • Espacio Amplio • Preguntas 	<ul style="list-style-type: none"> • Responde correctamente las preguntas • Participa activamente • Cede el turno • Conoce muy bien el tema visto • Sigue las instrucciones • Formula hipótesis • Disfruta de la actividad • Formula preguntas • Muestra agrado frente a la actividad • Interactúa con sus pares • Adquiere nuevos saberes y conocimientos del tema autocuidado

5. ¿Sobre qué vamos a hablarles a nuestros padres o cuidadores?		
---	--	--

Anexo 7: Diario de campo 3,4,5, 6 y 7 “Tu cuerpo, un tesoro que debes de cuidar”

FORMATO DE DIARIO DE CAMPO	
Proyecto: Estrategias de autocuidado para los niños y niñas de 4 a 6 años de la Institución Educativa Manuel Antonio Sanclemente, sede Cristóbal Colón	
Nombres y apellidos	Fecha: 10 de octubre del 2023
Adriana Lucia Ordoñez Alegrias Jennifer Marmolejo Arias	
Nombre de la Institución	Grado, curso o nivel

Institución Educativa Manuel Antonio Sanclemente sede Cristóbal Colón.	Jardín, transición y primero.
Tema Abordar	Autocuidado personal en niños y niñas de 4 a 6 años
Nombre de la actividad	<i>“Tu cuerpo, un tesoro que debes de cuidar”</i>
Descripción breve del grupo observado	El desarrollo de la actividad se realizó en la Institución educativa Manuel Antonio Sanclemente sede Cristóbal Colón, en el corregimiento de Guadualejo, con niños y niñas siendo un salón multigrado de la jornada de la mañana.
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
<p>La actividad “Tu cuerpo, un tesoro que debes de cuidar” fue llevada a cabo por medio de diversos stands de autocuidado, los cuales estuvieron ambientados, en relación a los temas abordar, como lo fue el stand del cuidado del cabello, la belleza, las uñas, la cara, la piel, el vestir, el stand salón de baño para el lavado de los dientes, las manos y todo nuestro cuerpo y por último el stand de la alimentación y la gimnasia. Espacios en los cuales se dispuso en primera instancia un momento de diálogo, en el cual se dio inicio preguntando a los niños y niñas sobre la actividad que se había realizado en una primera intervención, a lo cual respondieron que habían aprendido muchas cosas nuevas,</p>	

mostrándose alegres, estando a la expectativa de lo que se iba a llevar a cabo, preguntan por los stand que estaban viendo, con la intriga de querer comenzar.

Se desarrolló el stand de lavado y cuidado, donde se llevó a cabo la explicación a fondo de lavado de manos, cuidado de la piel y cara, manicure, cepillado de dientes y limpieza de oídos; ambientado con un cartel grande donde tenía ilustrado el lavamanos, cepillo de dientes, espejo, toalla, un lochero, seda dental, toallas y enjuague bucal, se dio la explicación de cada parte del dibujo, se contó con una mesa donde se organizaron todos los implementos a utilizar para la explicación, que contenía productos tales como: copos, toallas para manos, cepillo de dientes, crema dental, listerine, seda dental, esmalte, lima de uñas, implementos de limpieza de uñas, alcohol, jabón de manos, mascarilla para cara, protector solar y un espejo pequeño.

Otro del stand que se realizaron es el del baño, donde se ilustró todo lo relacionado con el aseo del cuerpo, además de ello se utilizó una silla y dos globos para demostrar y enseñar la forma correcta frente a la limpieza al momento de realizar sus necesidades diarias (orinar y dar del cuerpo); Estaba ornamentado con un cartel grande que contaba con dibujos tales como: una bañera con espuma, toalla, sanitario, papel higiénico y una repisa con shampoo, esponja y jabón baño y acondicionador. También se adecuó una mesa con todos los implementos a utilizar en este ambiente como lo es: toallas de baño, jabón para el cuerpo, papel higiénico, shampoo para cabello y pañitos húmedos.

En relación a el stand de la belleza estuvo ambientado con un cartel grande el cual tenía ilustrado un tocador, en él había dibujados peinetas, cepillos para el cabello, gel, cauchitos, además de contener a sus lados una serie de repisas en las que estaban dibujadas las moñas, productos para el cabello como crema de peinar, secador, entre otros, además de lo anteriormente mencionado, este stand contó también con una mesa, en ella se encontraban espejos, gel, gomas elásticas, lociones, moños, accesorios para decorar el cabellos como piedras brillantes y dijes, crema de peinar, peines.

En este espacio se llevó a cabo la explicación sobre la importancia del cuidado del cabellos, de mantenerlo arreglado, evidenciando la gran variedad de objetos y productos que pueden utilizar en su diario vivir, dándole así no solo una bonita apariencia sino un bienestar para su cabello, además de llevar a la práctica estas acciones, mostrando como hacerlo de una manera correcta. Realizando a las niñas diferentes tipos de trenzas y peinados, utilizando implementos básicos para ello.

Así de este modo también se tuvieron en cuenta los niños, ya que en este mismo stand se dispuso un espacio para ellos, este contaba con diferentes máquinas para el corte de su cabello, tijeras, capas, agua, cuchillas, las cuales se mantuvieron bajo la supervisión de un adulto responsable encargado de ellos, allí se procedió a dar la explicación, introduciendo a los niños en el tema, motivándolos a cuidar de su cabello, llevando a cabo distintos cortes de su gusto y elección.

El stand del ejercicio fue ubicado en un espacio de zona verde de la institución en el cual también al igual que los anteriores se ambientó con un cartel grande el cual tenía un dibujo de una niña haciendo posturas de ejercicio, por en sus alrededores pesas, mancuernas, una colchoneta, agua, además la explicación de la importancia del ejercicio se hizo uso de los elementos mencionados anteriormente además de sogas, pesas pequeñas bandas elásticas, en este espacio las estudiantes en formación se dispusieron a explicarle a los niños y niñas la gran importancia que tiene este, además de los beneficios en relación a su salud, lo cual favorece para llevar una vida saludable, desde la práctica y las diferentes experiencias que se lograron llevar a cabo.

Para finalizar los niños y niñas rotaron hasta el stand de la alimentación saludable, el cual contenía un cartel grande, con dos chef, un niño y una niña que tenían en sus manos un dibujo grande de una cocina con sus implementos (ollas, cucharas, cucharones, además de paños y guantes de cocina) además de contar con dibujos de verduras (brócoli, el tomate, la zanahoria, y el repollo, sin dejar de un lado las frutas como la papaya, el banano, el kiwi, la manzana, la pera, la fresa, la piña y la naranja. Incluyendo también en este espacio otras proteínas como el pollo y la carne.

En este espacio también se dispuso una mesa en la cual había platos, palillos de madera, distintas frutas como piña, papaya y bananos picados, además de verduras como la zanahoria, el tomate y la cebolla. Las frutas cumplieron un rol muy importante para demostrar que se

pueden alimentarse de una manera saludable disfrutando de sabores dulces sin consumir aperitivos los cuales con altos en azúcares que no aportan en para su buena alimentación.

ANÁLISIS DE LO OBSERVADO DURANTE LA ACTIVIDAD

STAND DEL LAVADO Y CUIDADO

Al ejecutar el stand de lavado y cuidado se pudo evidenciar que los estudiantes estaban muy curiosos por tocar y ver todo lo que contenía la mesa y realizaban preguntas como: ¿nos vamos a cepillar los dientes? ¿para qué es ese líquido? y expresiones como: -Yo quiero lavarme las manos, -Vamos a ponernos bien lindos. En este espacio estuvieron muy participativos y activos, como primer momento se dio la explicación de la forma adecuada de cepillarnos los dientes y cuanta crema dental se debía de usar, allí algunos tenían conocimiento del tema y a otros se les dificultaba un poco, para ello la docente en formación llevo a la practica la acción de cómo se realizaba paso a paso, allí todos por iniciativa propia empezaron a desarrollar el mismo ejercicio en mímica y uno de los estudiantes apporto el comentario: “si no nos cepillamos los dientes se ponen amarillos y la boca nos huele feo”, a su vez todos afirmaron que era verdad. Como segundo momento se expuso el uso del enjuague bucal, la seda dental y la cantidad necesaria a usar, aquí muchos tenían desconocimiento de esto, con el listerine algunos se negaron a usarlo ya que decían que les picaba la boca, por eso no les gustaba y que tenía un sabor maluco, mientras que otros sí aportaron que les encantaba, que el olor era muy rico y que la boca quedaba fría, para la seda dental solo 2 estudiantes comentaron que lo usaban pero muy rara la vez, otro que una vez lo uso pero le salió sangre y por eso no lo volvió a utilizar, otros que en la casa no tenían y los demás que nunca lo han utilizado ni lo conocían. Posterior a ello a cada estudiante se le dio una copa de listerine y seda dental para poner en

práctica esta acción, algunos por el momento se negaron y comentaron que lo iban a pensar por ende querían quedar de últimos, al ver que los demás disfrutaban de este momento se motivaron a realizarlo, al finalizar todos querían volver a repetirlo.

Como otra instancia de la actividad se ejecutó el lavado de manos donde la docente en formación explico el paso a paso que se debía de realizar utilizando el jabón y la toalla, agregando que la forma adecuada de lavarse es de 30 segundos, durante los cuales se deben de frotar las manos, para que así se eliminen las bacterias ya que las manos están en contacto directo con muchos objetos durante todo el día. A continuación, se indicó que todos formarían dos filas para realizar el ejercicio anteriormente mencionado, pasaron uno a uno al lavamanos y se les aplico el jabón, se evidencio que algunos durante todo el lavado de manos no cerraban la llave, no frotaban bien las manos y no hacían uso de la toalla al finalizar. Algunos estudiantes no sabían lo importante que es tener las manos limpias, motivo por el cual no se preocupaban por su aseo personal y sus manos estaban muy sucias, pero aun así hicieron bien esta actividad y obtuvieron un aprendizaje muy significativo.

Hubo expresiones y preguntas como:

- ¡el jabón huele súper rico!
- ¿Me puedo volver a lavar las manos?
- Profe en mi casa no utilizamos toalla para secarnos las manos
- Yo uso jabón cuando hay, sino solo me hecho agua y ya

- ¡Qué pereza lavarse tanto tiempo las manos, es mucho tiempo!

Interviniendo a responder todas las preguntas, inquietudes y comentarios complementando todos los saberes que estaban adquiriendo en ese momento de manera positiva para que así se motivaron a poner siempre en práctica esta actividad en su día a día, recalcando nuevamente los beneficios y la importancia con la que esta cuenta.

Por otra parte, pasamos a realizar el limpiado de uñas (manicure) donde a cada uno se les limpió, limó, y pinto con base transparente para uñas, mientras este se ejecutaba se daba explicación de la importancia de portar sus uñas y manos limpias. Evidenciando que algunos no contaban con las uñas de la mejor manera, otro no les gustaba que le tocaran las uñas y una de las estudiantes no quiso llevar a la práctica este espacio pero sí realizó aportes, escuchó atenta y dio ideas frente al tema. A cada uno se le obsequio una lima de uñas y se les explicó el uso adecuado de esta y al finalizar se les preguntó, cómo sentían y veían sus manos después de practicar lo aprendido, donde dieron como respuesta: - Mis manos se ven lindas, - Huelen muy rico mis manos, - Me quedaron muy suaves, - ¡Lo voy a seguir haciendo!

Para finalizar este estand pasamos a la explicación del cuidado de nuestra piel y su importancia, aquí muchos no conocían de este tema o no les parecía algo tan importante, por ende, se llevó a la práctica la limpieza de la cara, a cada uno se le entregó un pañito húmedo para limpiar la cara, luego se les dio un poco de mascarilla, se explicó el uso adecuado de esta, su aplicación y pasamos a retirar. Finalmente se pasó a aplicar el protector solar y mientras se realizaba este se explicó la importancia de usarlo todos los días donde muchos dieron como

respuesta que nunca lo usaban, que no les gustaba aplicarse porque sentían la cara grasosa y que no tenían para aplicarse, pero gracias a todas las prácticas realizadas en este espacio fueron muy gratificantes ya que todos estuvieron muy a gusto y se contó con la participación activa al ejecutar y aportar ideas frente al tema.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA







ANÁLISIS DE LO OBSERVADO DURANTE LA ACTIVIDAD

STAND DEL BAÑO

En este punto se llevó a la práctica la explicación frente a todo lo relacionado con la limpieza de sus partes íntimas después de realizar sus necesidades y el aseo de todo su cuerpo.

Realizando primeramente la explicación frente a la manera adecuada de realizar la limpieza de sus partes íntimas en el momento de llevar a cabo sus necesidades, para la explicación de esto las docentes en formación se apoyaron para dar ejemplo de una silla con dos bombas (silla: cuerpo, bombas: parte íntima) y realizó la acción de cómo es la manera adecuada de limpiarse, la cantidad de papel higiénico a utilizar y como doblar para no ensuciar sus manos, al principio a todos esto le causo mucha gracia y les daba pena, pero para ello se dio la explicación de que esto es una actividad que todas las personas debemos de hacer a diario, en diferentes momentos del día y que es algo muy normal, pero a algunos les causaba pena lo cual lo manifestaban en risas. Con lo anteriormente mencionado se procedió a que cada uno realizará el ejemplo de cómo se realizaba esa acción adecuadamente, se le entregó el papel higiénico para que sacaran la cantidad necesaria, y de igual manera mostraran como se debía de doblar el papel, en este momento algunos no lo ejecutaron por tal motivo deshicieron explicarlo verbalmente, la mayoría de estudiantes lo realizaron de la mejor manera y participaron activamente pero algunos por la pena y risa lo hacían rápidamente, también dieron comentarios como, tienen que saber limpiarse sin que se rompa el papel higiénico, dando como respuesta que esto se realizaba de abajo hasta arriba y con suavidad.

Una última observación fue frente a la explicación de cómo debemos de limpiar nuestro cuerpo adecuadamente; lavado del cabello incluyendo el uso de algunos productos, la cantidad y los movimientos a realizar; y el uso del jabón del cuerpo con la esponja de baño, por medio de la mímica se dio la

explicación paso a paso y se mencionó la importancia de realizarlo bien cada uno y las consecuencias que traía el no hacerlo, donde muchos aportaron comentarios como, - No lavarse el pelo da piojos y caspa, - Hay que bañarse bien para oler rico, - Yo me echo shampoo y acondicionador para que mi cabello esté siempre lindo, - Yo creo que mi cabello es muy duro porque en mi casa de vez en cuando nos aplicamos shampoo, mi mamá dice que no se puede acabar tan rápido.

Siguiendo con la actividad, en este stand hubo un poco más de comprensión vislumbrando en la participación, debido a que todos realizan la mímica, aportan conocimiento, brindaban ideas y disfrutaban de lo que se realizaba, se encontraban muy curiosos por ver, tocar y realizar cada cosa, unos estudiantes leían lo que contenía el producto y para que servía, de igual manera cuando tenían duda frente a algo lo preguntaban, ¿profe para qué es la sábila? ¿Hay shampoos que sean malos? ¿Porque a veces uno se lava bien el cabello y da caspa? ¿Me lo puedes regalar?

Cabe resaltar que todo fue un éxito, gracias a esta experiencia se evidenciaron diversos conocimientos enriquecedores, se vio la motivación, participación activa, la creatividad y curiosidad, donde todos querían identificar cada parte de los stands y conocer sobre qué trataba cada uno, muchos no conocían de este espacio y gracias al desarrollo de las actividades tuvieron aprendizajes enriquecedores para su proceso de formación donde muchos de ellos decían, - cuando llegue a casa le voy a contar a mi mamá todo lo que hicimos, - Le voy a limpiar las uñas a mi abuela, -Voy a decirle a mi papá que me compre otro shampoo para tener más bonito mi cabello, y algo que nos marcó mucho fue que la mayoría de estudiantes nos preguntaban: ¿Cuándo vamos a volver a jugar? ¿Cuándo van a volver a venir? ¡Siempre que ustedes vienen la pasamos muy chévere!, estos momentos nos llenan de orgullo y motivación para seguir haciendo las cosas bien, con amor y vocación donde le podamos brindar espacios a los niños y niñas muy enriquecedores.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA





ANÁLISIS DE LO OBSERVADO DURANTE LA ACTIVIDAD

STAND DE LA BELLEZA

Es importante comenzar con mencionar las distintas emociones que se lograron observar en los niños y niñas, puesto que se encontraban felices, en otros se logró evidenciar un poco de negación en un inicio debido a que era algo nuevo que iban a experimentar, como sucedió al momento de cortar el cabello de los niños, observando y escuchando como uno de los niños mencionaba que él no quería, espacio en el cual se procedió hablar con él niños, y así explicarle que no se iba a obligar hacerlo si no estaba dispuesto pero que observa, mientras se le explicaba los beneficios y lo importante que es arreglar su cabello que, así el niños se dispuso a ver cómo otros niños y iban realizándose distintos cortes, con diferentes figuras de su gusto, lo cual lo motivó a querer participar de la actividad diciendo que los niños estaban

quedando muy bien. Esta fue una actividad nueva, un proceso distinto para el niño lo cual implicaba que tuviera diferentes emociones como se logró evidenciar, durante este momento el docente a cargo del curso estuvo en contacto con la mamá del niño, sin dejar de un lado que la madre llegó a la institución y pudo apreciar la actividad y como se veía el niño después de su corte, mencionando que estaba contenta con el resultado ya que al niños no le cortaban su cabello.

Por consiguiente, es importante mencionar que el resto de los niños que participaron de la actividad estuvieron muy contentos, motivados, ansiosos mientras esperaban el turno ya que estaban con la mejor disposición para la actividad, preguntando que si podían realizarse ciertos cortes que ellos querían, un ejemplo de ellos fue como también como la abuela de otro de los niños llegó a la institución con tanta y mencionando lo que el niños le había expreso que quería que le hicieran, después la abuela se retiró y el niños comenzó a entrar en confianza diciendo que él hace mucho quería realizarse ese corte.

Esta actividad fue muy gratificante ya que todos los niños participaron mientras se evidenciaba su alegría y emoción por ellos, además de mencionar el hecho de que como algunos de los niños que en un principio no estaban dispuestos a participar, terminaron estando involucrados en la actividad, convirtiéndose en algo muy significativo para ellos.

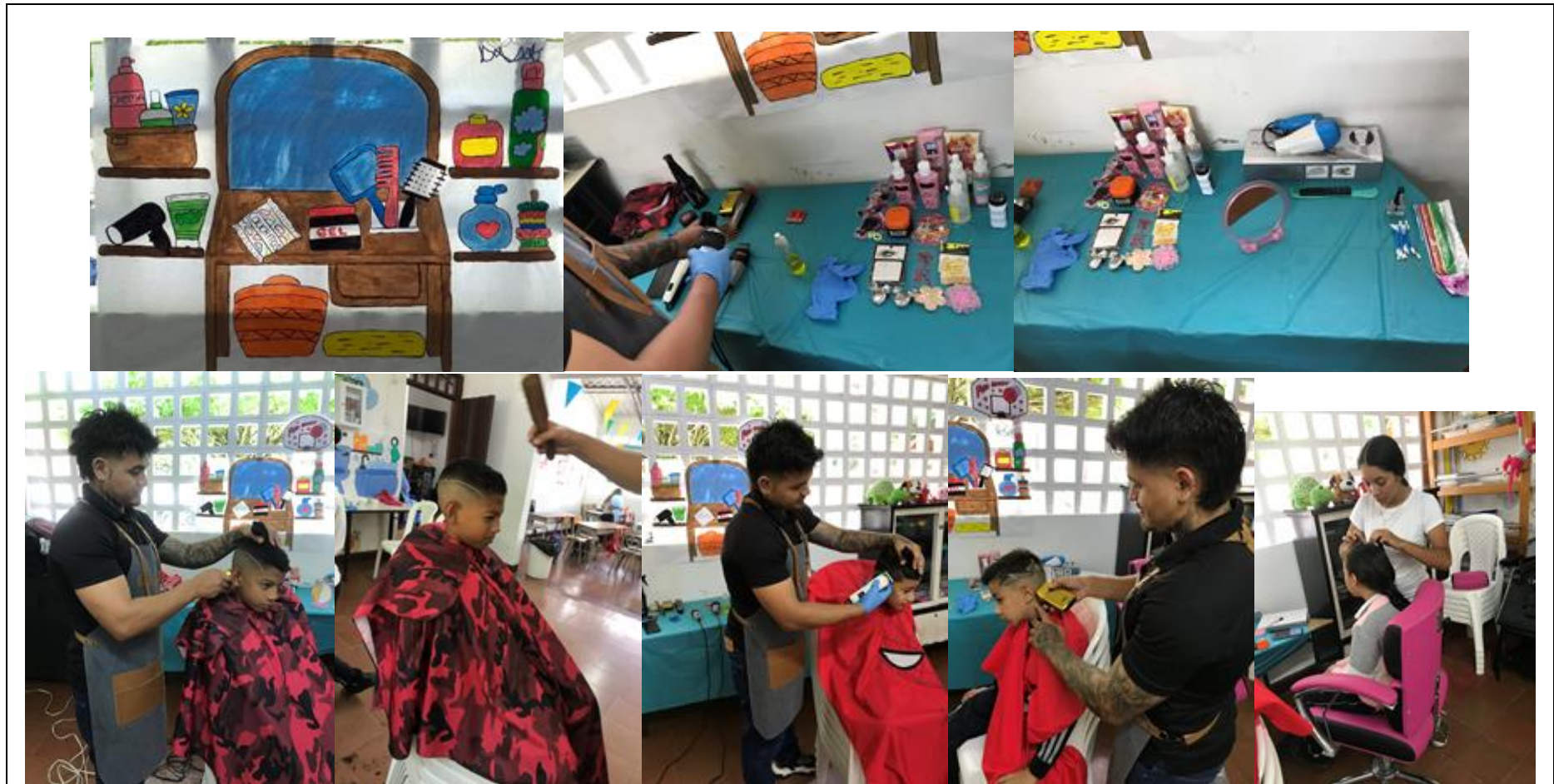
Del mismo modo, en relación a las niñas, en este stand se dispuso para hacerles diferentes peinados, con su cabello suelto, recogido, con ligas, trenzas, según fuera su elección, explicándoles además la importancia del cuidado de su cabello, los beneficios y su apariencia; en

este espacio se pudo evidenciar cómo las niñas se encontraban a la expectativa, preguntando que si podían escoger su peinado, que sí se podían hacer trenzas y que en ellas llevaran las piedritas brillantes, o las diferentes decoraciones, convirtiéndose este en un espacio favorable para su aprendizaje ya que desde la práctica y las vivencias se llevó a cabo de una manera creativa y enriquecedora.

Algo importante a mencionar es el hecho de que la madre de una de las niñas trabaja realizando peinados, pero para la niña no es de su agrado que su mamá la peine; y durante la actividad estuvo muy motivada, dispuesta, escogió el peinado que se quería realizar, además de los accesorios que quería que este llevara, logrando evidenciar en ella una excelente disposición, diciendo que iba a comenzar a arreglar más su cabello.

Sin dejar de una lado que hubo una de las niñas la cual asiste con su cabello tapado para lo cual utiliza un saco con gorro, la niña manifestó no querer realizarse ningún peinado, pero se logró involucrar en la actividad escuchando, brindado aportes en relación al cuidado del cabello, diciendo que debía mantenerlo limpio, además de aprender técnicas para realizarlo de la manera correcta.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA





ANÁLISIS DE LO OBSERVADO DURANTE LA ACTIVIDAD

STAND DEL EJERCICIO

Al momento de llevar a cabo este punto de la actividad los niños y niñas se encontraban con toda la disposición ya que sus expresiones al ver los distintos objetos que podían utilizar para realizar esta fueron de total agrado, preguntando: ¿Podemos utilizar las pesas?, ¿cómo se ponen las pesas rojas?, ¿En dónde me pongo esta cinta?, observando que se encontraban con muchas expectativas, dudas e inquietudes respecto a cómo podían realizar los ejercicios con esos objetos.

Los niños se dispusieron a realizar ejercicios que ellos decían que eran bueno para su cuerpo como las flexiones y correr, en este espacio se les explicó que para hacer ejercicio que fueran saludes para su cuerpo y de beneficio para su salud no es necesario contar con aquellos objetos para ellos, puesto que también pueden llevar a la práctica otras acciones las cuales se encontraban en su diario vivir como lo es el caminar, correr, además de distintos deportes como el fútbol, la natación, el patinaje, entre otros, a lo cual los niños se expresaron mencionando ¿Profe a mí me gusta mucho correr?, momento en el cual otro de los niños dijo ¿A mi me gusta mucho jugar futbol?. Espacio en el cual se les hizo énfasis en lo divertido que se podría convertir el realizar una actividad física y que a su vez fuera de gran beneficio y los aporte para su salud.

Por consiguiente, se procedió a explicarles a los niños y niñas como se utilizaban los objetos que las estudiantes en formación tenían a su disposición mostrándoles y ejecutando la acción de cómo se ponían, una de las niñas quería ponerse las pesas, disiento ¡Yo quiero intentarlo! llevando esta acción a la práctica mientras los demás niños observan con mucha expectativa y curiosidad; otro de los estudiantes quería ponerse las bandas elásticas, realizando así con el niño la explicación.

Otro punto a mencionar fue la importancia de mantenerse hidratados, respecto al consumo de agua, espacio en el cual se les explicó a los niños y niñas todos los beneficios que este tenía para el cuidado de su cuerpo ya que esto es fundamental para nuestra salud, puesto que esta acción es de gran relevancia, resaltando que es la base fundamental para que todo nuestro organismo funcione de la manera correcta, allí se les realizaron preguntas tales como ¿les gusta beber agua?, ¿cuántas veces lo hacen al día?, espacio en el cual mencionaron que -¡A mi casi no me gusta, pero voy a empezar a tomar más agua! lo cual fue muy gratificante ya que se pudo evidenciar que se obtuvo con aprendizaje y nuevos saberes, sin dejar de un lado que la participación de los niños y niñas fue muy activa y constante.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA





ANÁLISIS DE LO OBSERVADO DURANTE LA ACTIVIDAD

STAND DE LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE

Al dirigirse los niños y niñas para este último stand se evidenció que estaban motivados, mencionando y realizando distintas preguntas como ¿Y nos van a compartir de la fruta?, ¡A mi si me gustan las frutas!, ¡A mi si me gustan pero en mi casa casi no comemos!, ¡A mí no me gustan las verduras!, ¡Yo solo me como las verduras en las sopas y caldos que me hace mi mamá!.

En este momento los niños y niñas se dispusieron a escuchar la explicación y a participar de una manera activa y constante, en este espacio se hizo énfasis en lo importante y los beneficios que tenían estos alimentos no solo para el cuidado de su cuerpo, sino también para su

formación y desarrollo de una manera favorable e íntegra, adquiriendo nuevos saberes y conocimientos también en relación a las vitaminas y proteínas que estas les ofrecen, conociendo también un poco más sobre las distintas formas y preparaciones en las que se pueden consumir, a lo cual los niños y niñas mencionan que ¡yo pensé que las verduras solo son ricas en el claro!, ¡A mí solo me gustan en las ensaladas y solo en algunas!, ¡ya voy a empezar a comer más verduras!. Una vez mencionado esto fue un saber muy importante y significativo, puesto que habían logrado alcanzar un aprendizaje significativo y el cual iba a brindar muchos aportes para su cuidado y formación de una manera íntegra.

Después de lo anterior, los niños y niñas estaban intranquilos preguntando ¿Las frutas son para nosotros?.,¿Y cuándo nos van a las frutas?, momento en el cual se les explicó que íbamos a realizar un compartir con las frutas que podían observar, por lo cual, antes de disponerse a comer se dirigieron a lavarse las manos como se les había explicado anteriormente en el stand del lavado y cuidado de la piel. Posterior a ello las docentes en formación procedieron a repartir los palitos de madera los cuales serían utilizados para tomar la fruta; después de ellos se comenzó a repartir, espacio en el cual algunos de los niños y niñas no querían esperar su turno, sin dejar de un lado que dos de ellos se dificultó el proceso de compartir con sus compañeros, puesto que manifestaban: ¡Es que yo quiero la fruta solo para mí!, ¡a mí me puedes dejar el plato!, ¡es que yo quiero más fruta para mí! A lo cual se les respondió que era para todos, que debíamos de compartir con los compañeros mencionando la importancia, mencionando también que al momento de tomar la fruta debíamos de pensar en dejarle a también a sus compañeros.

EVIDENCIA FOTOGRAFICA





REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

Anexo 8: Diario de campo 8 “Tu cuerpo, un tesoro que debes de cuidar”

Proyecto: Estrategias de autocuidado para los niños y niñas de 4 a 6 años de la Institución Educativa Manuel Antonio Sanclemente, sede Cristóbal Colón	
Nombres y apellidos	Fecha:
Adriana Lucia Ordoñez Alegrias Jennifer Marmolejo Arias	
Nombre de la Institución	Grado, curso o nivel
Institución Educativa Manuel Antonio Sanclemente sede Cristóbal Colón.	Jardín, transición y primero.

Tema Abordar	Autocuidado personal en niños y niñas de 4 a 6 años
Nombre de la actividad	<i>“Tu cuerpo, un tesoro que debes de cuidar”</i>
Descripción breve del grupo observado	<p>El desarrollo de la actividad uno se realizó en la Institución educativa Manuel Antonio Sanclemente sede Cristóbal Colón, en el corregimiento de Guadalejo, con 9 niños y niñas siendo un salón multigrado de la jornada de la mañana. Ya que el resto de los estudiantes no asistieron por motivo de lluvia y viven un poco lejos y otros se encontraban enfermos.</p>
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
<p>Finalmente, como actividad de cierre, en el salón de clases se organizaron diversas sillas para reunir a todos los estudiantes, se acomodaron y las docentes en formación entraron a intervenir dando una charla final sobre el autocuidado personal mencionando puntos importantes para no olvidar, de igual manera se realizaron diversas preguntas tales como:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo se sintieron? • ¿Disfrutaron de los stans? 	

- ¿Será importante realizar las prácticas de autocuidado? ¿por qué?
- ¿Qué enseñanzas nos dejaron estas actividades?
- ¿Sobre qué vamos a hablarles a nuestros padres o cuidadores frente al tema?

La cuales favorecieron el proceso de diálogo, el hecho de compartir sus nuevos saberes y aprendizajes obteniendo respuestas por parte de los niños y niñas muy satisfactorias, ya que se logró evidenciar cómo con ayuda de las actividades implementadas anteriormente se alcanzaron los objetivos propuestos para los distintos aprendizajes y el llevar a la práctica las acciones que favorecen su autocuidado personal.

ANÁLISIS DE LO OBSERVADO DURANTE LA ACTIVIDAD

Durante esta etapa de cierre de la actividad se logró evidenciar unos grandes avances y diversos conocimientos, los cuales adquirieron y reforzaron con ayuda de estas actividades llevadas a cabo desde la práctica, lo cual les permitió vivir la experiencia de realizar diversas actividades de una manera lúdica y divertida.

En el momento de las preguntas realizadas durante este espacio se logra apreciar cómo los niños y niñas respondieron con más fluidez y propiedad mencionando lo que habían aprendido, al momento de preguntarles ¿Cómo se sintieron durante la actividad? uno de los niños respondió ¡Yo estoy muy feliz porque hice cosas nuevas! lo cual fue muy gratificante puesto a que por medio de actividades que se pueden

realizar en su diario vivir fueron construyendo unos nuevos saberes, además también se les preguntó: ¿Disfrutaron de los stands? a lo cual respondieron disiento ¡Si, todo fue muy divertido!, posterior a ello una de las niñas respondió ¡A mí me gustó mucho cuando nos peinaron!, además otro de los niños mencionó, ¡Mi parte favorita fue la de la comida, porque nos dieron fruta!. Demostrando así que las prácticas de estas actividades dejaron en los niños y niñas conocimientos desde algo que fue grato, divertido y dinámico para ellos, sin dejar de un lado que su participación fue de una manera constante favorable, además de saberes y conocimientos quedaron gratas experiencias y momentos significativos.

Otra de las preguntas realizadas fue ¿Será importante realizar las prácticas de autocuidado? ¿por qué? a lo cual respondieron ¡sí, porque nos ayuda a cuidarnos!, ¡también nos ayuda a estar fuertes!, ¡y también a crecer y no enfermarnos!; teniendo claro que con lo que mencionaron los niños y niñas deja claro que cada uno de los stands realizados dejaron diversos conocimientos, que el autocuidado personal no es solo una apariencia física, sino también el bienestar de su cuerpo, la salud, sin dejar de un lado la autoestima, y las diferentes emociones que esta implica.

Así de este modo durante la actividad también se les preguntó: ¿Qué enseñanzas nos dejaron estas actividades? manifestando aspectos tales como ¡Que debemos tomar más agua!, ¡podemos también hacer ejercicio!, ¡tenemos que lavarnos bien las manos!, ¡y también comer

saludable con frutas! siendo estos temas de gran relevancia y que cobran un gran sentido de aprendizaje en relación a su autocuidado personal, teniendo mayor claridad sobre los puntos mencionados durante todos los stand por los cuales estuvieron rotando.


Para finalizar se llevó a cabo una última pregunta, ¿Sobre qué vamos a hablarles a nuestros padres o cuidadores frente al tema? en la cual los niños y niñas fueron mencionando los diferentes stand lo que vieron y aprendieron como se mencionó anteriormente, haciendo énfasis en que contarán en sus casas todo lo que habían realizado como ¡yo le voy a contar a mi mamá que hoy comí frutas saludables!, ¡yo también le voy a decir que me compre papaya es muy rica!, que hay que beber mucha agua!, ¡yo quiero contarle a mis papás porque tengo que mantener limpió!. Una vez escuchado todo lo anterior, para las estudiantes en formación fue muy gratificante, puesto que todo los conocimientos que los niños y niñas adquirieron fueron favorables y significativos de tal manera que se convertirán en aprendizajes que trascenderán y no se quedarán solo en saberes del momento.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

Anexo 9: Consentimiento informado.


UNIMINUTO
 Corporación Universitaria Minuto de Dios
 Educación de calidad al alcance de todos

25 Años

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Se solicita su consentimiento para realizar un trabajo de apoyo personalizado de parte de las maestras en formación Adriana Lucia Ordoñez Alegrías y Jennifer Marmolejo Arias con su hijo(a) Gabriel Marcondillo, y Javier Angel con el propósito de contribuir al desarrollo de sus potencialidades y capacidades, a través del diseño, ejecución y seguimiento de un plan educativo personalizado PEP, orientado por el docente asesor de la práctica pedagógica de UNIMINUTO.

Para que este ejercicio sea fructífero la docente en formación requerirá de información necesaria para consolidar el perfil de potencialidades de su hijo(a), por ende, con este consentimiento ustedes, aceptan dicha recolección de información y trabajo con su hijo(a), claro está conservando siempre los límites éticos y morales de la institución y los de su familia.

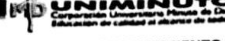
La información, así como los aspectos del proceso de su hijo(a) serán únicamente de uso académico y en ningún momento serán publicados ni socializados sin su previa consulta. Ningún elemento de registro (fotos, video y notas escritas) serán insumo de publicación en red social alguna.

Nombre de los Padres _____
Jenifer Arias

Firma de los Padres _____
Jenifer Arias

Firma del docente de acompañamiento _____
[Firma]

Nombre y Firma del representante de la Institución Educativa _____


UNIMINUTO
 Corporación Universitaria Minuto de Dios
 Educación de calidad al alcance de todos

25 Años

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Se solicita su consentimiento para realizar un trabajo de apoyo personalizado de parte de las maestras en formación Adriana Lucia Ordoñez Alegrías y Jennifer Marmolejo Arias con su hijo(a) Evangelina y Patricia Lopez con el propósito de contribuir al desarrollo de sus potencialidades y capacidades, a través del diseño, ejecución y seguimiento de un plan educativo personalizado PEP, orientado por el docente asesor de la práctica pedagógica de UNIMINUTO.

Para que este ejercicio sea fructífero la docente en formación requerirá de información necesaria para consolidar el perfil de potencialidades de su hijo(a), por ende, con este consentimiento ustedes, aceptan dicha recolección de información y trabajo con su hijo(a), claro está conservando siempre los límites éticos y morales de la institución y los de su familia.

La información, así como los aspectos del proceso de su hijo(a) serán únicamente de uso académico y en ningún momento serán publicados ni socializados sin su previa consulta. Ningún elemento de registro (fotos, video y notas escritas) serán insumo de publicación en red social alguna.


Nombre de los Padres _____
Bautista Lopez

Firma de los Padres _____
Bautista Lopez

Firma del docente de acompañamiento _____
[Firma]

Nombre y Firma del representante de la Institución Educativa _____

2


UNIMINUTO
 Corporación Universitaria Minuto de Dios
 Educación de calidad al alcance de todos

25 Años

CONSENTIMIENTO INFORMADO

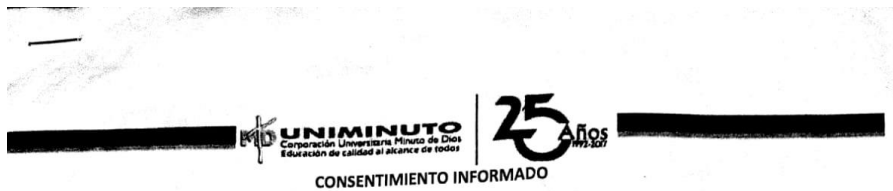

UNIMINUTO
 Corporación Universitaria Minuto de Dios
 Educación de calidad al alcance de todos

25 Años

CONSENTIMIENTO INFORMADO



UNIMINUTO
Corporación Universitaria Minuto de Dios
Educación de calidad al alcance de todos
Vigilada MinEduación



Se solicita su consentimiento para realizar un trabajo de apoyo personalizado de parte de



Se solicita su consentimiento para realizar un trabajo de apoyo personalizado de parte de



CONSENTIMIENTO INFORMADO

Se solicita su consentimiento para realizar un trabajo de apoyo personalizado de parte de las maestras en formación Adriana Lucía Ordoñez Alegrias y Jennifer Marmolejo Arias con su hijo(a) Gobilda Cossio con el propósito de contribuir al desarrollo de sus potencialidades y capacidades, a través del diseño,



CONSENTIMIENTO INFORMADO

Se solicita su consentimiento para realizar un trabajo de apoyo personalizado de parte de las maestras en formación Adriana Lucía Ordoñez Alegrias y Jennifer Marmolejo Arias con su hijo(a) Gerard Juan Valosquez Valancia con el propósito de contribuir al desarrollo de sus potencialidades y capacidades, a través del diseño, ejecución y seguimiento de un plan educativo personalizado PEP, orientado por el docente



UNIMINUTO
Corporación Universitaria Minuto de Dios
Educación de calidad al alcance de todos
Vigilada MinEduación



UNIMINUTO

Corporación Universitaria Minuto de Dios
Educación de calidad al alcance de todos
Vigilada MinEduación